

MARZO 2020

# VOS



ESTA REVISTA CONTIENE VIDEOS

**SALUD**  
UNA REFLEXIÓN SOBRE EL CAMBIO DE DÉCADA

**ENTREVISTA**  
MAXI DE LA CRUZ

**MODA**  
TENDENCIAS DE TEMPORADA

**TURISMO**  
MAR Y CAMPO

# CAPAS DE OTOÑO

STAFF

**Idea original** / Departamento de Marketing  
Tres Cruces

**Desarrollo editorial** / Trailer Media

**Dirección** / Tres Cruces (Gralado S.A.)

**Consejo editor** / Trailer Media – Departamento  
de Marketing Tres Cruces

**Coordinación general** / Trailer Media –  
Departamento de Marketing Tres Cruces

**Edición y coordinación** / Rosalía Larocca

**Dirección de arte** / Cygnus

**Redacción y producción** / Rosalía Larocca  
/ Paula Páez

**Fotografía** / Santiago Colinet / Carolina Polisceni

**Fotografía de tapa** / Santiago Colinet

**Modelos** / Lara Honigsberg / Salvador Varela /  
Yuliana Leima para Valentino Bookings

**Producción de moda y estilismo**  
/ Lucía Rodríguez Alpino

**Asistente de moda** / Macarena Terra

**Maquillaje y peinado** / Indira Bermúdez y  
Paula Melgar

**Corrección** / Ana Gómez

**Departamento comercial** / Jessica Rodríguez  
Tel. 2408 8601 - int. 123  
jrodriguez@trescruces.com.uy

**TRAILER MEDIA**

Salto 1057, Montevideo, Uruguay, CP 11.200  
Tel. (598) 2412 2225 - 2412 2236

**Imprenta:** Imprimex

TRAILERMEDIA

CINEMAG seisgrados VOS

RUNNING! DECORACIÓN AUTOMÓVILES

TRAILER FILMS Representante exclusivo de turner CINEMAG.com

www.trailermedia.com.uy



VOS no se hace responsable por las opiniones de sus colaboradores y entrevistados. Se prohíbe la reproducción total o parcial del material publicado en esta revista.  
Imp. en Imprimex / D. L. N° 11.651

Conjunto de tapa: Lentes Floats **Óptica Florida** \$ 3600 / Pañuelo de seda **Sisi** \$ 369 / Cadena de plata **Dister Joyas** \$ 6190 / Dije de plata **Dister Joyas** \$ 3490 / Polera Mariana **Daniel Cassin** \$ 1690 / Campera Nike **Macri Sport Life** \$ 3390 / Pantalón rojo **Only** \$ 999 / Cartera con fleco **Kaunas** \$ 1190 / Llavero de flecos Carmen **Manrique** \$ 390 / Botas Country side **Hush Puppies** \$ 4890

Los precios de los productos tienen vigencia a la fecha de emisión de esta publicación y pueden variar posteriormente.

remera  
\$254

\*precio lanzamiento

möte

la mejor opción para vos y tu familia

TRES CRUCES SHOPPING Y NUEVO CENTRO SHOPPING



22 y 70 MODS

06 ZOOM / 08 HISTORIAS / 10 SOCIALES / 18 TURISMO

40 ELEGIDOS / 44 TV Y SERIES / 52 SALUD / 58 VARIEDAD

90 COSMÉTICA / 92 NOVEDADES / 96 HORÓSCOPO / 98 TENDENCIAS



14  
ENTREVISTA  
MAXI DE LA CRUZ



68  
GASTRONOMÍA  
TU RECETA

# ¡QUE COMIENZE EL AÑO!

Esta nueva edición de revista VOS nos encuentra con el segundo nivel del shopping abierto al público, con más propuestas, mucha moda, gastronomía y la gran novedad que es Juegópolis, el *pop up* de entretenimiento para toda la familia que estará abierto hasta el mes de julio.

En la misma línea de acercarnos una variedad de propuestas para todas las edades, este número llega con increíbles contenidos para comenzar el año con la mejor energía. En moda, como siempre buscamos traerles las últimas tendencias, que, al parecer, para la temporada de frío anuncian *outfits* en capas que nos permiten jugar y divertirnos con todo nuestro guardarropa.

A esto le sumamos los consejos de Pame Cambre en maquillaje y peinado, y las invitamos a revivir cuáles fueron las tendencias de las *red carpets* de los Oscar para trasladarlas al *street style* montevideano. Para los niños y adolescentes de la familia, les traemos una propuesta de moda para que estén cómodos en el comienzo de las clases, las salidas al parque y los primeros paseos familiares del año.

Nunca faltan los recomendados para leer y escuchar, así como nuestra ya clásica entrevista central, esta vez con el gran Maxi de la Cruz, que con su típica elocuencia

**PARA LA TEMPORADA DE FRÍO SE ANUNCIAN OUTFITS EN CAPAS QUE NOS PERMITEN JUGAR Y DIVERTIRNOS CON TODO NUESTRO GUARDARROPA.**

nos acompañó en una charla superinteresante. En gastronomía, Gianina Iglesias nos seduce con sus recetas para disfrutar elaboraciones *gourmet* y vivir nuevas sensaciones inspiradas en nuestros locales de la Plaza de Comidas. Hablando de platos fuertes, nuestra nota de salud es esperada por muchos: el cambio de década. Será un tema social o no, pero a muchas personas nos hace reflexionar la llegada del 2020. No se pierdan la nota completa de la psicóloga Valentina D'Alfonso, que esperamos les resulte interesante y les ayude a encarar esta etapa con otra perspectiva.

Por último, para los ansiosos que aguardan Semana de Turismo, o tan solo una escapada de fin de semana, les traemos dos propuestas de destinos que enamoran con paisajes increíbles de mar y campo.

Esperamos que revista VOS los acompañe como en cada momento del año con sus propuestas, sugerencias y novedades. Y a los más pequeños de la casa, ¡les deseamos un muy buen comienzo de clases!



Ximena Lema

RECOMENDADOS



LAISLA.COM.UY



Fjallraven Kanken  
Ox Red Goose  
\$ 4.590



Fjallraven Kanken  
Mini Mostaza  
\$ 3.990



Fjallraven Kanken  
Art  
\$ 4.990



Botella Hydro Flask  
12 oz Niño Wide Mouth Yellow  
\$ 1.690



Botella Hydro Flask  
32 oz Wide Mouth with Flex Cap grey  
\$ 2.290



Rip Curl  
Overtime Stacka Navy  
\$ 2.490



Rip Curl  
Ozone Options  
\$ 2.190



Jansport  
Cool Sstudent Green  
\$ 2.690



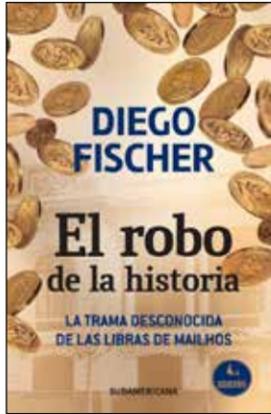
Jansport  
Right Pack Navy  
\$ 3.590



Jansport  
Hatchet Corsair Blue  
\$ 3.490



## AL HUESO

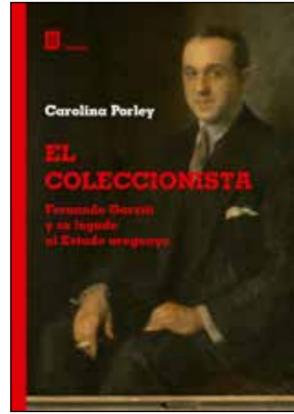


## El robo de la historia

- **Diego Fischer**

Este libro relata con pormenores la historia de ese robo que marcó un antes y un después en la sociedad uruguaya, cuando aquella noche de abril de 1970 se puso en marcha el complejo plan urdido por el movimiento tupamaro para apropiarse de los lingotes y las libras de oro que se encontraban custodiados en las oficinas de Luis Mailhos. Una familia inmensamente rica era víctima de un millonario robo, y como consecuencia de este, el propio Mailhos terminó procesado penalmente. Con precisión de investigador y vértigo de novelista, Diego Fischer construye una trama sólida y atrapante que guiará al lector por el vértigo de una época de profundos cambios sociales, recreando la compleja urdimbre que compone nuestra identidad y señalando sus contradicciones.

