

POLANCO

street

MAGAZINE



Año 01, Número 02, Revista Mensual, Noviembre 2010

Tu vida en la Condesa, llena de posibilidades...



capital
condesa
pisos residenciales



Vasconcelos 92 Col. Condesa

Tel.
5662.2550

www.baita.com.mx



Clase C

Es fácil reconocer cuando alguien está en la cima.
Clase C de Mercedes-Benz.

Nuestra filosofía de "Lo mejor o nada" nos llevó a crear el Clase C mejor equipado de la historia.

- Motores turbo **BLUECELESTION**. ¡Mayor potencia y menor consumo!
- Luces activas que se adaptan al movimiento de volante: Intelligent Light System.
- LEDS con marco cromado.
- Asistente de estacionamiento: PARKTRONIC.
- Paquete deportivo AMG.

En Automotriz Hermer encontrarás la más amplia gama de vehículos Mercedes-Benz de manera inmediata.

Visítanos y descubre que "Lo mejor o nada" es mucho más que una frase.
mercedes-benz.com.mx

01 800 90 MERCEDES. El equipamiento aquí mostrado varía de acuerdo con la versión. Mercedes-Benz México S. de R.L. de C.V., se reserva el derecho de cambiar las especificaciones, equipos, términos y condiciones antes mencionados en cualquier momento sin necesidad de previo aviso. "Mercedes-Benz" es marca de Daimler.



Mercedes-Benz



Automotriz Hermer Santa Fe
Tel. (56) 9177 0800

Automotriz Hermer Pedregal
Tel. (55) 5481 0160

Automotriz Hermer Masaryk
Tel. (55) 5262 9860

Editorial 02

Director General

Alberto Bita Romo
abitad@polancostreet.com

Director Comercial

Manuel Bernal Nava
mbernal@polancostreet.com

Edición y contenido

El hilanegro

Editor

Mercedes Martínez Cossío/HN
mecha@elhilonegro.com

Corrección de estilo y cuidado de la edición

Juan Miguel Hurtado Salinas/HN
juanmiguel@elhilonegro.com

Fotografía

Carolina Salinas Lagarda/HN
caro@elhilonegro.com

Diseño Editorial y Concepto Gráfico

Virginia Valcárcel Rubello
pittideilhilonegro.com

Director Creativo

Rodrigo Moguel Salto
rmoguel@polancostreet.com

Colaboradores

Guilelmo Chernitzky, Juan Manuel Velázquez, Jorge Enrique Martínez, Jorge Contreras, Julio Azcárraga, Santiago Rodríguez, Mercedes Cossío Padín

Ventas

Alejandro López Rta
alopez@polancostreet.com
Cristina Millán
macrinika@gmail.com
Patricia Saavedra
paty_regina@live.com.mx

Facebook: PolancoStreet

Twitter: @PolancoSt

www.elhilonegro.com

www.polancostmagazine.com

Revista Online, Diseño web y Contenido multimedia

Polanco Street Magazine, Revista Mensual Marca registrada, Año 1, No.02

Esta publicación está protegida bajo los derechos de autor y queda estrictamente prohibida cualquier reproducción total o parcial del material publicado.

Las menciones de precios, marcas, casas comerciales y nombres de productos, son servicios informativos y no representan responsabilidad alguna para la editorial. El contenido de los artículos es responsabilidad exclusiva de sus autores, anunciantes y colaboradores y no refleja necesariamente el punto de vista de la editorial.

Impresión y Distribución: SOLUCIONES EMPRESARIALES NIÁGARA, Bahía de San Cristóbal No.4, Col. Verónica Anzures, Del. Miguel Hidalgo, CP. 11300, México.
D.F. Tel: (55) 5260-8074 www.niagara.mx

Certificado de Licitud de Contenido en trámite.

Número de Certificado de Reserva de Derecho de Título en trámite.

Certificado de Licitud de Título en trámite.

L'ERBOLARIO

SEGRETI DI BELLEZZA



Boutique L'Erbolario - Antara Polanco • Galerías Atizapan
www.erbolario.com

Los creadores de *Polanco Street Magazine* siempre estamos buscando mejorar para estar a la altura de nuestros lectores. Los habitantes de Polanco son exigentes, pero afortunadamente vivimos en una zona riquísima en temas y actividades.

En esta segunda edición de tu revista guardamos lo mejor de la anterior, por lo que tenemos un nuevo artículo de Guilele Chernitzky, quien siempre nos regala la oportunidad de ver las cosas con nuevos ojos. Seguimos también con nuestras recomendaciones de restaurantes, que seguimos ilustrando con las excelentes fotos de Carolina Salinas. Las calles de nuestra colonia empiezan en este número a contarnos su historia, nuestra historia; empezamos con una de las más hermosas y cotizadas, que hace honor a uno de los más grandes poetas latinoamericanos: Rubén Darío. Mantenemos nuestra divertida sección de Mechismo, que aporta como siempre datos curiosos que ni siquiera podrían imaginar.

Sin embargo hemos descubierto nuevos intereses a través de nuestros lectores, por lo que en este número también incorporamos nuevos ingredientes. El resumen deportivo les será particularmente útil para la sobremesa. Los tips de mecánica para neófitos pone por fin al dueño del taller de nuestro lado.

Y como siempre, lugares, gadgets, eventos, información sobre salud y las compras más destacadas del mes.

Esperamos que disfruten de este nuestro segundo número de *Polanco Street Magazine*.

El Chila negro

BIG BOLA CASINOS



MÁQUINAS RULETA POKER BLACK JACK BINGO BAR LOUNGE SPORTSBOOK

CADA REINA MERECE SU CASTILLO ♦ EL DINERO NO DA LA FELICIDAD PERO COMO AYUDA ♦ A RIO REVUELTO GARANCIA DE PESCADORES ♦ PARA LO QUE FALTA QUE VENGA EL RESTO EL QUE NO ARRIESGA NO GANA ♦ DINERO LLAMA DINERO ♦ EL QUE BUSCA ENCUENTRA ♦ LA SUERTE ES DE QUIEN LA TIENE ♦ LA OCIOSIDAD ES LA MADRE DE UNA VIDA BIEN PADRE ♦ SI EL JUEGO FUERA UNA RELIGION ESTA SERIA SU CATEDRAL



Síguenos @bigbolacasinos7

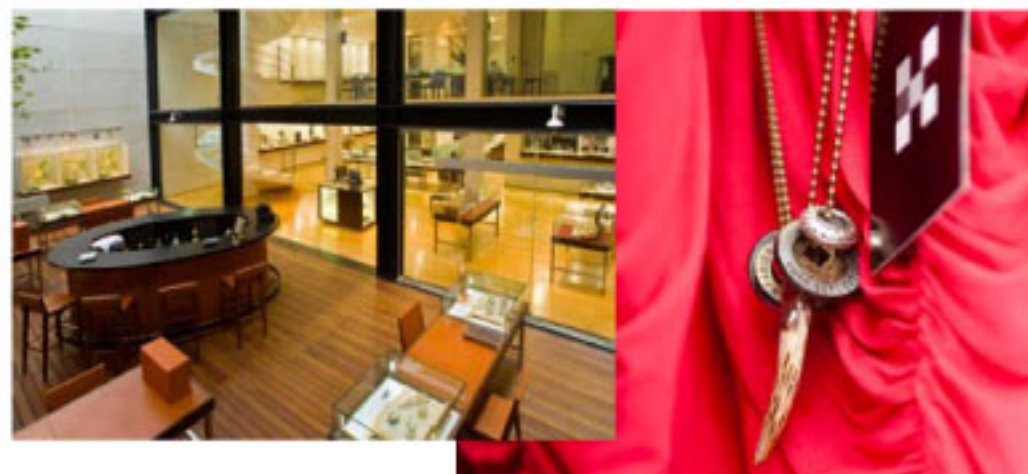
• MAYORES DE 18 AÑOS • PERMISO SEGB DGG/713/17

www.bigbola.com Atención a clientes en 800 00 BIGBOLA tuescucho@bigbola.com

Juega y Diviértete como nunca.



Querétaro • Celaya • Tlalnepantla • Tecamachalco • Ciudad del Carmen • Saltillo • Tuxpan • Xalapa • Metepec • Veracruz • Córdoba • San Luis Río Colorado • Satélite • Interlomas • Mochis • León



Índice

8 ■ Polanco Streets

Rubén Darío

10 ■ Polanco Chic

Polanco
Parques Polanco: El mejor lugar para vivir
Peyrelongue Chronos
Mercedes-Benz Hermer
360° alrededor de Polanco
Hábito
Libro: El Último Brindis de Porfirio Díaz
Galería Oscar Román

38 ■ Food & Drinks

Ivonne
Recetas
El Revés



Polanco St.



Polanco St.

44 ■ Wellness

La extraordinaria Sábila
Resumen Deportivo

48 ■ Lifestyle

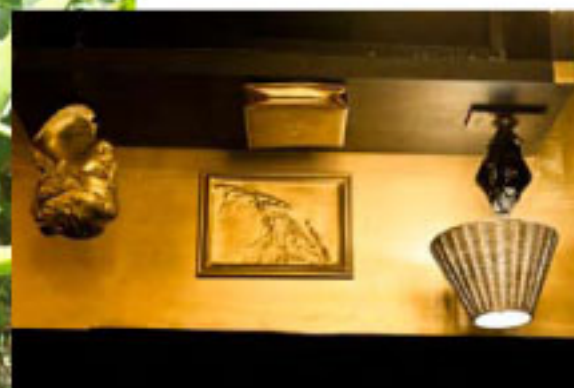
El bañi de viaje

52 ■ Features

Sobreviviendo... El desamor / Guitele Chernitzky
TOP 588888 / Santiago Rodríguez

56 ■ Not4turistic:

Google TV
Pasando el dato
Teatro: BRECHT para niños...
Cine: Megamind
DVD's



Rubén Darío

Juan Miguel Hurtado / HN

y no halla sino la palabra que huye...

Rubén Darío, *Yo persigo una forma*

a Eduardo Hurtado

Si repasamos todo Polanco, son en realidad pocos los poetas puros —aquellos cuya obra de vida fue la poesía— que vieron sus nombres plasmados en las calles: Lord Byron, Tennyson, Elliot. Pero como es ya costumbre, Polanco guarda una sorpresa: haciendo a un lado el cuestionable caso de Andrés Bello, sólo hay un poeta (de hecho un solo escritor) hispanoamericano.

Comenzaré por lo más obvio: poeta y diplomático nacido en Metapa, Nicaragua en 1867. Al igual que su verdadero nombre (Félix Rubén García Sarmiento), su nacionalidad resulta insignificante: fue un constante trotamundos, en todo caso un latinoamericano imbuido por el espíritu europeo. Entre sus andares, sólo llegó una vez a México. Venía como representante del gobierno de Nicaragua para las fiestas del Centenario de la Independencia; tras su llegada al puerto de Veracruz hubo un golpe de estado en su país. Nunca llegó a la capital.