/ Penguin Random House



## El coleccionista

- **Carolina Porley**

Este libro trata sobre Fernando García (1887-1945), comerciante, banquero y coleccionista, y sobre todo acerca de su legado cultural al Estado. Se detiene en su colección de arte, que incluyó el mayor conjunto de obras de Juan Manuel Blanes (152 piezas) reunido en el país. La hipótesis de la autora es que el legado del coleccionista materializó parte de las ideas que pujaban en el campo cultural del Uruguay del Centenario, relativas a la esencia de la nación, el valor de la tradición y las vías de acceso a la modernidad. Cientos de imágenes de documentos y obras de arte dialogan con el texto, sumando elementos propios a la comprensión de las dinámicas de circulación y patrimonialización del arte, aspectos sobre los que el libro aporta un estudio sin precedentes locales.

/ Estuario Editora



## La máscara de la diversidad

- **Fernando Amado**

Hasta hace poco tiempo, un segmento importante de la población uruguaya ocultaba su verdadero yo. Hoy eso está cambiando: gays, lesbianas, trans y demás representantes de otras formas de orientación sexual e identidad de género se expresan e interpelan. Este libro explora cómo se da ese destape de la comunidad LGBT en el país, hasta qué punto es genuino, la operación política que hay detrás, qué subyace bajo esa alfombra que ahora comienza a verse y cuánto permanece en la sombra. El Uruguay *gay friendly*, el discurso políticamente correcto, el *lobby* y sus operadores, la agenda de la diversidad, el poder rosa y la persistente cuota de hipocresía son los elementos centrales de un mapa que aún no se ha revelado en su totalidad.

/ Penguin Random House

## ARTÍSTICOS



## La ternura

- **29 de febrero - 3 de mayo**

Un texto de comedia con clara influencia de la dramaturgia isabelina que pone en una isla desierta a tres mujeres que rechazan a los hombres y tres hombres de corte misógino para forzarlos a encontrar el amor y la ternura. En palabras del propio autor, Alfredo Sanzol: "Quiero que *La ternura* sea una comedia romántica con islas desiertas, naufragios monumentales, reyes frágiles y reinas soñadoras, leñadores miedosos y pastoras tempestuosas, seres mágicos, cambios de identidad, pasiones desatadas, odios irracionales y giros sorprendentes. Y un deseo que une a todos: el de encontrar la ternura como sea, donde sea, con quien sea". Dirigida por Bernardo Trías, la obra estará en cartelera hasta el 3 de mayo, todos los viernes, sábados y domingos.

/ Teatro Solís



## Normal

- **27 de marzo**

*Normal Stand Up* es el tercer unipersonal de Laura Falero en el que usa el humor ácido para seguir derribando mandatos culturales en su propia experiencia cotidiana y destruir, con algunas premisas tontas, su propio estereotipo social. Es un *show* de comedia en el que el cuerpo es el único protagonista. Nos habla acerca del problema que tenemos con nuestro físico, la mentira del amor romántico, el negocio del pensamiento positivo, la negación absurda a la empatía, el sistema heteronormativo y otras cuestiones ridículas que utilizamos para no ser libres. El espectáculo es para personas mayores de 18 años y las entradas están a la venta por Ticketel. Un espectáculo para reflexionar sobre la actualidad, la sociedad y la política con el humor como gran protagonista.

/ Sala Zitarrosa



## Ara Malikian

- **16 de abril**

En el marco de su tour mundial *Royal Garage*, el violinista de origen libanés llega con un concierto inolvidable al Auditorio Nacional del Sodre. Ara Malikian fue reconocido a temprana edad a pesar de las difíciles circunstancias en las que la guerra civil libanesa le impuso vivir. Su primer concierto llegó a los 12 años, y desde entonces no ha parado de sorprender con su talento: grabó más de 40 discos, creó su propia orquesta y participó en la producción de infinidad de espectáculos. Sus dos últimas giras, 15 y *The Incredible World Tour of Violin*, lo han proyectado a nivel internacional, visitando las más importantes capitales del mundo con conciertos en los auditorios y teatros más prestigiosos de Londres, París, Roma, Moscú, Buenos Aires, Madrid, Lisboa, Berlín y Montevideo.

/ Auditorio Nacional del Sodre

DI LAURENTIS

# UNA JOYERÍA DE TENDENCIA

Creada en 2011, Di Laurentis nace como una importadora de joyas, relojes y piedras preciosas con el impulso emprendedor y creativo de Joaquín Revello, dedicado desde los 18 años al rubro de la joyería en su empresa familiar.

El interés por la joyería de diseño y las últimas tendencias mundiales es el *leitmotiv* de Di Laurentis, que desde que se inició en el mercado reúne las novedades más actualizadas de ferias internacionales celebradas en centros de referencia como Italia, Suiza y Turquía. “Año tras año, asistimos a las ferias para incorporar el concepto *know how* y obtener las actualizaciones de marcas y fábricas de las joyerías del mundo”, cuenta su fundador recordando los inicios de este gran desafío profesional: “El nombre surge de nuestra pasión por la cultura italiana. Dino De Laurentis es un famoso productor de cine italiano y elegimos su apellido para darle nombre a nuestra marca con una pequeña modificación”.

Di Laurentis se fue posicionando en el rubro como una joyería moderna, dinámica y exclusiva, importando piezas únicas en el mercado para darle un toque de distinción a cada cliente. Las piezas se trabajan en varios talleres especializados según las diferentes áreas, donde también se confeccionan pedidos especiales y personalizados. Joaquín Revello explica que “la creación de una joya es un proceso largo y complejo. Existe la fabricación manual y a máquina, incluso actualmente las impresoras 3D hacen gran parte del trabajo en



lo que refiere a la moldería para producir piezas. Nosotros trabajamos con diversos especialistas, lo que nos permite realizar diseños muy exclusivos. Muchas veces el cliente viene a Di Laurentis con una idea y se le busca la mejor opción para llevar a cabo el producto que desea. Generalmente, los pedidos especiales son confeccionados a mano, ya que de esta manera se realizan piezas únicas”. Para la confección de las joyas se utiliza oro 18, 10 y 9 quilates, y plata 925, además de piedras preciosas como diamantes, zafiros azules, rubíes y esmeraldas de excelente calidad, y piedras semipreciosas como la amatista, el agua marina y el topacio azul.

“Las tendencias en el rubro de la joyería existen y son nuestra especialidad, por eso es tan importante asistir a las ferias del mundo donde las distintas marcas lanzan sus nuevas colecciones, exhiben nuevos modelos y técnicas de elaboración. Además, asistimos a seminarios especializados en



“UNO DE NUESTROS PUNTOS FUERTES ES LA PRODUCCIÓN DE ALIANZAS. OFRECEMOS MODELOS CLÁSICOS Y ORIGINALES, ALGUNOS FABRICADOS A MÁQUINA Y OTROS A MANO.”

tendencias que prevén las futuras modas a nivel internacional, y luego importamos las colecciones que más se adecuan a los gustos de nuestros clientes”, cuenta el creador de Di Laurentis. Hoy en día, lo que más se usa es el oro rosa tanto en joyas como en relojes; también la combinación de distintos tonos de oro en joyas bicolor o en tres tonos (amarillo, blanco y rosa). Las esclavas y las pulseras con dijes son tendencia hace algunas temporadas, y, por supuesto, los aros, un clásico que cada vez es más buscado. Por otro lado, las colecciones de oro y plata con diseños inspirados en la naturaleza son una novedad que asoma, aparecen imágenes de mariposas, libélulas y, en especial, bucios.

A lo largo de estos años, Revello explica que el balance de Di Laurentis ha sido más

## UNA TRADICIÓN QUE PERDURA

El uso de joyas es una tradición que se remonta a cientos de años de historia, cuando las sociedades paleolíticas utilizaban elementos naturales y minerales para la creación de ornamentos. Aunque recién es en la Edad del Bronce cuando se da un paso fundamental en la fabricación de objetos de metal. Las civilizaciones de Egipto e India fueron perfeccionando este arte introduciendo las primeras técnicas de orfebrería que sentarían las bases para la joyería que conocemos actualmente. En aquel entonces, debido a la poca abundancia de metales y piedras preciosas, las piezas fueron convirtiéndose en un símbolo de riqueza y estatus, con una fuerte carga emocional asociada, incluso, a poderes mágicos. A lo largo del tiempo, las técnicas se perfeccionan cada vez más y la joyería se convierte en una práctica artística milenaria que evoluciona permanentemente. “Desde siempre, las joyas han sido un regalo especial, sobre todo para las mujeres. Y ese valor agregado tiene que ver con el significado de cada diseño y cada piedra, pero también con la durabilidad que tendrá el obsequio. Las joyas nos acompañan por mucho tiempo y nos hacen recordar un momento, una ocasión o una persona”, reflexiona Joaquín Revello.

que positivo, recibiendo buen *feedback* por parte de un público que valora la calidad y la diferenciación de sus joyas. El buen vínculo con los clientes es el motor que los impulsa a expandirse en el futuro, con tiendas físicas en centros comerciales y tiendas virtuales para poder atender también al público del interior y a los que no residen en el país. ♥

# ADIÓS, VERANITO

Con la nostalgia de haber despedido la etapa más linda del año, recordamos los últimos encuentros que marcaron el verano en Tres Cruces. Descuentos increíbles para renovar el armario, festejos por el día del amor y un carnaval inolvidable a pura música y baile.

## VOLVIERON LAS GANGAS

En febrero, recibimos la ya conocida liquidación de temporada, Gangas, este año con una estética totalmente renovada. Con propuestas en todos los rubros, desde moda femenina y masculina hasta bazar, decoración y zapatería, entre otros, los clientes pudieron aprovechar grandes ofertas y descuentos. Además, las compras abonadas con Visa Sonrisas contaron con un 15 % de ahorro.



## SI HAY AMOR, HAY CHOCOLATE

Con motivo de celebrar otro San Valentín, un cupido recorrió los pasillos del shopping obsequiando bombones Bon o Bon a todos los clientes. Además, lanzamos una promoción muy especial: cada \$ 300 en compras, los clientes recibieron de regalo dos tabletas de chocolate Arcor. Y la frutilla de la torta: sorteamos dos pasajes a Cancún para disfrutar de una estadía romántica en la playa.



CARNAVAL  
TODA LA VIDA

Desde el viernes 21 al martes 25 de febrero, un montón de sorpresas invadieron el shopping para celebrar una de las fiestas preferidas por los uruguayos. El viernes, una comparsa irrumpió en la Terminal derrochando alegría por todos los rincones. También, hubo un show gratuito de la murga Un Título Viejo y dos simpáticos muñecos gigantes de *Juegópolis* estuvieron recorriendo el shopping para sacarse fotos con los más pequeños.



¡Preguntanos por  
Whatsapp!



LOCALES Y BOLETERÍAS 📍

HORARIOS Y DESTINOS 🕒

PROMOCIONES 🎉 🥰

🌟 ¡AGENDÁTELO! 📱

📞 092 133 233

MAXI DE LA CRUZ

# EL HUMOR PUEDE SALVAR EL MUNDO

Es uno de los artistas más reconocidos de nuestro país con 30 años de televisión prácticamente ininterrumpidos. Hizo cine, radio y teatro, y logró triunfar también del otro lado del Río de la Plata. Su especialidad: el humor. Su don: hacer reír.

por **Rosalía Larocca**  
fotos **Santiago Colinet**

Cuando Maxi de la Cruz comenzó a dar sus primeros pasos en el medio, allá por 1991, sus sueños eran ambiciosos y todos por cumplir. Es cierto que la genética ayuda, su papá, Cacho de la Cruz, fue uno de los pioneros en hacer reír en la televisión uruguaya, pero la *sangre* no lo es todo y el talento debe acompañarse de pasión, esfuerzo, tenacidad y disciplina. Aquel Maxi inexperto tuvo que grabar más de 15 veces la apertura de su programa *El club de las Tortugas Ninjas*, en la que solo debía bajar una escalera y empezar a hablar. Pero resulta que una y otra vez cometía el mismo error: "Señalaba a cámara y en ese gesto me tapaba la cara con mi propia mano", recuerda el hijo de Cacho a puras carcajadas; esas mismas que tienen el poder de divertir y sanar a la vez, y por qué no, de "salvar el mundo" como dice Maxi. "¿Se imaginan un mundo sin humor? Sería raro, no lo entendería. Creo que el humor puede

"LAS REDES SOCIALES  
ABRIERON EL CANAL  
PARA LLEGAR MÁS FÁCIL  
A LA GENTE, Y ESO SE  
VALORA MUCHO."

salvar cualquier cosa y el mundo aún más". A lo largo de su carrera, Maxi hizo de todo un poco: desde el clásico *El show del mediodía* hasta *Los comediantes* y *Sinvergüenza* por Teledoce; *Animales sueltos*, *Sos mi hombre* y *Quiero vivir a tu lado* para América TV y Eltrece de Argentina; y éxitos teatrales como *Stravaganza* junto con el coreógrafo Flavio Mendoza. Este 2020 no parece ser la excepción. Comenzó su año entre Mar del Plata y Montevideo, con la obra *Gasalla* y el programa uruguayo *Trato hecho Famosos*, continua con sus *shows* unipersonales y aguarda la confirmación de un par de propuestas artísticas, tanto en Uruguay como en Argentina. Muchos de aquellos sueños que significaron el motor de su carrera ya se cumplieron; incluso, algunos se transformaron y otros tantos se sumaron en el camino. Hoy, sigue bajando -y *subiendo*- escaleras. Mira a cámara y hace un gesto. Pero ya no se tapa la cara.

"LA GENÉTICA JUEGA UN PAPEL IMPORTANTE PORQUE TENÉS QUE TENER ESE QUÉ SE YO PARA ENTENDER LOS CÓDIGOS DEL HUMOR."



1. BAJÁ LA APP  
2. ESCANEÁ ESTA IMAGEN  
3. MIRÁ EL VIDEO



### ¿Se nace haciendo reír o se aprende?

Qué se yo... Creo que se puede nacer con el don de hacer reír, pero ¿cuántos casos hay de gente que es muy divertida en los asados y después se sube al escenario y no da resultado? Podés ser el más divertido del grupo y en el escenario no funcionar. Así como también podés estudiar en los mejores lugares, pero a la hora de hacer reír todo parece forzado. Entonces, la chispa tiene que estar adentro, y después hay que ir puliendo y mejorando con mucho trabajo y tiempo.