Para los que recuerdan sus libros de texto, se le toma como padre del *modernismo*, que habría nacido con su libro *Azul* (1888). No es desmesurada esta percepción: aunque en realidad fue amalgama entre la primer y segunda generación de modernistas, fue sin duda alguna un parte aguas, no sólo para el movimiento en sí, sino para la historia de la poesía en lengua castellana. Por si fuera poco, él fue quien lo oficializó, al darle su nombre.

Pero, ¿qué es el modernismo? ¿por qué es importante? Después de su tenue resplandor durante el romanticismo, la lengua española, en especial su poesía, quedó como un campo árido y arcaico. Los hispanoamericanos, apenas acostumbrándose a

su independencia y llenos de ánimo por expresar el nuevo mundo que discernían, se encontraron con un lenguaje encerrado en el provincialismo, la tradición y el pasado. Entre aquella niebla, algunos escritores del continente voltearon hacia otras poéticas, principalmente la de los (románticos y parnasianos) franceses. Esa fue la primera innovación; como diría Darío, "el modernismo no es otra cosa que el verso y la prosa castellanos pasados por el fino tamiz del buen verso y la buena prosa franceses". Aunque en esa frase intencionalmente provocadora no se le hace justicia, también la literatura anglosajona jugó un papel importante, en especial la de Whitman y Poe.

Sin embargo, el espíritu del modernismo va más allá de sus influencias. Por un lado, en palabras de Octavio Paz, marca el inicio de la "fusión entre el lenguaje literario y el habla de la ciudad". Por otro, funda la idea de *decir lo indecible*, descifrar el orden del universo a través del lenguaje y del ritmo, hacer a las palabras decir más de lo que por sí solas dicen... y la obsesión de los poetas por fungir como los intermediarios. El modernismo fue la primera expresión literaria, más precisamente poética, pura y libremente hispanoamericana, pero su influencia marca el origen de toda la poética contemporánea en castellano.

Rubén Darío es el centro del modernismo, esta nueva poética que fundió los espíritus de la literatura romántica, simbolista y española. Según Paz, fue tanto su crítico como su conciencia. Su poesía está marcada por esa búsqueda de formar un puente entre lo tangible y lo intangible que conforman el universo; bajo su escritura "la poesía es reconciliación".

La calle de Rubén Darío, antes Fundición, es sin duda una de las más bellas de Polanco. Es en sí misma una metáfora, está rodeada por sus fuentes de inspiración: por un lado, los iconos de la sabiduría y literatura occidentales; al otro, la naturaleza.

Poemas recomendados: "Los motivos del lobo"; "A Margarita Debayle [Margarita, está linda la mar]". Libros recomendados del autor: *Azul*, *Cantos de vida y esperanza*, *Prosas profanas*. Sobre Rubén Darío: Octavio Paz, *Cuadrúculo*.

Polanco

Si hablamos de las zonas más importantes de México, donde se mezclan la historia, el diseño, la moda, la cultura y la modernidad sin duda alguna tendremos que hablar de Polanco: una de las regiones más famosas y representativas de la Ciudad de México. Su historia comienza a finales del siglo XIX, cuando se decidió fraccionar la Hacienda de los Morales; esos predios fueron adquiridos por comerciantes judíos, libaneses y españoles que en ese momento buscaban salir del área del Centro Histórico. A partir de ahí inicia el desarrollo de una región que conjunta diversos estilos, historia, cultura, diversión y modernismo.

El área que comprende lo que llamamos Polanco se puede dividir en tres sectores para su mejor ubicación. La parte al sur atraviesa el Paseo de la Reforma y la primera sección del Bosque de Chapultepec, en el centro encontramos el área de la avenida Presidente Masaryk, y al norte ubicamos la colonia Polanco. Caminar por cada una es toda una experiencia que enamora a cada uno de los sentidos, pues los olores, las formas y el ambiente son elementos que mantienen viva su historia.



La arquitectura de la zona es ecléctica, podemos encontrar edificios con un estilo clásico, casas con un toque colonial californiano y modernos inmuebles que nos muestran la variedad arquitectónica, clara muestra de las diferentes tendencias por las que ha pasado la arquitectura en México desde el siglo XX.

Los edificios más representativos de Polanco son el Trujillo, el Conservatorio Nacional de Música, el Edificio Polanco, el Pasaje Polanco, el Liceo Franco-Mexicano, el edificio del Hospital Español, el famoso Edificio Chapultepec (también llamado "El Ombligo de Polanco"), sin olvidar el hermoso casco de La Hacienda de los Morales.

Polanco es un territorio Cosmopolita, herencia de la mezcla de las personas que habitan ahí. Una amalgama de tradiciones, costumbres y hábitos que reflejan la combinación y la unión de varias culturas como la española, la judía, la libanesa y por supuesto la mexicana, que sin lugar a duda le dan un aire parecido al de algunas ciudades europeas.

Uno de sus espacios más atractivos es la Avenida Presidente Masaryk, donde podemos encontrar las más exclusivas tiendas y reconocidas boutiques; diseñadores mexicanos e internacionales tienen sus negocios ahí, lo que hace a esta calle la más importante de México para la moda, y podría ser comparada con avenidas de fama internacional como Rodeo Drive en Beverly Hills, Champs Elysées de París y la Quinta Avenida de Nueva York.



La cocina no escapa a la tradición cosmopolita de esta colonia y nos muestra sus mejores manjares con platillos de casi todas las partes del mundo, podemos encontrar establecimientos de comida mexicana, argentina, china, española, libanesa, entre muchas otras. También existe una preferencia por los locales para tomar el café, y ahí se encuentran los más exclusivos mesones y restaurantes para satisfacer al paladar más exigente.

Polanco no deja de innovar y obedeciendo a esta constante el área conocida como Nuevo Polanco se ha transformado en una de las zonas con mayor desarrollo inmobiliario de la Ciudad de México. En el Nuevo Polanco, que se encuentra atravesando Ejército Nacional, está el exclusivo Centro Comercial Antara y se ha iniciado la construcción de uno de los proyectos más ambiciosos de todo México: la Plaza Carso, que incluirá en su construcción tres torres de oficinas con más de 20 pisos cada una, dos edificios con 440 viviendas en total, un centro comercial de tres niveles, un teatro, más de ocho mil cajones de estacionamiento y el Museo Soumaya, que guarda la colección privada de Rodin más grande del mundo.

Por todo esto Polanco es una de las localidades con mayor calidad de vida una región que conjuga la modernidad, el estilo clásico, pero lo que más destaca, por encima de todo es su gente, que se enorgullecen de su historia, sus parques, sus monumentos, sus iglesias y su colonia, y de sus habitantes que son el corazón del sector más importante de la ciudad.



Parques Polanco

La mejor calidad de vida

Ubicado en la esquina de Mariano Escobedo y Lago Alberto, Parques Polanco es un nuevo concepto que reúne en un mismo espacio todas las características de ubicación, seguridad, orden, estilo y calidad de vida en un solo proyecto. En realidad, se trata de una colonia completa diseñada por algunos de los más grandes y reconocidos despachos de arquitectura.



Una de las características de Parques Polanco es su contribución a la zona, pues logró transformar un espacio industrial en un concepto habitacional con más de 20,000m² de áreas verdes, algunas 100% libres de autos. Además, el conjunto combina una gran diversidad de opciones, pues ofrece desde estudios hasta lujosos departamentos para toda una familia.

La 1ª fase, que ha sido completamente terminada y entregada, incluye un centro comercial con todos los servicios: gimnasio, supermercado, restaurantes y bancos. La 2ª fase, dos torres de 25 pisos y 193 departamentos con vistas extraordinarias y todas las amenidades, está en su etapa de preventa. Los edificios residenciales y comerciales están dispuestos alrededor de un gran parque central de 15,000m² de uso exclusivo para los residentes.

Por su innovadora visión enfocada a ofrecer una mejor calidad de vida para los mexicanos del siglo XXI, y por ser uno de los proyectos con mayor solidez financiera, el proyecto Parques Polanco recibió el 2º lugar en el XVIII Premio de Obras Cemex, en la categoría Comercial y de Usos Mixtos.

PEYRELONGUE CHRONOS A LA VANGUARDIA

En respuesta al permanente compromiso de calidad y servicio Peyrelongue Chronos, la joyería que encabeza Luis Peyrelongue nos presenta su nueva y vanguardista Terraza de Exhibición de Relojes en su casa matriz de Masaryk:

Con más de 40 años de experiencia en la industria de la joyería y la relojería, nos hemos comprometido con la calidad, el servicio y la variedad en gusto, el diseño y la exclusividad, hoy patentadas en nuestra nueva área de exhibición de relojes cuya arquitectura envuelve un ambiente mucho más cálido y amigable a favor de todos y cada uno de nuestros clientes, a quienes agradecemos de esta forma su invaluable confianza

Polanco Chic



Así lo aseguró Luis Peyrelongue, quien agregó que este espacio se suma al compromiso de un servicio especializado, con personal altamente capacitado y con la más alta variedad en marcas de prestigio pensadas en cada personalidad y en cada gusto.

Cabe destacar que al tiempo que se abre esta sala de exhibición en relojería, Peyrelongue Chronos mantiene inversiones permanentes para traer a México lo más sofisticado de la joyería, tanto con diseños propios como de firmas de grandes diseñadores. A su vez, en su espacio de CASA también mantiene una innovación constante con los artículos que dan ese toque de personalidad y distinción a cada hogar.

Finalmente, y ante la presentación de este armonioso espacio, el directivo ratificó que hoy por hoy ya no es necesario viajar a diversas partes del mundo para adquirir los artículos de casa, joyería y relojería más prestigiados, como sucedía en el pasado, pues en Peyrelongue Chronos los podrá encontrar.



Polanco St.

Mercedes-Benz Hermer

Presidente Masaryk 42

Manuel Valverde

Mercedes-Benz es una marca alemana con gran presencia en México, cuenta con un gran número de agencias y puntos de asistencia para sus clientes, con servicios de asesoramiento, venta y postventa que hacen de Mercedes-Benz una Marca líder en el sector automotriz.

Desde hace 19 años la agencia automotriz Mercedes-Benz Hermer, ubicada en Av. Presidente Masaryk 42, ha ofrecido a sus clientes la mejor calidad y servicio en lo que a automóviles se refiere. A decir de su Gerente General, José Manuel Díaz, La Mercedes-Benz de Masaryk es "una agencia que se preocupa por sus clientes, tratamos de ofrecerles el mejor automóvil de acuerdo a sus necesidades".