### ¿Te resulta fácil reírte con el humor ajeno o solés anticiparte al remate?

Me resulta fácil cuando me predispongo a eso. Cuando voy a ver un espectáculo para reírme, me siento a reírme y no a analizarlo. Aunque tengo que hacer un cierto esfuerzo, un clic. Muchas veces no lo hago y me pongo

## DE OTROS TIEMPOS

En los últimos años, se viene generando un debate por el tipo de humor que prevalecía en épocas de grandes capocómicos como Jorge Porcel, criticándose especialmente el rol que se les adjudicaba a las mujeres tanto en la televisión como en el teatro. Sin dudas, el humor se enmarca en distintos contextos culturales, y Maxi es uno de los que agradece el cambio: "La sociedad evoluciona y junto con ella también las formas de hacer humor. Personalmente, siempre me gustó trabajar para la familia y mi humor es bastante 'blanco' por llamarlo de alguna manera. Nunca intenté ofender a nadie con mi estilo, de hecho, me río antes de mí mismo que del otro. Ahora, algo es seguro: hacer reír nunca fue fácil, en ninguna época".

a pensar en cosas técnicas, de producción. Entonces trato de predisponerme a disfrutarlo. Si algo me copa, he llegado a llorar de la risa.

### Desde hace tiempo usás tus redes sociales para hacer reír. ¿Cambió la forma de hacer humor con las plataformas digitales?

No es que cambió la forma de hacer humor, sino que abrió otro canal para poder comunicarse y generar ese humor, que capaz no estaba al alcance de todos a través de la televisión o el teatro. Las redes dieron un nuevo formato para generar humor y, con eso, la chance de hacer visible a mucha gente que no se animaba a subir a un escenario o no podía llegar a la tele. Esto está al alcance de todos, cualquiera puede hacer humor. Después si gusta o no, es otro tema; los estilos varían, pero las redes sociales abrieron el canal para llegar más fácil a la gente y eso se valora mucho. Para los humoristas que recién se inician es una buena forma de arrancar a mostrarse, generando cosas propias sin depender de nadie; y en mi caso, por ejemplo, es otra vía más para acercarse al público y hacer otro tipo de contenido con el mismo fin de entretener.

### Ya compartiste escenario con tu hija Cande, ¿cómo es la experiencia de trabajar con los hijos?

La verdad que está buenísima. Antes lo había vivido como hijo, y ahora que me toca hacerlo desde el lado de padre, es increíble. Nunca me había puesto a pensar en esto ni lo había proyectado. Y, sin embargo, se fue dando y cuando sucede te das cuenta de que es una oportunidad linda compartir con un hijo -nada más y nada menos- nuestro lugar en el mundo: un escenario o un estudio de televisión. Es una experiencia hermosa, supongo que en esta profesión y en todas.

### ¿Creés que la complicidad entre ustedes viene de genética o hay que trabajarla como con cualquier colega?

Hay un poco de todo, un poco de genética y un poco de trabajo en el entendimiento de padre a hijo. Muchos padres que no son conocidos se llevan con sus hijos de maravilla, y nosotros lo que hacemos es mostrar eso a través de las redes. La genética juega un papel importante porque tenés que tener

ese *qué se yo* para entender los códigos del humor, pero también es fundamental la experiencia y el trabajo para generar equipo arriba del escenario. Nosotros estamos todo el tiempo haciendo esa práctica, no solo cuando grabamos o hacemos teatro, en la vida misma siempre le estoy tirando cosas. Y ella entiende todo, por suerte.

### ¿Ser "hijo de" en algún momento puede ser un peso o siempre es una satisfacción?

Para mí en particular, nunca fue un peso ni significó algo negativo. Al contrario, hasta

*"MI PAPÁ DEJÓ UNA BASE IMPORTANTE EN LA TELEVISIÓN Y UNA VARA MUY ALTA DE SUPERAR ."*

el día de hoy es un orgullo y un placer, me encanta. Pero entiendo también que en algunos casos puede ser más pesado o molesto. Va mucho en cómo tu papá maneje eso. El mío, por ejemplo, nunca me hizo sentir que competíamos, ni quién era mejor o peor; en ese sentido, mi viejo siempre fue muy generoso. Me ayudó a mejorar y me remarcó las cosas, me corrigió cuando debía hacerlo y me dio las chances de poder seguir creciendo. Nunca fueron palos en la rueda, sino consejos y aprendizajes permanentes.

### ¿Qué creés que Cacho le dio a la televisión uruguaya?

En esa época arrancaba la televisión, tenemos que situarnos en ese contexto. Por lo que aquellas generaciones estaban investigando todo el tiempo qué hacer, a ensayo y error. Probablemente, nunca se imaginaron lo que nos iban a dejar. Viéndolo a la distancia,



*"SIEMPRE QUEDA ALGO POR SOÑAR, SI NO, NOS QUEDAMOS SIN NADA".*

mi papá dejó una base importante en la televisión y una vara muy alta de superar. Todo va cambiando: los tiempos cambian, la televisión cambia, la audiencia cambia, pero ahora que ya está todo medio inventado, te das cuenta de la grandiosidad de lo que en su momento crearon.

### ¿Recordás algún consejo que él te haya dado cuando recién empezaste?

Consejos de mi papá sí, en todo momento. Siempre estamos hablando de proyectos y soy de pedirle consejos. Es al primero que le cuento las cosas nuevas que surgen, le tiro las ideas y espero su opinión. Cuando recién empecé, me hacía notar mucho mis errores, me aconsejaba cuándo hablar más lento o más rápido, los gestos que debía hacer,

hacia dónde debía caminar. Es un aprendizaje constante e incluso hoy hablamos mucho.

### Y a tu hija, ¿sos de darle consejos?

Sí, soy de darle consejos y ella también es de preguntarme. Compartimos muchos videos de Youtube con contenidos de humor que están buenos para inspirarnos. Y lo más lindo para mí es mostrarle lo que se hacía antes. Con mi papá, su abuelo, ha tenido grandes charlas y momentos hermosos compartidos.

### ¿Te queda algo por soñar a nivel profesional?

Por soñar queda todo todavía. Valoro mucho el momento, entonces trato de soñar, pero no muy a largo plazo, porque a veces uno está soñando con un futuro, pero sin disfrutar del presente. Así que trato de proyectar, pero

con los pies en el ahora. Siempre queda algo por soñar, si no, nos quedamos sin nada.

### Aun triunfando en Argentina seguís eligiendo Uruguay. ¿Qué encontrás acá que no te lo da otro lugar en el mundo?

Y... Acá nací, no solo como uruguayo, sino también como artista. Me generé un nombre y una carrera, la gente me quiere y acompaña. Entonces cuando decidí abrir otras puertas, al tener tan cerca Argentina, siempre mi consigna fue venir a Uruguay. Nunca dejé de hacerlo, ni en las buenas ni en las malas. Y nunca lo voy a dejar de hacer tampoco. Es muy sacrificado, pero no me quejo y me encanta. Acá la paso bien y estoy rodeado de mi gente. No quisiera perder eso jamás. ♡

# MAR Y CAMPO

Para estas vacaciones de Turismo, nos decidimos por dos alternativas tan distintas como complementarias. ¿Una parada en Cabo Polonio para desconectar de la rutina o una recorrida por el campo profundo de Lavalleja? Más allá de las preferencias, ambas experiencias conectan con la naturaleza más pura; un *shot* de energía necesario para encarar el comienzo oficial del año.