Mercedes-Benz compete con otras marcas premium como BMW o Jaguar. "La competencia con las otras marcas va bien, es una lucha fuerte y divertida. Somos una de las firmas que más gama y variedad tiene, por eso estamos vendiendo mucho en estos momentos", comentó.

A pesar de haber sufrido una caída en sus ventas el año pasado, en lo que va del 2010 la agencia de Masaryk ha tenido un repunte del 15%, lo que la coloca como una de las más productivas en este periodo.

La variedad automotriz de Mercedes-Benz es amplia, puedes encontrar desde autos chicos y económicamente accesibles como el nuevo modelo Smart, hasta los más caros y exclusivos como la nueva Clase R, una camioneta para 7 pasajeros que está teniendo mucho éxito por su extraordinaria calidad y lujo.

Los nuevos modelos de Mercedes-Benz vienen con la más alta tecnología: nuevos motores para reducir emisiones contaminantes, con mayor potencia y menor consumo de combustible. Todo en beneficio del planeta y del cliente.



Mercedes-Benz

Presidente Masaryk 42
5262- 9860



360°
alrededor de polanco

Polanco Chic



Kartell



Kartell



Kartell

Polanco St.



JOHNSTON & MURPHY®

Disponible en tiendas departamentales, El Palacio de Hierro, Liverpool, Sears.



Louis Vuitton



MAC



Nespresso



Mac Store



Louis Vuitton



Cortina Móbido



360°
alrededor de polanco
20

360°
alrededor de polanco



Louis Vuitton



Nespresso



Polanco St.

Polanco Chic



Louis Vuitton



Peyrelongue



Peyrelongue



Wildfox

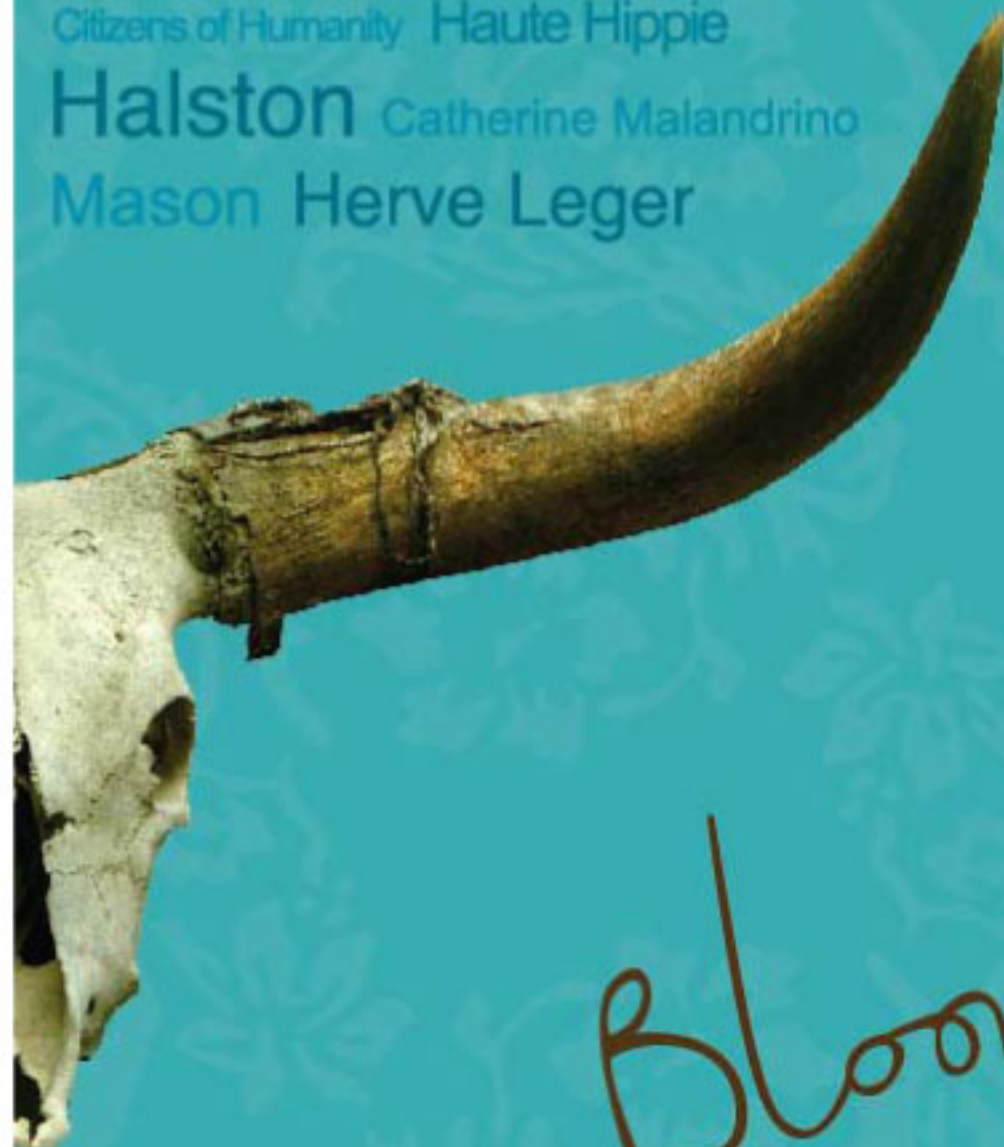


Louis Vuitton

360°
alrededor de polanco

Polanco St.

Emilio Pucci Haute Hippie
Joe's Jeans **Missoni** Alice + Oliva
Just Cavalli **Galliano** Diane von Furstenberg
Citizens of Humanity Haute Hippie
Halston Catherine Malandrino
Mason Herve Leger



Bloom

boutique **BLOOM**
antares polanco 52.82.38.62
www.bloom.mx



U-Storage

Renta de Mini-Bodegas

01800-966-0000



La perfecta solución

a tus problemas de
espacio



U-Storage

**Tu departamento
es muy pequeño?**

Renta de Mini-Bodegas

limpias

seguras

cómodas

24 hrs.

Ideales para guardar:

- Menaje de Casa
- Exedente de inventario
- Archivo muerto

01800-966-0000



A tan solo 5 minutos de tu oficina y domicilio
PARQUES POLANCO
5250-9678

Lago Alberto # 320 sótano 4, esq.
Gral. Mariano Escobedo,
Col. Granada, Deleg. Miguel Hidalgo

Sótano del Centro Comercial Parques Polanco

POLANCO
5250-4558

Miguel de Cervantes Saavedra No. 5,
esq. Río San Joaquín, Col. Granada
C.P. 11520, Deleg. Miguel Hidalgo

GUSTAVO BAZ
5384-5904 y 05

VIADUCTO
(55) 5648-6080

CHURUBUSCO
5640-7107

ACAPULCO
01 (744) 462 02 04

LERMA
(728) 284-1212

PUEBLA
(222) 285 6505

SANTA FE

POLANCO
5250-4558

PERIFERICO

**PARQUES
POLANCO**
5250-9678

www.u-storage.com.mx

Tu vida en la Condesa, llena de posibilidades...



capital
condesa
pisos residenciales

Capital Condesa es la puerta de entrada a esta gran colonia que a través del tiempo se ha transformado en "el lugar" para vivir dentro de nuestra gran metrópoli. Con más de un siglo de historia, La Condesa ha sido una de las colonias más emblemáticas de nuestra ciudad capital.

Capital Condesa cuenta con una infinidad de áreas comunes entre las que se encuentran: alberca, gimnasio, spa, coffee bar, terraza, entre otros.

El proyecto cuenta con departamentos de diferentes tamaños y opciones a tu muy particular estilo como:

- Estudios, 2 ó 3 recámaras
- Terrazas privadas
- Dobles alturas
- 1 ó 2 niveles

Además, te ayudamos a crear tu propio estilo en los acabados con:



BAITA System



Vasconcelos 92 Col. Condesa

Tel
5662.2550
www.baita.com.mx

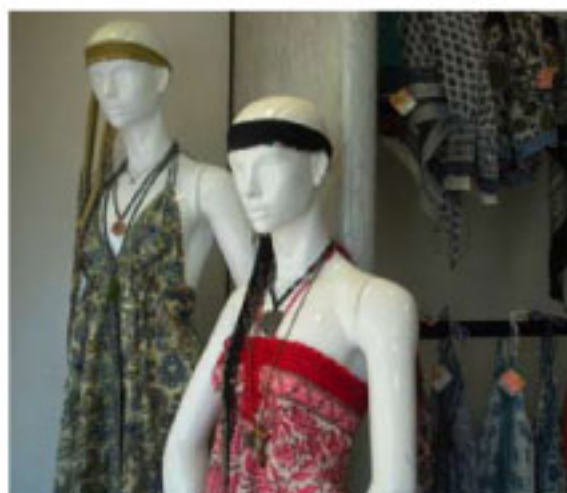


Hábito

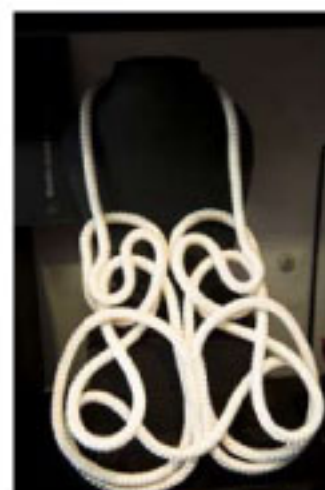
En el corazón de la colonia, dentro de Pasaje Polanco, nos encontramos Hábito, una exclusiva tienda de moda donde los más selectos diseñadores mexicanos exponen y venden sus colecciones. El proyecto de Hábito, vislumbrado por Alejandra García Aguirre desde hace 10 años resguarda una filosofía que apoya a la industria mexicana y cumple con las más altas exigencias del medio.

En los últimos años, el diseño de moda ha cobrado gran relevancia en nuestro país. Más allá de copiar las tendencias mundiales preponderantes, los nuevos talentos mexicanos han logrado crear un estilo propio que combina un profundo conocimiento de los movimientos internacionales con toques distintivos propios de su lugar de origen. Gracias a esto, los diseñadores mexicanos han acaparado la atención de críticos y diseñadores de todo el mundo, al grado que sus colecciones no sólo han logrado romper la barrera del malinchismo para el mercado nacional, sino que además marcan tendencia en la industria de la moda a nivel mundial.

Alejandra García Aguirre es una de las personas que creyeron en la industria de la moda mexicana desde sus inicios: "En México tenemos grandes talentos con mucha propuesta, conscientes de las tendencias mundiales, y este lugar está dedicado a ellos." La selección de esta tienda es muy cuidada por Alejandra, pues cada uno de los productos que vende es escogido detenidamente por ella para asegurar la más alta calidad. Por supuesto, la principal primicia es que lleve la etiqueta de "Hecho en México".



HÁBITO Pasaje Polanco, Masaryk 360, local 9, Polanco, (01 55) 5281 3841



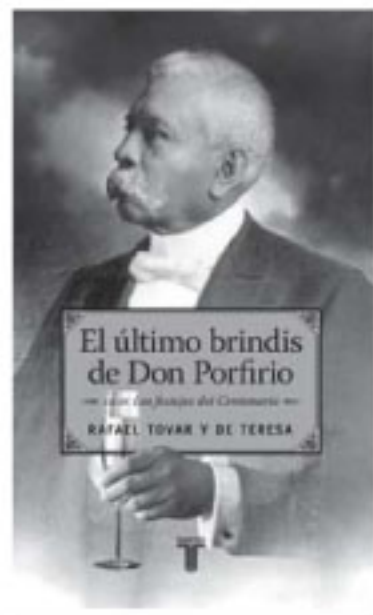
Algunos de los diseñadores y marcas que podrán encontrar en Hábito son Valeria Castro, Dutzi, Paola Pérez, Tafetta por Gabriela Campo, Itsofacto entre otros. A los vestidos y diseños también ostenta en sus aparadores bolsas, accesorios y joyería.

La próxima vez que estés en Pasaje Polanco, no olviden darse una vuelta por esta exclusiva tienda, que además de ofrecer productos de la más alta calidad, apoya a la creciente industria nacional alrededor de la moda.



Presentan libro

“El Último Brindis de Porfirio Díaz”



En medio de las celebraciones del bicentenario de la Independencia y el centenario de la Revolución Mexicana, aparece un libro que hace una crónica de las festividades que organizó el ex presidente Porfirio Díaz. El libro se presentó en el club de industriales, rodeado un gran número de amigos y colegas. El exitoso escritor e investigador Francisco Martín Moreno, autor de polémicas obras como México negro, presentó la obra.

El Último Brindis de Porfirio Díaz, de Rafael Tovar y de Teresa, nos detalla cómo al mismo tiempo que se pretendía conmemorar el movimiento iniciado por Miguel Hidalgo, también el entonces presidente se esforzó por mostrar al mundo que sus treinta años de gobierno habían logrado hacer de México un país socialmente estable, con progreso económico y digno del respeto internacional.

El libro, fiel a la tradición del autor, ofrece un amplísimo contexto que busca analizar las diferentes facetas que mostraba la nación en esos tiempos, regalándonos una nueva y muy documentada visión del México de 1910.



Tenemos los mejores servicios para hacerte crecer

Más de 20 años siendo líderes en
Divisas y Pagos nacionales e internacionales
nos permiten ofrecerte los mejores
servicios financieros

www.intercam.com.mx
01800 800 3334



Financiamiento



Inversión
de Tesorería



Fondos y Cajas
de ahorro



Seguros
y Fianzas



Asesoría
Patrimonial



Forwards
y Coberturas

Entre el recuento de la celebración, El último brindis de Porfirio Díaz aborda cómo se planearon festejos para diferentes estratos de la sociedad mexicana: por un lado eventos en el Bosque de Chapultepec, plazas públicas y mercados, donde abundaron los esparcimientos para la población en general; por otro los festejos fastuosos para diplomáticos extranjeros, los funcionarios mexicanos y sus familias en Palacio Nacional. Los embajadores y presidentes de muchísimos países vinieron convocados por Don Porfirio, y ofrecieron un gran número de regalos a México, entre los que destacan las prendas de José María Morelos que España devolvió en un gesto de renovada amistad entre los dos países.

Uno de los aspectos que destaca Tovar y de Teresa es el hecho de que además de inaugurar imponentes monumentos –entre los que destaca la Columna de la Independencia– el gobierno de Díaz destinó una cantidad importante de recursos para realizar importantes obras públicas como caminos, drenaje, edificios públicos, teatros, entre muchas otras. Por otro lado relata la manera en que se mostraron los avances en ciencias, medicina y artes mediante conferencias y exposiciones. Uno de los hechos

más significativos que aborda el libro es la inauguración de la Universidad Nacional, la base rectora que daría nacimiento a la UNAM.

En medio de una ideología positivista de élite y una prensa que minimizaba el descontento, el libro retoma un documento del Comité Organizador que nos describe su idea del festejo: "No se trata de las ideas de una parcialidad política, ni de los sucesos que despiertan memorias luctuosas para algunos de nuestros compatriotas, ni que recuerden disensiones entre hermanos; sino de la solemnidad del común hogar, de la fiesta de la gran familia mexicana."

El último brindis de Don Porfirio, de Rafael Tovar y de Teresa, nos detalla tanto procesos como sucesos del México de principios del siglo pasado; su visión, siempre aguda, y su prosa amena y digerible nos ayudan a comprender la política, los movimientos sociales, los diversos intereses que existieron durante uno de los periodos más complejos y definitorios de nuestro país. Además, el libro viene acompañado por más de 150 imágenes, muchas de ellas inéditas. Seguramente esta publicación se convertirá en uno de los más importantes referentes al analizar los festejos del 2010.



Polanco St.

dermalogica®

Dermal Day Spa & Salon

Bienestar total en la ciudad para hombres y mujeres

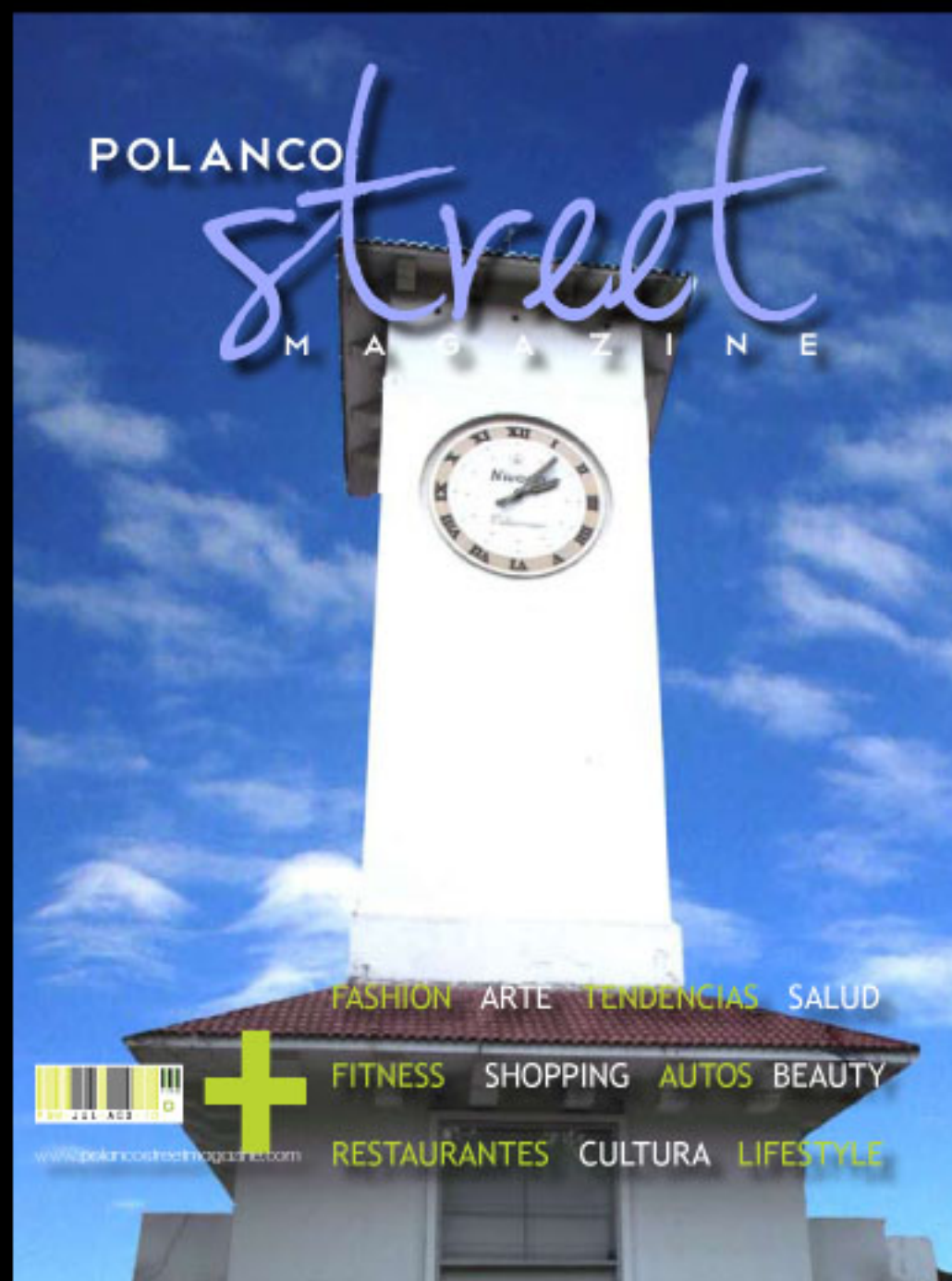


Promociones válidas todo el año:

- 1.- Al pagar 6 sesiones por adelantado de 1 hora reciba 15% de descuento
- 2.- Al realizar su cita con anticipación y respetarla y llegando a tiempo reciba el 15% de descuento.
- 3.- Al recomendarnos con un amigo o familiar después de que este asista reciba el 15% de descuento en su próxima cita
- 4.- Después de 9 citas de 1 hora la 10ª cita es sin costo
- 5.- Pregunte por el apoyo especial para Ejecutivos, Estudiantes y Personas de la 3ª edad, al identificarse reciba hasta 15% de descuento en servicios de spa o salón a partir de las 2pm de lunes a miércoles.
- 6.- Paquetes especiales para Ejecutivos, Novias y Novios con descuentos de hasta el 15%

Goldsmith #56 Colonia Polanco Torre Mayor Reforma #505 PB
Tel: 52 81 38 28 Tel: 55 53 20 01

www.dermaldayspa.com.mx



La publicación más **Elegante,**
Económica y Efectiva
para promover tus productos en
nuestra colonia.

Estamos a tus órdenes.

Ventas: **5260-8074 // 5260-8985**

Alberto Bitar Letayf
synapsisaab@yahoo.com.mx

Alejandro López Pita
alexpita@hotmail.com

Cristina Millán
macrmisa@gmail.com

Patricia Saavedra
paty_regina@live.com.mx

Síguenos en:



PolancoStreet



@PolancoSt

Galería Óscar Román

A casi 20 años de su inauguración, la galería Óscar Román es hoy un referente obligado para las personas que buscan un sitio donde encontrar el mejor arte mexicano. Ubicada en la calle de Julio Verne número 14, en Polanco, la galería busca desde 1991 impulsar la obra tanto de artistas consagrados como de nuevos talentos, para que tengan un espacio donde exponer sus obras y generar un vínculo con museos, coleccionistas y aficionados al arte.