**POSADA CARMELA**

Sobre Cabo Polonio hay opiniones muy encontradas. Algunos tienen adoración por este sitio ubicado dentro del parque nacional que lleva el mismo nombre, mientras que otros encuentran la propuesta un tanto alejada de los entretenimientos turísticos más típicos. Lo cierto es que hay que vivirlo para entender de qué se trata: adentrarnos en este viaje implica despojarse del estrecho vínculo que solemos tener con la tecnología para aprender a disfrutar de un tiempo que parece pasar más lento que en otras latitudes. Posada Carmela es uno de los lugares preferenciales para alojarse en este balneario rochense, especialmente por su ubicación privilegiada: se encuentra al borde de la playa con vistas eternas al mar. Carmela es la anfitriona de la posada, encargada de recibir a todos los huéspedes y hacerlos sentir como en casa. De profesión traumatóloga, solía visitar Cabo Polonio cuando estaba desolado, hasta que el paisaje la enamoró y la llevó a construir esta casa que, en una primera instancia, era solo su hogar. Podríamos decir que Carmela es una *marca registrada* de la posada; su estilo es muy personal, practica aromaterapia y meditación, por lo que es muy común que, bien temprano en la mañana, una fusión de aromas deliciosos se expanda por cada habitación. Quienes visiten Posada Carmela probablemente volverán a sus casas sintiéndose mejor que como llegaron, la energía que fluye en este espacio es

muy especial y la conexión con la naturaleza es realmente única. La casa tiene las comodidades básicas para una buena estadía. Las habitaciones son pequeñas y solo una tiene baño personal. Hay electricidad y agua caliente, dos servicios muy privilegiados en Cabo Polonio. Tanto la carga de celulares como el uso de la ducha tienen horarios pautados, bastante amplios, por cierto. La estadía incluye un desayuno con café y jugo de naranja, pan casero

CARMELA ES LA ANFITRIONA DE LA POSADA, ENCARGADA DE RECIBIR A TODOS LOS HUÉSPEDES Y HACERLOS SENTIR COMO EN CASA.



recién horneado, mermeladas y manteca; mientras que la cocina permanece abierta para que los comensales puedan pedir un plato personalizado si así lo desean. Carmela nos contó que, si bien hay una pequeña carta con sugerencias, están abiertos a elaborar el menú que el huésped solicite siempre y cuando cuenten con la materia prima. Lo mejor es que se puede desayunar, almorzar o cenar en cualquier sitio de la posada, y una amplia terraza frente al mar es la locación preferida por todos. Con el agua de la playa a los pies, este lugar es increíble para ver pasar el tiempo, disfrutar una buena lectura o dormir una siesta. Luego, al caer la noche, el cielo se enciende y las luces se apagan; la mayor parte del Cabo está a oscuras y las vistas desde la posada son inolvidables.



**ESTANCIA ÁGUILA BLANCA**

Esta es una auténtica estancia ganadera para conocer las tradiciones más arraigadas del campo uruguayo. Más de mil hectáreas dispuestas sobre las sierras de Minas son el escenario perfecto para un retiro en contacto con la naturaleza. A Águila Blanca se llega a través de un camino de tierra que debe transitarse por una hora aproximadamente, un enclave ideal para visitar en media estación, cuando las temperaturas no son extremas y las actividades por el paisaje agreste son infinitas: desde *trekking* hasta excursiones, cabalgatas guiadas, safari, kayak, canotaje y pesca. Salir a perderse por el campo es una experiencia maravillosa, no solo para respirar aire puro, sino también para observar la flora y fauna autóctona, ¡no es de extrañar cruzarse con mulitas y carpinchos en los alrededores de la estancia!

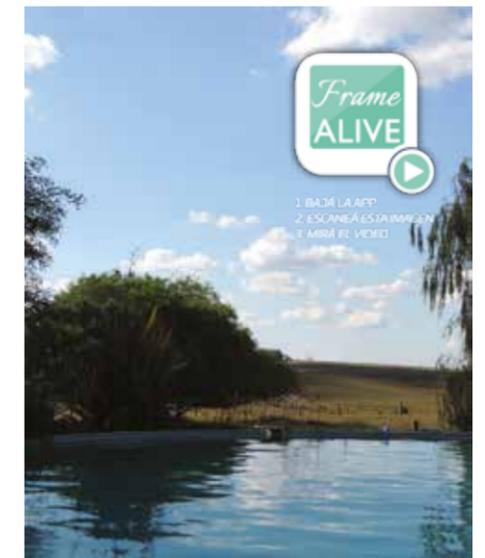
La estadía incluye todos los paseos y la pensión completa (lo único que tiene costo aparte es la bebida). La comida de Águila Blanca es deliciosa y los huéspedes pueden disfrutar de preparaciones bien típicas y, por supuesto, caseras. Aquí se vive un ritual muy especial: la mesa es compartida entre todos los visitantes y los platos se sirven a determinada hora, aunque existe una cierta flexibilidad si el huésped lo solicita. El desayuno es a las 8, el almuerzo a las 12.30, la merienda a las 17 y la cena a las 20.30 horas, en honor a las tradiciones de campo que invitan a levantarse al alba y acostarse temprano en la noche. Todas las comidas incluyen manjares como pan casero, bizcochuelos, mermeladas, carnes, sopas, pastas



LA COMIDA DE ÁGUILA BLANCA ES DELICIOSA Y LOS HUÉSPEDES PUEDEN DISFRUTAR DE PREPARACIONES BIEN TÍPICAS Y, POR SUPUESTO, CASERAS.

y postres típicos de nuestra gastronomía como el flan con dulce de leche o el arroz con leche; y los domingos suele prenderse la parrilla para compartir un rico asado o cordero al aire libre, con una amplia variedad de ensaladas. Debido a que el personal de la estancia vive allí mismo, el trato es muy cercano y cordial. Siempre están a disposición para lo que se los necesite.

Las habitaciones son pocas –lo que garantiza una estadía tranquila–, pueden ser matrimoniales con una o dos camas extra, y todas cuentan con estufa a leña para las noches más frías. Hay una sala de estar común muy pintoresca con una pequeña biblioteca y algunos juegos de mesa; además, hay un espacio de juegos para niños en el jardín y una terraza con piscina con vista a las sierras. ♥



# CAPAS DE OTOÑO

El truco es simple: vestir con capas requiere de un equilibrio que fluctúa entre lo justo, lo necesario y lo que es tendencia. Prendas versátiles como el jersey, otras ajustadas al cuerpo, abrigos de estilo masculino o *edgy* y una última capa de color o textura que convierte a nuestro *outfit* en una obra maestra.



1. BAJA LA APP  
2. ESCANEÁ ESTA IMAGEN  
3. MIRA EL VIDEO

fotos **Santiago Colinet** / producción **Lucía Rodríguez Alpino** / asistente de producción **Macarena Terra** / modelo **Yuliana Leima** para **Valentino Bookings** / maquillaje y peinado **Paula Melgar**

Los precios de los productos tienen vigencia a la fecha de emisión de esta publicación y pueden variar posteriormente.