El edificio que alberga a estas obras selectas tiene en sus dos pisos una galería que continuamente va rotando para presentar artistas de diferentes estilos y técnicas como Jesús Urbieto, Manuel De Los Ángeles, Luis Selem, Ricardo Villasana, Lorena Isla, Marco Vargas, entre muchos otros.



"La pasión es lo que te mueve, lo he dicho muchas veces. Hay gente que abre galerías de arte pensando que es un buen negocio, pero este es un negocio de constancia, de que te guste lo que haces, por el auténtico amor al arte", comentó Óscar Román.

A lo largo de su trayectoria, la galería se ha ido consolidando como una excelente promotora del arte; gracias a Óscar Román surgen constantemente nuevas propuestas y los artistas de renombre han logrado exponer su obra y mostrarla en los museos más importantes de México y el mundo. *"Los artistas observan cuando un espacio está trabajando y lo está tratando de hacer bien. Somos ecléticos pero firmes en el sentido de que queremos presentar a la gente pintura, escultura y fotografía. Combinamos todas las técnicas para que los artistas presenten sus obras en la galería".*



Durante este tiempo la galería ha trabajado con cerca de 500 exposiciones y con diferentes instituciones como la Secretaría de Relaciones Exteriores, El Palacio de Bellas Artes, El Museo de Arte Moderno, El Museo de Memoria y la Tolerancia, entre otros. En el extranjero han colaborado con museos de Inglaterra, Japón y Francia, así como un gran número de instituciones europeas.

Su fundador también comentó que su galería se encuentra en una etapa de madurez, de consolidación para de crear proyectos y proponer exposiciones. Se tienen pensadas muchas exposiciones para el corto y mediano plazo, aunque lo que les roba la atención es su aniversario número 20, que será una sorpresa muy grata para todos los amantes del arte.



Food & Drinks

El menú es variado y su estilo lo han bautizado como "Des Colonies", que se refiere a una fusión internacional con una marcada influencia francesa. Cuenta con platillos como el Couscous Royal o el Platón de Indochina; también podemos deleitarnos con la ensalada de endivias, que viene con nuez caramelizada e higo; entre los platos principales recomendamos el atún con costra de pimienta o camarones al curry, aunque en realidad la variedad de platillos hace que la decisión se base más bien en el antojo. Siendo un restaurante con aire afrancesado, no podía faltar en el Ivoire una extensa y cuidadosamente escogida carta de vinos; en su cava podemos encontrar bebidas francesas, italianas, españolas, mexicanas, chilenas, argentinas y australianas.

Los postres son todos exquisitos, como el soufflé de mandarina Napoleón, los sorbetes de frutas frescas y un crumble de pera y manzana que pueden ser acompañados de café expreso, capuchino, té verde con jazmín o algún digestivo.

El ambiente del Ivoire es divertido, es un lugar agradable donde puedes pasar una velada con los amigos, una cena familiar o disfrutar de un ambiente romántico con tu pareja. El servicio es excelente y sus empleados hacen del lugar una experiencia muy placentera que captura todos los sentidos.



Ivoire

Ivoire es definitivamente uno de los restaurantes más exclusivos y únicos de la ciudad. Su decoración francesa le da un toque de distinción que lo hace único en todo Polanco, mientras que su terraza de estilo mediterráneo permite disfrutar de una noche con una influencia europea que ningún otro establecimiento de la ciudad ofrece.

Este lugar tiene una excelente ubicación, pues se encuentra en Emilio Castelar 95, por lo que ofrece una inigualable vista al Parque del Reloj. En la planta baja, mantiene una excelente tienda gourmet que ofrece exclusivos productos franceses.



Recetas

Mercedes Cossío Peón

“Al mejor cocinero se le va un jitomate entero”

El hecho de sentarse juntos a la mesa une a la familia, es el momento en que nos sentimos cercanos e integrados uno al otro, contribuye a dar constancia y estabilidad a nuestras vidas y preserva nuestra cultura y tradiciones.

La comida familiar debe seguir siendo el momento sagrado del día.

Caldo de queso y papa de Sonora



- 1 cucharada de mantequilla
- ¼ de cebolla picada
- 2 dientes de ajo picados
- 3 papas peladas y cortadas en cuadritos
- 1 cucharada de harina
- 3 o 4 jitomates molidos y colados
- 3 cucharaditas de consomé en polvo
- 1 chile poblano
- 1 cucharada de crema
- 50 g queso Oaxaca o panela cortado en cuadritos
- pimienta
- orégano

- En un poco de mantequilla se frien la cebolla y el ajo picados. Se agregan los cuadritos de papa espolvoreados en harina, para que sellen al freírlos. Se añaden los jitomates molidos y colados junto con un litro de agua. Se agrega el consomé en polvo y se sazona con pimienta y orégano.
- Se le puede poner un chorrito de crema o de leche.
- Aparte se asa, suda y limpia el chile poblano, se le quitan las semillas y las venas, se corta en cuadritos y se agrega a la sopa.
- Se deja hervir todo junto hasta que esté cocida la papa.
- Al servir se agregan los cuadritos de queso.

Dobladitas de queso amarillo con adobo



- 3 chiles anchos
- 1 cucharadita de consomé en polvo
- 1 cucharada de vinagre blanco
- 1 diente de ajo
- 1 pizca de clavo en polvo
- tortillas equivalentes al número de dobladitas
- queso en rebanadas (½ rebanada ¼)
- aceite para freír
- orégano

- Se agrega el queso a las tortillas y se doblan. Se frien en bastante aceite, se sacan y se ponen a escurrir en servilletas de papel.
- Para hacer el adobo se ponen a hervir los chiles anchos y cuando estén suaves se ponen a moler en la licuadora con el ajo, una el vinagre el consomé en polvo el clavo y el orégano. Una vez licuado se cuele en una olla y se deja que espese.
- Las dobladitas se llevan a la mesa y se pone aparte una salsera con el adobo.
- TIP:** Siempre que licúes líquidos calientes remueve la tapa pequeña y pon en lugar de ella un trapo para que no salpiques.

Peras al vino blanco



- 2 tazas de vino blanco
- 1 taza de azúcar
- ½ palito de vainilla abierto a lo largo
- 4 peras bosc (cafés) peladas y partidas a la mitad sin semillas
- 4 tazas de agua

- Se hierve todo hasta que las peras estén suaves, ¿podría ser más fácil?



El reino de El Revés

Ubicado en Virgilio 25, en la colonia Polanco, el restaurante bar El Revés sorprende desde la entrada. Como su nombre lo dice toda la decoración del lugar se encuentra en el techo, donde podemos observar una gran variedad de objetos: sofás, mesas, lámparas, y hasta animales disecados.



Food & Drinks



El bar tiene un ambiente elegante, concebido como un mundo surrealista, poético y sofisticado. La decoración estuvo a cargo del diseñador francés Emmanuel Picault, creador de la tienda Chic ByAccident. El bar está dividido en las partes que conforman una casa: la sala, el jardín, la alberca y un patio; cada uno de ellos tiene un sabor particular que lo hace especial. En las diferentes secciones de El Revés podemos encontrar objetos antiguos o art déco.

La gente que acude al lugar es diversa, hay personas de todas las edades, también acuden visitantes extranjeros que han encontrado en aquí un punto de diversión para sus viajes. Puedes disfrutarlo desde el jueves hasta el sábado. La música es variada, se puede escuchar algo de lounge, electrónica, new wave, hasta melodías con toques roqueros y punk.

El menú que ofrece El Revés es también amplio y sofisticado. Entre de sus platillos podemos encontrar carnes frías, atún con frutos rojos, ceviches, salmón y el más solicitado: la hamburguesa de atún, que a decir de los comensales es la sensación del lugar.

En cuanto a bebidas podrán disfrutar de un sinnúmero de vinos nacionales y extranjeros, así como tus cocteles favoritos.

El revés es sin lugar a duda un sitio tiene todo para pasar un rato agradable, la fantasía que te ofrece el lugar lo convierte en el mejor restaurante de la zona.

La Extraordinaria Sábila...

El Aloe vera, también conocido como sábila, es un elemento importante en la medicina natural, ya que se han descubierto decenas de propiedades curativas excepcionales.

Es una planta con hojas dispuestas en rosetas formadas por tres capas. Una de ellas contiene la aloína, que es el principio activo de esta planta.

Desde épocas antiguas el Aloe Vera era utilizada como planta medicinal y era empleada para la prevención y tratamiento de diversas enfermedades.

Su contenido nutrimental es muy amplio, ya que contiene nutrimentos energéticos como los aminoácidos (tripsina, treonina, valina, fenilalanina, triptófano y arginina), así como importantes cantidades de vitamina A (Carotenos), Vitaminas del complejo B (B1, B3 y B6), ácido fólico, calcio, magnesio, hierro, zinc, cobre, potasio, sodio, boro, magnesio, fósforo, así como ciertas enzimas, polisacáridos y fibra.

Estos componentes hacen de la planta del Aloe Vera una excelente opción en la prevención de ciertos padecimientos. Su principal función es la de ser antioxidante: el cuerpo, al estar expuesto a factores del medio ambiente como el cigarro, la contaminación y la mala alimentación hace que nuestras células produzcan radicales libres que pueden dañar las células, provocando desde un envejecimiento prematuro hasta enfermedades cardiovasculares. Los antioxidantes protegen a nuestras células del daño de los radicales libres, por lo que se han empleado en la medicina y en la estética para contrarrestar los efectos de los elementos nocivos del medio ambiente. La sábila es un excelente antioxidante que bien puede ayudar a prevenir dichos padecimientos, entre ellos, algunos tipos de cáncer.

La sábila también es empleada para el tratamiento de enfermedades del tracto digestivo, ya que protege la mucosa gástrica. Es ideal para emplearla en personas con gastritis, colitis, úlcera y diverticulitis, además de que tiene acción purificante y desintoxicante.

Por su contenido de fibra, el Aloe Vera puede ayudar a evitar la absorción de azúcar y grasas de la dieta, apoyando el tratamiento de personas con diabetes o colesterol elevado.

El ácido fólico, por su parte, es importante para la prevención de enfermedades del tubo neural en los bebés y la sábila es buena fuente de esta vitamina.

La sábila es también buena fuente de calcio, por lo que puede ser empleada para niños, o bien para las mujeres con riesgo de osteoporosis para contribuir a que los huesos y dientes tengan una mejor densidad.