**CAMBIO DE HORA**

Lentes Floats Óptica Florida \$ 3600  
 Pañuelo de seda Sisi \$ 369  
 Cadena de plata Dister Joyas \$ 6190  
 Dije de plata Dister Joyas \$ 3490  
 Polera Mariana Daniel Cassin \$ 1690  
 Campera Nike Macri Sport Life \$ 3390  
 Pantalón rojo Only \$ 999  
 Cartera con fleco Kaunas \$ 1190  
 Llavero de flecos Carmen Manrique \$ 390  
 Botas Country side Hush Puppies \$ 4890



**REINA DE CORAZONES**

Boina negra **Symphorine** \$ 590  
 Lentes Henko **Óptica Florida** \$ 2950  
 Collar con dije plateado **Carmen Manrique** \$ 790  
 Polera The Mentalist **Daniel Cassin** \$ 1490  
 Top de cuero **Lolita** \$ 1390  
 Campera negra **Sisi** \$ 1590  
 Campera puffer **Uniform** \$ 1390  
 Anillo con piedra negra **Colours in Fashion** \$ 190  
 Pantalón blanco **Sisi** \$ 990  
 Mochila Vinni **Espacio BA** \$ 1190  
 Botas de lluvia **Stadium** \$ 1290

**MARZO OCRE**

- Set de broches **Pimentón** \$ 349
- Lentes Focus **Óptica Florida** \$ 2950
- Sweater bordó **Lemon** \$ 1690
- Chaqueta roja **Paula** \$ 3990
- Chaleco largo **Lolita** \$ 1790
- Blazer cuadros **Only** \$ 1299
- Reloj Q&Q **La Hora Exacta** \$ 1890
- Cartera roja **Arpelli** \$ 1390
- Chalina de brillos **Colours in Fashion** \$ 390
- Pantalón plisado **Lolita** \$ 1690
- Botas Julian **Hush Puppies** \$ 6290



**SOLSTICIO**

Caravanas con amarillo **Kaunas** \$ 350  
 Pañuelo naranja **Carmen Manrique** \$ 990  
 Guantes con Mila **Symphorine** \$ 590  
 Sweater New Martin **Thomas Trent** \$ 1990  
 Campera Gulia **Indian** \$ 1999  
 Trench Milano **Saura** \$ 2990  
 Cinturón mostaza **Spirale** \$ 295  
 Pantalón naranja **Lemon** \$ 2690  
 Suecos mostaza **Stadium** \$ 1690

**HEMISFERIO SUR**

Tiara negra **Spirale** \$ 250  
 Caravanas largas con cuentas **Kaunas** \$ 350  
 Lentes Focus Kate **Óptica Florida** \$ 2950  
 Buzo Frolan **Allie** \$ 790  
 Blazer beige **Gaby Weinn** \$ 2190  
 Blazer JRS beige **Only** \$ 1499  
 Sobre negro **Kaunas** \$ 1490  
 Pantalón Nike **Macri Sports** \$ 1990  
 Botas Luli **Pasqualini** \$ 5490

**TRANSICIÓN DE COLOR**

Sombrero con cuero **Carmen Manrique** \$ 990  
 Lentes Seen **GrandVision** \$ 790  
 Aros de plata 900 **Taliz Joyas** \$ 1950  
 Blusa cuello alto **Hering** \$ 290  
 Camisa a rayas **Paula** \$ 1590  
 Campera de jean **Saura** \$ 2990  
 Pañuelo de seda **Babilonia** \$ 500  
 Pilot Lapela **Allie** \$ 2390  
 Jean Manuel **Piece of Cake** \$ 1790  
 Cartera a rayas **Kaunas** \$ 1490





**NUBE GRIS**  
 Blusa cuello alto **Hering** \$ 699  
 Saco Atit **Indian** \$ 499  
 Poncho Venasque **Daniel Cassin** \$ 990  
 Cinturón Flambe **Espacio BA** \$ 390  
 Chaqueta fantasía **Lolita** \$ 2890  
 Pantalón Rudy **Indian** \$ 1599  
 Brazaletes dorados **Kaunas** \$ 490 c/u  
 Reloj Guess **Dister Joyas** \$ 10.990  
 Cartera Bechan **Pasqualini** \$ 2890  
 Zapatos Bottero **Miss Carol** \$ 2190

**LA VIE EN ROSE**

- Lentes Seen **GrandVision** \$ 1800
- Gargantilla dorada **Carmen Manrique** \$ 990
- Camisa Pag **The Urban Haus** \$ 1790
- Saco tejido **Lemon** \$ 2490
- Cinturón negro **Kaunas** \$ 490
- Capa fantasía **Lolita** \$ 1390
- Pantalón chino **Saura** \$ 2290
- Zapatos print **Toto** \$ 2290



**TOQUE UMBRA**

- Lentes Solaris **GrandVision** \$ 2500
- Caravanas plateadas **Kaunas** \$ 450
- Vestido Lijue **Indian** \$ 1499
- Campera de cuero **Gaby Weinn** \$ 2290
- Capa clásica **Symphorine** \$ 1490
- Cinturón bordó **Spirale** \$ 195
- Brazalete plateado **Kaunas** \$ 390
- Medias can can **Only** \$ 399
- Cartera de charol **Venet** \$ 4390
- Botas Francés **Pasqualini** \$ 6990





#### ESTACIÓN DE ARCILLA

- Aros gruesos **Symphorine** \$ 590
- Remera negra **Lemon** \$ 990
- Blazer estampado **Cuatroases** \$ 1490
- Blazer Julieta **Saura** \$ 2390
- Reloj Casio **La Hora Exacta** \$ 2490
- Anillo plata y oro **Dister Joyas** \$ 3890
- Anillo plata y oro torneado **Dister Joyas** \$ 3890
- Falda estampada **Renner** \$ 1390
- Cartera mostaza **Colours in Fashion** \$ 1790
- Medias can can **Only** \$ 399
- Botas Yoko **Hush Puppies** \$ 5290



# ARMARIO PETIT

Antes de irnos a dormir –y para evitar mañanas caóticas– dejamos prontos los atuendos del día siguiente para los más pequeños de la casa. Y como nos encanta estar a la moda, en este especial *petit* traemos las prendas *trendy* más hermosas rodeadas de objetos decó que aportan ternura y funcionalidad a la vez.

## DULCES SUEÑOS



Set de 6 perchas  
**Tiendas Montevideo**  
\$ 149

Sweater a rayas  
**Polka** \$ 1290

Set 3 piezas marrón  
**Carter's** \$ 1190

Pantalón azul  
**Polka** \$ 990

Bermuda magic  
**Guapa** \$ 198

Alfombra de peluche  
**Mis Petates** \$ 1200

Almohadón de nube  
**Miniso** \$ 399

## BELLA DURMIENTE



Enterito Twins  
**Guapa** \$ 498

Blusa Antonia  
**Guapa** \$ 298

Falda de tul  
**Renner** \$ 599

Conjunto con tul  
**Carter's** \$ 990

Canasto a rayas  
**Miniso** \$ 249

Remera rayada  
**Guapa** \$ 148

Jean pastel  
**Guapa** \$ 399

Arreglo floral  
**Botica Naturista** \$ 299

Saquito con volados  
Polka \$ 1090

# LUNA DE CRISTAL

Body de cebras  
Polka \$ 990

Set para bebé  
Renner \$ 799

Pantalón rosa  
Guapa \$ 398

Campera Fog  
Guapa \$ 398

Peluche de foca  
Miniso \$ 949

Lámpara lunar  
Botica Naturista  
\$ 1099

Juego de toallas  
Arredo \$ 790

Set 3 piezas ositos  
Carter's \$ 1390

Toalla Marvel  
Miniso \$ 299

# BAÑO DE ESTRELLAS

Set 3 piezas elefante  
Carter's \$ 1290

Conjunto bordó y gris  
Carter's \$ 1290

Cover rústico  
Arredo \$ 1690

Canasto beige  
Mis Petates \$ 320

MESÍAS

# UN PROFETA DIVIDE LAS AGUAS DEL NUEVO SIGLO

Netflix inauguró el 2020 con una de las series más polémicas de los últimos tiempos. ¿Un verdadero mesías o un simple estafador? Quien parece ser el nuevo enviado de Dios buscará unir a toda la humanidad, mientras la CIA está tras sus pasos por desconfiar de sus actos milagrosos.

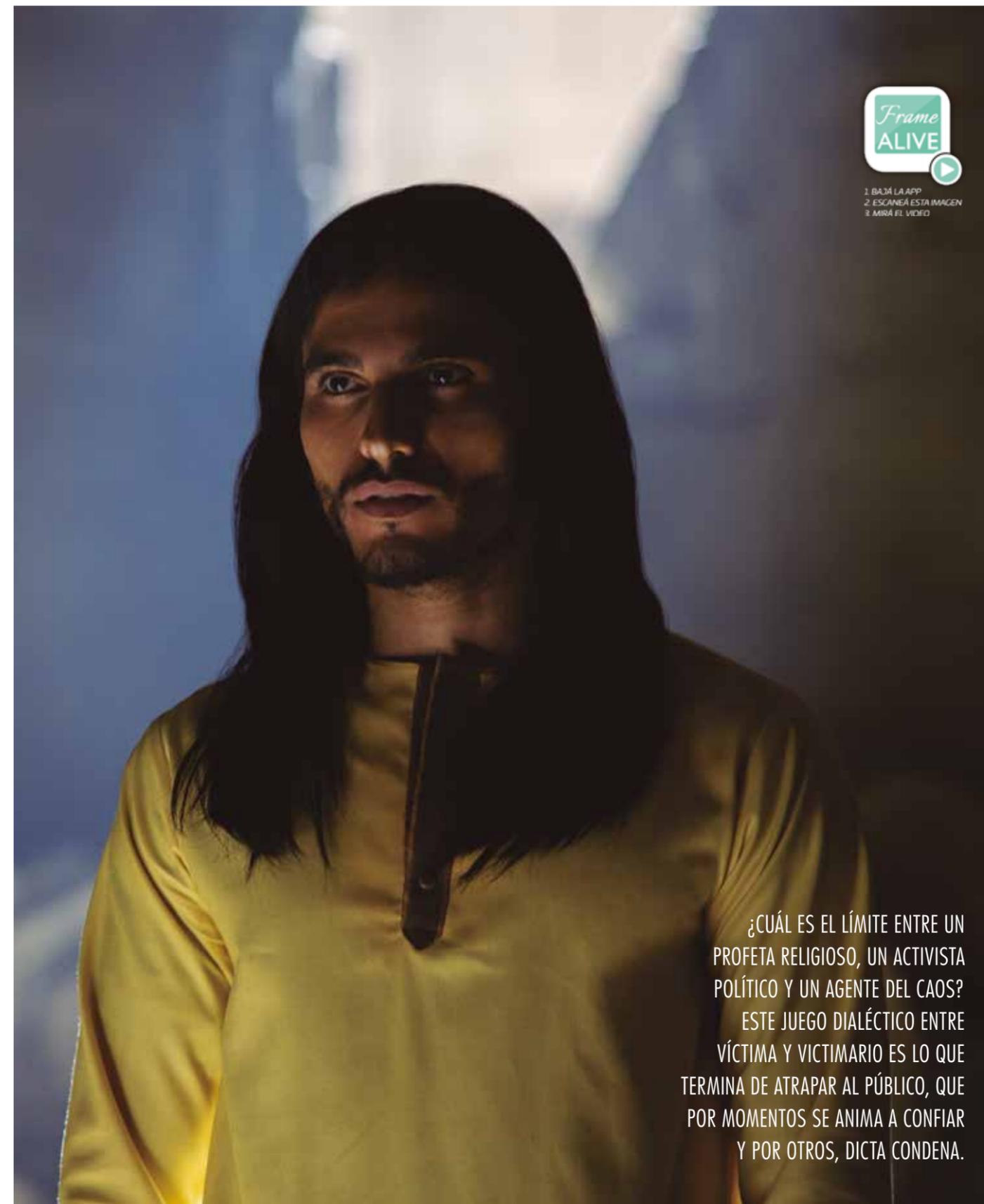
**E**l debate se plantea desde un primer momento: un hombre de barba, cabello largo y contextura delgada lleva por el mundo un mensaje de unión que parece emular la vuelta de Cristo en el siglo XXI. Pero su gran impacto internacional llama la atención de la CIA, que se embarca en una misión global de alto riesgo para descubrir si se trata de una entidad divina o un embaucador engañoso. Este es el misterio a develar durante los diez capítulos de la primera temporada de *Mesías*, la serie creada por el australiano Michael Petroni (conocido por éxitos como *La ladrona de libros*), quien tiene la astucia para mantener a la audiencia pegada a la

pantalla hasta la resolución final. ¿Debemos creer en los poderes sobrenaturales de este hombre? ¿Qué pasaría en el mundo de hoy ante la llegada de un mesías que dice hacer milagros? Estamos listos para adentrarnos en esta carrera por dilucidar si estamos ante un mago o un impostor. Sea como sea, el orden geopolítico mundial está a punto de desmantelarse y solo existe un responsable.

#### NADA ES LO QUE PARECE

La historia comienza en los conflictivos escenarios de Damasco, la capital de Siria, que está a punto de ser arrasada por la infantería del ISIS. Es aquí cuando se pre-

senta el profeta Al-Masih (Mehdi Dehbi) y, tras anunciar que "la salvación está cerca", se desata una bíblica tormenta de arena que obliga a los enemigos a retirarse. La hazaña acaba catapultándolo como una figura pública proclamada por los sirios como el nuevo mesías, que genera desconcierto en los medios de comunicación y amenaza en los organismos de inteligencia. Según él, su padre lo ha enviado para transmitir un mensaje de paz y tiene la capacidad de hacer milagros, aunque en tiempos de *fake news* nada parece ser demasiado creíble. Siguiendo sus pasos, nos trasladamos a la frontera con Israel, donde Al-Masih llega junto con dos mil palestinos hambrientos y



1. BAJÁ LA APP  
2. ESCANEÁ ESTA IMAGEN  
3. AMIRÁ EL VIDEO

¿CUÁL ES EL LÍMITE ENTRE UN PROFETA RELIGIOSO, UN ACTIVISTA POLÍTICO Y UN AGENTE DEL CAOS? ESTE JUEGO DIALÉCTICO ENTRE VÍCTIMA Y VICTIMARIO ES LO QUE TERMINA DE ATRAPAR AL PÚBLICO, QUE POR MOMENTOS SE ANIMA A CONFIAR Y POR OTROS, DICTA CONDENA.

desarmados para poner en jaque al Estado Islámico en Israel. Sin embargo, luego de ser apresado, el líder escapa a Estados Unidos, esta vez con el desafío de proteger a un pastor evangélico y su familia de un devastador tornado. Capítulo tras capítulo, el mesías va concretando milagros tan teatrales como sospechosos, haciendo que miles de personas estén dispuestas a apoyarlo, lo que llama la atención de una oficial de la CIA, Eva Geller (Michelle Monaghan), quien decide iniciar una investigación sobre sus orígenes. Mientras tanto, se entrelazan múltiples perspectivas como la de un refugiado palestino (Sayyid El Alami) y una periodista (Jane Adams) encargada de cubrir las hazañas de este nuevo líder religioso.