Por si fuera poco, la sábila tiene propiedades anti-inflamatorias por lo que se puede emplear en lesiones e inflamaciones cutáneas leves y en otros procesos inflamatorios como la artritis.

Las plantas forman parte de una cultura ancestral de tratamientos naturales que pertenecen a la medicina alternativa. La historia nos ha demostrado que su uso habitual contribuye a la prevención y tratamiento de algunos padecimientos. Su uso no tiene efectos secundarios, por lo que puede ser usado a cualquier edad.

Por último, vale la pena mencionar que ningún tratamiento alternativo sustituye al tratamiento médico en casos de enfermedad diagnosticada, por lo que si los síntomas persisten se debe consultar al médico de manera inmediata.

Nutrióloga **Valeria Rubio** - Av. La Paz No. 32 San Angel - nutriologavaleria@gmail.com - 5550-48-69



Resumen Deportivo

Los Gigantes se Agigantaron

No fue lo mismo.
Pero eso sí, algo fue mucho.



Si, la recién terminada Serie Mundial de las grandes ligas de los Estados Unidos no fue lo mismo sin la presencia de los Yanquis de Nueva York, novena que, quiérase que no y sin lugar a dudas, es la que más sabor le pone al caldo.

Y sí, algo fue mucho.

Ya que fue mucho lo que demostraron y consiguieron los Gigantes de San Francisco al agigantarse y despacharse con bombos, platillos y trompetas a los Rangers de Texas, al son de cuatro partidos a uno –pizarra final de 3-1– lo que bien claro deja que si los texanos llegaron a la gran final no fue por méritos propios, sino por las constantes fallas y errores del manager de los neoyorquinos.

Hay que destacar la labor del manejador de los "franciscanos", Bruce Bochy, quien nos da la impresión de ser un hombre callado, prudente y poco dado a las declaraciones fuera de tono y que supo combinar juventud con experiencia y de ahí los resultados.

Por cuatro victorias y una sola derrota supo marcar tanto rumbo como pauta y satisfecho debe de estar al haber conseguido el deseado trofeo que desde 1954 les había sido ajeno a los californianos.



*publicado en Tecamachalco Magazine

El último encuentro fue un cerrado duelo de pitcheo entre Tim Lincecum (Gigantes) y Cliff Lee (Rangers), para terminar por imponerse aquel que recetó 10 ponches a los bateadores texanos.

A nuestro modo de ver las cosas, los héroes de los hoy campeones fueron además del joven lanzador, Edgar Rentería, el novato receptor Cody Ross, quien se lució atrás del home y con el tolete.

Así que tras coronarse los Gigantes en 1954 y de haberse quedado "apenitas" en las series de 1962, 1989 y 2002, se han coronado merecidamente con todas las de la ley y a tambor batiente.

Resta ver si se repetirá la hazaña en la próxima serie de otoño. *

¿Contra los Yanquis?

Quien sabe.

Con ese manager...



Polanco St.

La PUREZA interior si EXISTE

Nuestro cuerpo acumula aprox. 3 a 5 kg. de toxinas al año debido a los conservadores, saborizantes, colorantes, pesticidas e insecticidas que ingerimos.

Clean9 es un programa de desintoxicación de 9 días basado en jugo de sábila y complementos nutricionales. **SIN estimulantes y bajo en carbohidratos.**

Llama o manda un e-mail para recibir más información.



CLEAN 9

Programa de Limpieza Nutricional

Correo: clean9.flp@gmail.com

Tel. 4437-9427



El baúl de viaje

Mercedes Martínez Cossío



A mediados del siglo XIX los baúles, enormes cofres de madera, respondían a las necesidades de los viajeros, los nómadas de entonces: los viajes podían ser muy largos, y estos cofres mantenían los numerosos cambios de ropa y utensilios en buen estado; además, el espacio tanto en trenes como en barcos —los medios de transporte más utilizados— era suficiente para resguardarlos. Por otro lado, como se cargaban de un lado a otro, tenían que ser prácticos y a la vez ligeros.

Surgieron entonces casas de larga tradición como Louis Vuitton, que con su ingenio facilitó los viajes al crear nuevos baúles más ligeros, resistentes y fáciles de transportar. El baúl gris "Trianon" fue el primero en convertir el baúl en guardarropa: un baúl-armario con espacio para colgar la ropa y con cajones. En un principio tenía la tapa redondeada a fin de que la lluvia resbalara fácilmente, pero ocupaba mucho espacio, así que mediante la introducción de la tapa plana, se facilitó el que se pudieran colocar unos encima de otros.



El éxito fue inmediato, y pronto surgieron los imitadores; fue por esto que la casa diseñó la tela "Damier" para cubrir sus baúles, la misma que conserva hasta nuestros días. Su popularidad e innovación fue tal que el diseño ganó una medalla de bronce en la Exposición Universal de 1867; incluso el Gran Houdini se mandó a hacer su baúl especial.

Existía asimismo un lenguaje entre conserjes, quienes pegaban etiquetas del hotel en los baúles en distintas posiciones para comunicarse: una etiqueta en la esquina superior izquierda denotaba a un viajero debutante; en la esquina inferior izquierda, una "sanguijuela desagradable"; junto al asa superior, muy generoso; sobre el lateral derecho arriba, mal cliente; lateral inferior derecha, desagradable pero bueno, etc... Así nació el slogan, "Muéstrame tu equipaje y te diré quién eres", que evoca la relación entre el viajero y su equipaje.

Muchos de los baúles originales han simplemente desaparecido, muchos están en museos, en casa de mi bisabuela había uno enorme en la bodega donde se guardaba toda la ropa que tenía especial significado, la que hoy llamamos "vintage", sin embargo la tradición del baúl no se ha perdido, casas como Louis Vuitton y Goyard los siguen fabricando. Puedo asegurarles que si llegan a un hotel de 5 estrellas con uno de estos baúles seguramente el conserje les pondrá alguna etiqueta junto al asa.



Tus vacaciones soñadas a un click de distancia
Contacto directo con todos los hoteles de Mexico
www.zonaturistica.com



Grupo Atlantic
Impresión Digital Gran Formato

LONA
impresión

PLOTTEO (arquitectónico, diseño, mesh, vinil, fotográfico...)

Impresión Láser B/N y Color

Papelería

Impresión y Copias

5545-8045
5545-0159

Av. Ejército Nacional 475, junto a Nestlé



Sobreviviendo... El desamor

Guilete Chernitzky

Y aquí en el cafecito, sin ti... soy como dos a solas

F. Pessoa

¿Cuántos libros se habrán escrito?, ¿cuántas canciones y cuántos poemas?... y todo, por culpa de un amor perdido.

Hoy, yo no voy a intentar venderles aquí en mi alma-cén ninguno de esos libros, canciones o poemas, de que dicen "y sigue de amor la flama"; pero sí les voy a regalar algunos ingredientes para lograr, en caso necesario, cambiar, modificar o incluso borrar el contenido mental negativo —en algunas ocasiones, hasta catastrófico— que nos impide entender, curar y sobrevivir la pérdida... para poder seguir adelante.

Quiero empezar con los más dulces: lo primero a saber:

- El proceso de curación tiene comienzo, duración y cierre.
- Cada quién tiene su ritmo y tiempo.
- ¡No se pongan máscaras para quedar bien con nadie!
- La naturaleza y el universo están de nuestro lado.
- ¡Vamos a estar mejor!
- Visualicemos... estoy vivo(a). ¡Sobrevivire!
- No se dejen marear por tanto término psicológico y tantos pseudoterapeutas que de pronto inventan estrategias de mercadotecnia para vender la verdad (eso sí, no nos dicen en qué esquina la venden, ¿verdad?) y que nos hacen listas interminables de las etapas que hay que vivir a según sus clichés.

De una forma sencilla, que no mareadora, las etapas son:

- Shock o negación. Aquí no podemos creer que hayamos terminado la relación. La mente lo niega. El cuerpo se anestesia y es, en este momento, donde nuestras defensas toman acción para protegernos del impacto.
- Miedo, dolor, rabia, depresión. Son emociones y reacciones asociadas con la pérdida. En esta etapa perdemos la concentración, olvidamos las cosas, sentimos angustia, pérdida de fe.
- Entendimiento y aceptación. En esta etapa nos damos cuenta que hemos sobrevivido al dolor. Que ya podemos escribir una cancioncita, o aspirar un aroma que nos recuerde al amado, ya distinto y distante, y no nos devasta.
- Nuestro cuerpo está sanando.
- Nuestra mente acepta pasar a un nuevo capítulo y nuestro espíritu se recupera.

En las etapas mencionadas anteriormente no debemos olvidar cuidarnos y apapacharnos. ¿Cómo? Intentar descansar más, tratar de relajarnos y dormir dos o tres horas extras; ser gentiles con nosotros mismos, no tratar de hacer todo a la vez, y sobre todo, no andar "cilindreándonos" con lo mismo.

Tenemos que descansar nuestras emociones, tener cuidado con las noticias o películas que nos afecten y reuniones donde haya mucha gente. Entender la pérdida implica hacer contacto con nuestros sentimientos sin descalificarlos ni anularlos. Por ejemplo, en un solo día podemos sentir enojo, culpa, frustración, alivio, pero no hay que temer a esos sentimientos... van a pasar.

Recordemos que el proceso continúa aun cuando ya estemos sintiéndonos mejor. Los recuerdos pueden volver cuando se les pase a antojarse, no avisan y no piden permiso.

¡CUIDADO! Eso no significa que nos estamos hundiendo de nuevo en la depresión o la tristeza.

Es el rezago, que como llega... pasará, si es que auténticamente vivimos una a una las etapas de duelo. Existe una estrategia infalible que nos ayuda enormemente en el camino hacia la curación, y consiste en hacer por nosotros mismos todo aquello que de pronto hacíamos por ese amor que ya no es nuestro. Desde comprarnos un regalo, por pequeño que sea, hasta masajear nuestros pies con mucha cremita mientras vemos una novela o el fútbol. Esto no irá permitiendo el ir formando poco a poco una red de apoyo positiva, que nos irá fortaleciendo en nuestra persona, familia, trabajo y amigos. Créanme que ahí irán descubriendo a su yo más fuerte, a su yo perdonador.

Los seres humanos tardamos tanto en confiar en nuestros propios arsenales que dejamos de ver lo divino que hay en nosotros. ¡Ya quiéranse más, por favor, se los pido!

La canción que más ha sonado hoy en el alma-cén dice más o menos así:

**"¡Que la chancla que yo tiro,
no la vuelvo a levantar!".
Y me voy... tarareándola...**



Dra. Guilete Chernitzky
Conferencista y life coach.
Directora del Inst. Manejo Positivo del Stress.
ladocentado@gmail.com

TOP 5!!!!!!!!!!!!!!

Santiago Rodríguez

5 Álbumes que cambiaron mi vida, o casi

Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band - The Beatles.
 Blood on the Tapes - Bob Dylan
 Tiger Milk - Belle and Sebastian
 Re - Café Tacuba
 Nevermind - Nirvana

5 Álbumes que no cambiaron mi vida, pero qué buenos son

Kid A - Radiohead
 No Code - Pearl Jam
 Pet Sounds - Beach Boys
 Into the Labyrinth - Dead Can Dance
 Bookends - Paul Simon

5 Álbumes que no puedo dejar de escuchar

Le Noise - Neil Young
 Back to Mine - el disco que sea....
 Buddy Holly - The Very best Of..
 Colors are Brighter - V-A
 Ghost Dog - Wu Tang Clan

5 Álbumes de electrónica que están buenos

Northern Exposure - VA
 Decks, EFX & 909 - Plastikman
 Loops of the Bergerie - Swayzak
 Radioactivity - Kraftwerk
 LCD Soundsystem - LCD soundsystem

5 Álbumes que admito que me gustan

Descanso Dominical - Mecano
 Toto - Past - Present -
 Ray of Light - Madonna
 El mar no cesa - Héroes del Silencio
 Sheppards Moon - Enya

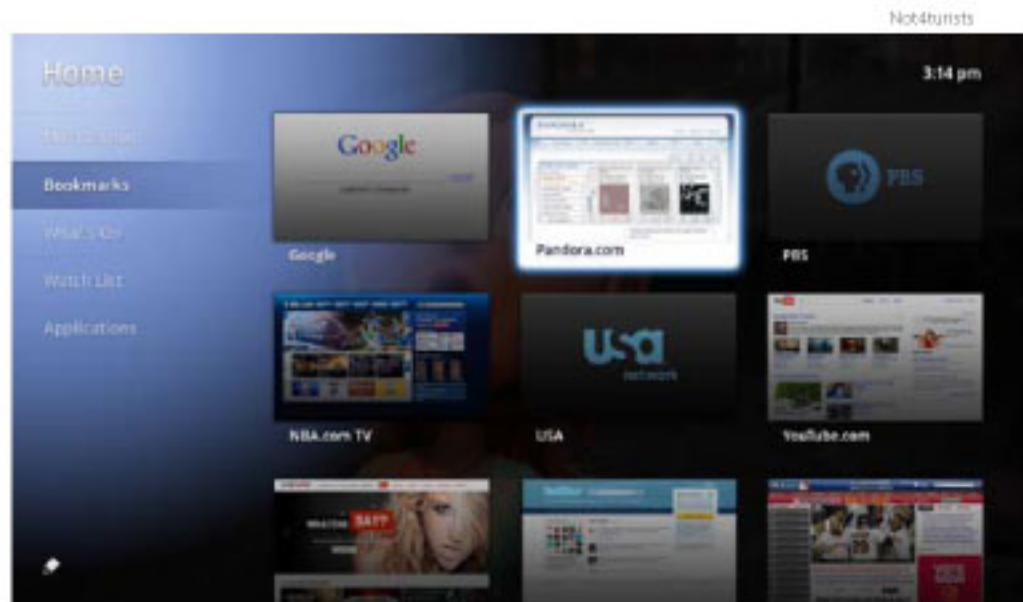
5 Álbumes que recomiendo si estás de acuerdo o tienes mi gusto

parecidos. Si no, no los recomiendo tanto.
 Grizzly Bear - Veckatimest -
 Tr3s - Chiquita Violenta
 Didiok - (((euphonia)))
 Shit Robot - From the Cradle to the Rave
 The Age of ADZ - Sufjan Stevens

El hilo negro

Life is all about content.

w w w . e l h i l o n e g r o . c o m



Google TV

Google TV marca el inicio del final para la televisión como la conocemos. Tan lo es que grandes conglomerados de medios estadounidenses ya comenzaron a bloquear su contenido (ABC, CBS y NBC entre otros).

Sin embargo, Google TV es sólo la versión "amigable y fácil de usar" de sistemas que los consumidores ya están armando por su propia cuenta para poder disfrutar de contenido on-line o local en sus televisores (Boxee Box, XBMC).

A diferencia del Apple TV, este gadget de Google se beneficia de un sistema abierto. Es decir, podrás conectarle un disco duro o USB y reproducir los archivos que tengas guardados (video

HD, imagen y audio) sin problema alguno en tu televisor. Además, podrás ver contenido on-line (YouTube, Vimeo etc), realizar llamadas vía Skype en HD utilizando una WebCam, o utilizar distintas aplicaciones de la que promete ser una robusta oferta.

La caja en sí cuenta con un procesador Atom CE4100 (decodificación de hasta 1080P de video en HD), 4 GB de memoria, salida Dolby 5.1, reproducción de archivos en 3D, WiFi, salida HDMI, Bluetooth y podrá ser controlado por cualquier celular Android, además de los periféricos.

Google TV no será el producto que finalice la batalla por la televisión del hogar, pero definitivamente es el inicio del cambio de paradigma de cómo consumimos y almacenamos información en video. Incluso se presentó ya un modelo de televisor Sony Bravia que cuenta con el sistema Google TV integrado.



green@planet

Disfruta de nuestro delicioso y extenso menú:

Ensaladas Wraps Pizza
Hamburguesas Pastas Smoothies

Insurgentes Aeropuerto Polanco Parques Polanco Forum Buenavista Cd. Azteca
 Servicio a Domicilio: 5545-6189 /// 5254-2675

PASANDO EL DATO

por Mechismo

Un dulce que salva vidas

Se dice por ahí que....

El nombre de los famosos dulces Salvavidas se debe a que la hija del inventor murió ahogada por un dulce sin agujero, lo que no le permitió pasar el aire mientras lo traía atorado en el cogote.

¡¡¡Falso!!!



No es raro tomar literalmente el nombre de productos populares. En realidad, la marca Life Savers nació por algo mucho más circunstancial: en 1912 Clarence Crane, quien era fabricante de chocolates de Cleveland, estaba en busca de alguna golosina que no se derritiera durante la época de calor. Cuando pensó en los dulces de menta que se importaban de Europa contrató a un farmacéutico que elaboraba píldoras para que diferenciara a las suyas de las originales; así surgió la idea de hacerles un hoyo en medio y por la forma se bautizó el producto como Salvavidas. En 1913 Crane vendió la marca a dos hombres de negocios neoyorkinos; uno de estos, Edward Noble, fue quien les dio la presentación que conocemos. Hoy en día los Salvavidas son fabricados por Kraft Foods y desde 2003 se fabrican en Canadá.

M&M's. Los Rojillos no son Dulces

En los 70 científicos de la Unión Soviética decidieron que el colorante rojo causaba cáncer. En esos años el colorante era algo muy común, lo encontraba uno en el helado, en el maquillaje y hasta en las cubiertas de las salchichas. Aunque nunca se le comprobaron los cargos al rojo por homicidio o causante de enfermedad, rápidamente cundió el pánico por el rumor de que el

Colorante Rojo #2 era cancerígeno. El colmo se dio cuando la FDA (Organismo encargado de regular los productos alimenticios y medicamentos) lo prohibió durante diez años. Tras la histeria ocasionada por estas medidas, la compañía de dulces Mars se vio forzada a retirar por diez años los M&M's rojos de su línea, a pesar de nunca haber usado para elaborarlos el Colorante #2.



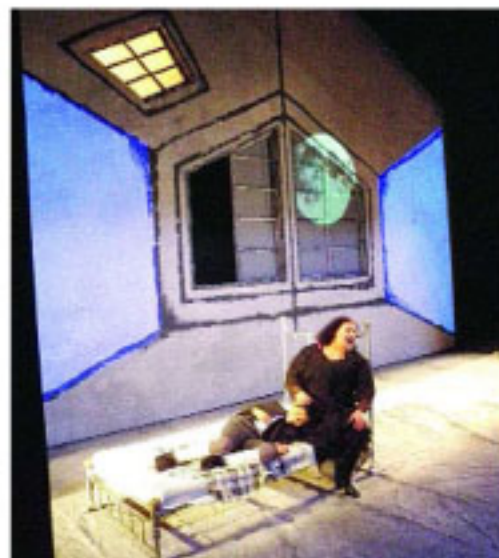
@santapeda twitter

Polanco St.

Teatro para NIÑOS

BRECHT para niños...

Jorge Contreras



En el año de 1933 Bertolt Brecht, "revolucionario del teatro mundial", salió de Alemania; antes de su exilio había escrito un cuento maravilloso sobre una madre heroica, apoyándose en sus propios recuerdos y en su imaginación.

La obra, *Mamá, corazón de acero* es un relato sobre la guerra, la niñez, los recuerdos, las mujeres, y la relación de los niños con las madres.

La puesta en escena no es sólo una adaptación, con *Mamá, corazón de acero* se exploran las fronteras: las geográficas y las estéticas, las del lenguaje, las de la ficción y la realidad. A través de estas fronteras se acercan las ideas de este gran hombre de teatro a la imaginación de los niños. Esta versión contemporánea recoge de nuestra realidad los viacrucis y las relaciones de las madres de hoy con los hijos de hoy.

Bertolt Brecht para niños es todo un reto y muy bien logrado por la compañía **Alborde Teatro** gracias a un equipo de artistas con gran experiencia y solvencia probada. El elenco está encabezado por el dramaturgo Antonio Zúñiga, uno de los más prominentes escritores y de los mexicanos que manejan la teatralidad y el drama con mayor astucia.

Producir un teatro para niños divertido, exigente, propositivo, reflexivo y coherente con la realidad que viven los pequeños espectadores de nuestro país no es cosa fácil. En este caso se logró un teatro que siembra una semilla en los nuevos y potenciales espectadores del teatro; seguramente fundará en ellos, a través de un acercamiento lúdico, una relación afectiva y constante a lo largo de sus vidas. Un teatro que será considerado por ellos para siempre, ese es el teatro logrado por esta compañía.

De: Antonio Zúñiga

Dirección: Rodolfo Guerrero

Con: Norma Angélica, Yolanda Abbud, Sandra Rosales ó Margarita Lozano, Gilberto Barraza, Gustavo Linares, Nicolás Caballero ó Juan Bernardo Flores, Antonio Zúñiga

Teatro: Julio Castillo, atrás del Auditorio Nacional; sábados y domingos 12:30 horas

Temporada: 23 de Oct. al 28 de Nov. de 2010

A partir de: 6 años





Nombre: Megamind

Año y País: USA, 2010

Producida por:

Dreamworks Animation
y Paramount Pictures

Actores:

Will Ferrell

Brad Pitt

Tina Fey

Jonah Hill

David Cross

Producida por Dreamworks Animation y Paramount Pictures, con un elenco de primer nivel (Will Ferrell, Brad Pitt, Tina Fey, Jonah Hill, David Cross), esta película se estrenará a nivel mundial el 5 de noviembre y contará con proyección IMAX 3D.

Megamind (Will Ferrell) y Metro Man (Brad Pitt) son dos alienígenas desterrados de sus respectivos planetas, que llegan al planeta Tierra; Metro Man se convierte en un héroe y celebridad, mientras que el Megamind es tildado como un paria y villano.

Después de numerosos intentos por conquistar Metro City, Megamind logra derrotar a su némesis, Metro Man. Poco tiempo después cae en depresión, ya que sus planes carecen de objetivo, por lo cual decide crear un nuevo rival; pero su plan no sale a la perfección y una nueva amenaza llega a la ciudad.

Curiosidades: Esta película se basa en la premisa: "¿Qué pasaría si Lex Luthor le ganara a Superman?"

Scott Pilgrim vs. El Mundo

Recomendada por directores como Kevin Smith (Clerks), Quentin Tarantino (Pulp Fiction) y Jason Reitman (Juno), esta entrega del director Edgar Wright está basada en las novelas gráficas del mismo nombre, dibujadas por Brian Lee O'Malley.

La historia inicia en Toronto, donde Scott (Michael Cera) comienza a salir con Knives Chau (Ellen Wong), mientras sus amigos se oponen fuertemente. Poco después Scott se enamora de Ramona Flowers (Mary Elizabeth Winstead) al competir en una guerra de bandas. La aventura comienza cuando Scott se da cuenta que deberá enfrentar a los siete ex novios de Ramona, que lo buscarán para deshacerse de él.

Curiosidades: El formato de la película es musical, cambiando los números de baile por peleas.



Los Mercenarios

Dirigida por Sylvester Stallone, esta película marca el regreso de varias figuras míticas de las películas de acción de los ochenta y noventa, como Dolph Lundgren (Rocky IV), y Bruce Willis (Die Hard) a la que se sumaron nuevos talentos como Jason Statham (The Transporter) y Terry Crews (Gamer).

La historia sigue a un grupo de mercenarios altamente entrenados, con la misión de infiltrarse en una isla sudamericana para derrocar a su sangriento dictador. Una vez iniciada dicha misión, este equipo se da cuenta de que las cosas no son lo que parecen y se encuentran en una peligrosa red de mentiras y traición.

Curiosidades: Se le ofreció un papel a Jean-Claude Van Damme, pero lo rechazó por conflicto con la filmación de *Universal Soldier: Regeneration*.

Toy Story 3

Lee Unkrich dirige la tercera parte de la trilogía de Toy Story de Pixar Animation Studios. Con un elenco de primera (Tom Hanks, Tim Allen, Joan Cusack, Michael Keaton) prestando sus voces, esta es una película para niños que los adultos disfrutarán tanto o más.

Andy se prepara para partir a la Universidad y, por un error, sus inseparables amigos terminan en una guardería donde nada es lo que parece. Con nuevos juguetes y personajes, deberán planear su escape antes de que los niños de preescolar acaben con ellos.

Curiosidades: Hay 302 personajes en la película y es la entrega con mayores ganancias en el 2010 al momento.

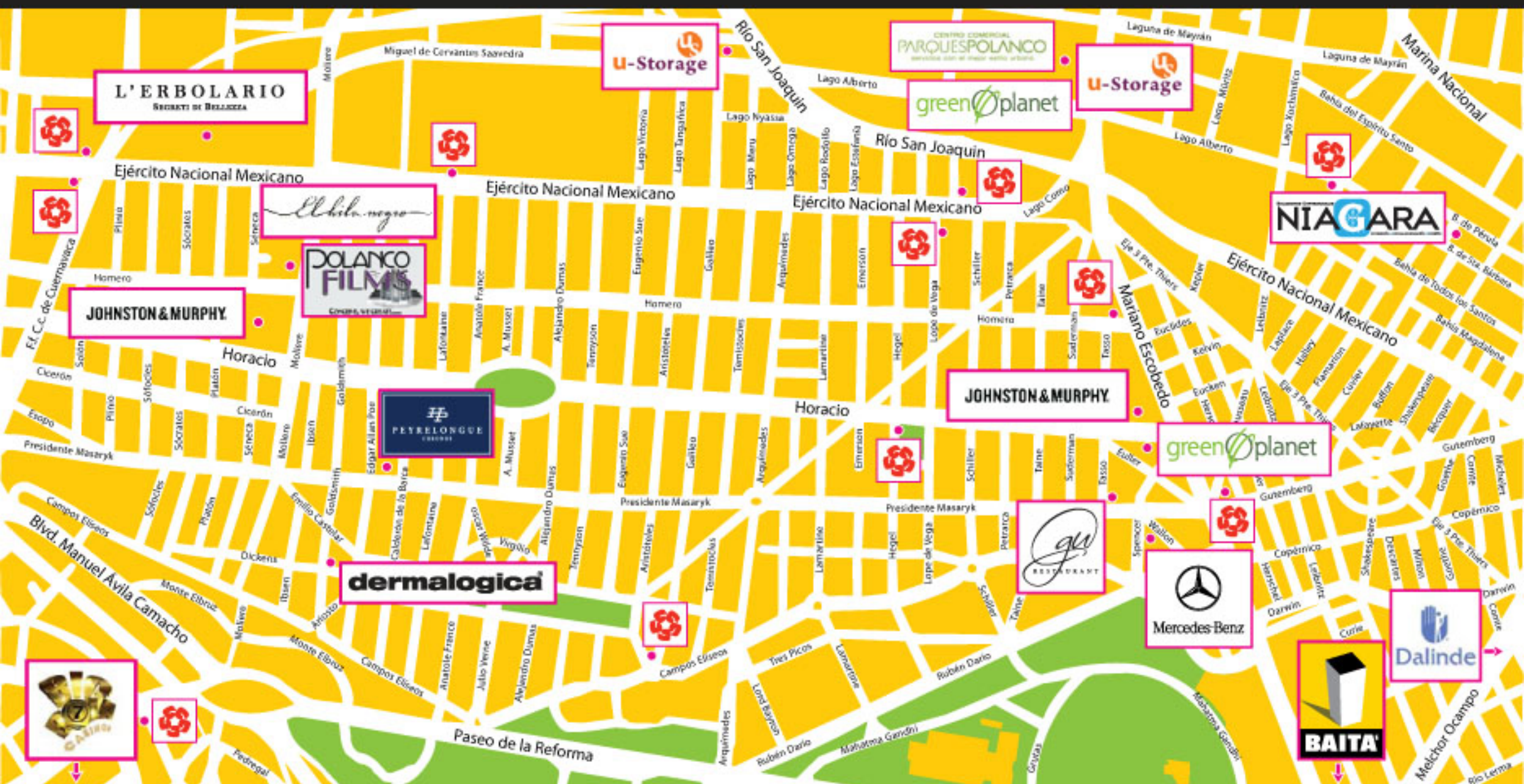


Comer, Rezar, Amar

Basada en las memorias de Elizabeth Gilbert, Ryan Murphy co-escribe y dirige esta película de Plan B Entertainment.

Liz Gilbert (Julia Roberts), es una mujer moderna que busca maravillarse mientras se reencontra y viaja por el mundo después de un doloroso divorcio. Para lograr esto, arriesga todo lo que tiene y encuentra un nuevo sentido para su vida después de comer en Italia, encontrar el poder del rezo en la India y finalmente descubrir la paz interna y el amor en Bali.

Curiosidades: La canción "Samba de Bencao" de Bebel Gilberto utilizada en la secuencia en Bali, también aparece en "Closer", película también protagonizada por Julia Roberts.



L'ERBOLARIO
SECRETOS DE BELLEZA

u-Storage

CENTRO COMERCIAL
PARQUESPOLANCO
servicios para el mejor estilo urbano

u-Storage

greenOplanet

NIAGARA

El bota negro

POLANCO
FILMS

JOHNSTON & MURPHY

PETRELONGUE

JOHNSTON & MURPHY

greenOplanet

dermalogica

GU
RESTAURANT

Mercedes Benz

Dalinde

BAITA

GAIA

ENCUADERNACIÓN

DISEÑO **HOT**
STAMPING

DATO VARIABLE

EMBOLSADO

DIGITAL **GRAN**
FORMATO

IMPRESIÓN
SCRATCH-OFF
OFFSET
Publicidad

SOLUCIONES EMPRESARIALES

NIAGARA
IMPRESIÓN • ENCUADERNACIÓN • DISEÑO

Bahía de San Cristóbal No. 4, Col. Verónica Anzures, Del. Miguel Hidalgo, México, D.F., C.P. 11300
Teléfonos: 5260-8985, 5260-8074, 5260-9033

ES TIEMPO
DE PENSAR EN TÍ.



• JOYAS • RELOJES • CASA •

• Avenida Presidente Masaryk 431, Tel: 52815050 •

• Saks Fifth Avenue, Centro Comercial Santa Fe, México, Tel: 52464800 •

• www.chronos.com.mx • www.peyrelongue.com.mx •

con Banamex

**GANAR
NO CUESTA
NADA**

**Y AHORA
EL PREMIO ES
DOBLE**

USA TU TARJETA DE CRÉDITO O DÉBITO BANAMEX
PARA LAS COMPRAS DEL MES

**Y GANA HASTA EL DOBLE
DE TUS COMPRAS DE TODO EL AÑO**



La vida como tú la piensas



Visita: www.banamex.com/ganarocuestanada



Does your search end? Because the government reports that the nation's job market is "hot," the Bureau of Economic Analysis (BEA) estimates that the U.S. economy grew 3.2% in the third quarter of 2000. But the BEA also reports that the U.S. economy grew 3.1% in the second quarter of 2000, 3.0% in the first quarter of 2000, and 2.9% in the fourth quarter of 1999. So the economy is growing, but not as fast as it was in the third quarter of 1999. The BEA also reports that the U.S. economy grew 2.8% in the third quarter of 1999, 2.7% in the second quarter of 1999, 2.6% in the first quarter of 1999, and 2.5% in the fourth quarter of 1998. So the economy is growing, but not as fast as it was in the third quarter of 1999.

Lower on credit with FICO 500 to 599 Expected to have rates of 6.75 to 7.25% in 2010. Cash flow-based FICO (CFB) provided an index of 64.4% in 2009. Based on that, a possible increase to 55.0% is likely over 2010 as the CFB index is expected to rise to 65.0% by the end of 2010. The CFB index is a measure of creditworthiness based on 28 indicators in 2009. Creditors have a more detailed view of the borrower's creditworthiness than the FICO score.