### ¿VÍCTIMA O VICTIMARIO?

Uno de los grandes aciertos de esta nueva incorporación de Netflix es su narrativa dinámica que jamás se vuelve predecible, quizás por el abordaje de múltiples temas religiosos, políticos, sociales y económicos. El elemento de la persecución entre la CIA y Al-Masih también aporta un ritmo ágil, mediante escenas de suspenso y acción que son bienvenidas por el espectador. A su vez, cada capítulo se mantiene a flote por el clima dramático generado entre los personajes en escena, en el que, sin dudas,

ESTAMOS LISTOS PARA ADENTRAMOS EN ESTA CARRERA POR DILUCIDAR SI ESTAMOS ANTE UN MAGO O UN IMPOSTOR. SEA COMO SEA, EL ORDEN GEOPOLÍTICO MUNDIAL ESTÁ A PUNTO DE DESMANTELARSE Y SOLO EXISTE UN RESPONSABLE.



### UN ESTRENO QUE TRAJÓ POLÉMICA

Desde antes de su lanzamiento mundial, el 1 de enero de este año, *Mesías* ya despertaba controversias por la presentación de un personaje identificado con la figura bíblica de Jesús. Para algunas agrupaciones religiosas, el contenido es sacrilego y antiislámico, por lo que, incluso, se realizó una petición en la plataforma Change.org solicitando la prohibición de la serie. Del mismo modo, la Comisión Real de Jordania también intentó evitar su difusión por infringir "las leyes básicas del Reino", según reza el propio comunicado oficial. La realidad es que, si bien los alentadores discursos y actos de poder divino de Al-Masih recuerdan a ciertos pasajes bíblicos, la historia camina en una línea delgada que nunca acaba por caer del todo en creencias musulmanas, religiosas o cristianas. El mismo creador de la serie admitió que, si bien se trata de un producto provocador, "nunca se buscó ofender ni juzgar a nadie".



LOS NOTABLES DISCURSOS DEL MESÍAS, LOS ESCENARIOS PARADISIACOS, LAS BUENAS HISTORIAS SECUNDARIAS Y LA CONFLICTIVA RELACIÓN CON LA CIA HACEN DE *MESÍAS* UNA APUESTA QUE ENTRETIENE Y, HASTA EN OCASIONES, EMOCIONA.

el protagonista se lleva todos los aplausos. La contemporaneidad en la que suceden los hechos es un gran acierto por parte de sus creadores, ya que en todo momento tenemos referencias de una sociedad mediatizada y digitalizada que, a la par nuestra, se sorprende por la irrupción de este pseudo-Cristo que asegura estar en conexión directa con Dios, causando conmoción pública y problemas entre los gobiernos. ¿Cuál es el límite entre un profeta religioso, un activista político y un agente del caos? Este juego dialéctico entre víctima y victimario es lo que termina de atrapar al público, que por momentos se anima a confiar y por otros, dicta condena. Los notables discursos del mesías, los escenarios paradisiacos, las buenas historias secundarias y la conflictiva relación con la CIA hacen de *Mesías* una apuesta que entretiene y, hasta en ocasiones, emociona. ♥







# CAMBIO DE DÉCADA, CAMBIO DE PERSPECTIVA

Cerrar y abrir ciclos es parte de los rituales importantes de nuestra vida; y esta época, en especial, puede motivarnos a entablar diálogos personales acerca de algunos aspectos relacionados con la calidad de esta. Para ello, tengamos en cuenta que nuestra salud no se define solo por el hecho de no estar enfermos, sino que contempla un estado mucho más amplio que abarca nuestro bienestar físico, mental, emocional y social.

por Lic. Ps. Valentina D'Alfonso Calabrese

**E**sta visión global requiere que reconozcamos que sentirnos bien tiene mucho que ver con las decisiones que tomamos y con las acciones que llevamos a cabo diariamente. Asimismo, en muchos casos, el estilo de vida imperante hoy en día puede generarnos exigencias en diversas áreas. En este sentido, contemplar habitualmente ciertas pautas puede proveernos de valiosos recursos para enfrentar dicha presión y lograr sentirnos plenos más allá de las circunstancias. Les propongo enumerar algunas de ellas. ¿Me acompañan?

## Manejar una visión integral

Entendamos que todo lo que hacemos con y en nuestro cuerpo tiene un efecto sobre nuestro estado de ánimo; y todo lo que pensamos y sentimos tiene una repercusión a nivel de nuestro estado físico. Para obtener bienestar resulta clave entonces que desarrollemos buenos hábitos alimenticios, realicemos actividad deportiva regular y cuidemos nuestras horas de sueño. Pero para sentirnos de manera aún más óptima, debemos atender nuestra salud emocional de la misma forma que nuestra salud física. Esto incluye ejercitar nuestra capacidad

## NUESTRAS IDENTIDADES NO ESTÁN CERRADAS, SINO TODO LO CONTRARIO, ESTAMOS EN PERMANENTE PROCESO DE EVOLUCIÓN EN DIRECCIÓN HACIA NUESTRA MEJOR VERSIÓN.

para gestionar adecuadamente nuestros pensamientos y emociones en el día a día, y cuidar la manera en que nos relacionamos cotidianamente con nosotros mismos y con nuestro entorno.

### Entrenar nuestro universo cognitivo

Estamos repletos de ideas y creencias acerca de las cosas. Existen creencias que favorecen nuestra plenitud, pero también puede haber otras que nos inhabilitan a actuar como deseamos. Lo bueno es que podemos cambiar nuestra forma de pensar. De hecho, lo hemos estado haciendo de forma espontánea a lo largo de nuestro desarrollo. Nuestras identidades no están

cerradas, sino todo lo contrario, estamos en permanente proceso de evolución en dirección hacia nuestra mejor versión. Es posible tomar control sobre nuestros pensamientos identificando las ideas que se encuentran detrás de actos habituales, para luego poder cambiar las creencias limitantes e instalar nuevas creencias poderosas que nos acerquen a las acciones que deseamos potenciar. Dependiendo de lo que pensemos así nos sentiremos, y ese estado anímico condicionará nuestros comportamientos. Procuremos entonces que nuestros pensamientos estén en sintonía con cómo nos queremos sentir: pensemos en positivo, escogiendo afirmaciones inspiradoras para repetir las a lo largo del día; diseñemos contraargumentos convincentes para nuestros pensamientos negativos más frecuentes y tengámoslos listos para utilizarlos cuando estos últimos intenten aflorar.

### Atender nuestro universo emocional

Nuestras emociones son las que nos mueven y nos impulsan en la vida. Cada una de ellas es portadora de valiosa información sobre nuestras necesidades. Comprender el para qué de su manifestación en un determinado momento nos ayudará en el camino hacia



DEPENDIENDO DE LO QUE PENSEMOS ASÍ NOS SENTIREMOS, Y ESE ESTADO ANÍMICO CONDICIONARÁ NUESTROS COMPORTAMIENTOS.



nuestro autoconocimiento y nos aportará una lección evolutiva. Es importante entonces permitirnoslas y experimentarlas, para luego intentar identificarlas y descifrar el mensaje que tienen para darnos. Visualicemos que una emoción es como una flor que nace, crece y muere, y solo puede mantenerse si la cultivamos con nuestros pensamientos. Solo allí puede dejar de ser algo pasajero y convertirse en un sentimiento. Por tanto, podemos decidir modificar nuestro clima emocional eligiendo aquellos pensamientos que rieguen las emociones que consideramos positivas y nos gustaría fomentar, y dejemos marchitar aquellas que estimamos negativas

en consonancia con nuestras ideas, nuestro sentir y nuestros valores; procurando siempre mantener una coherencia entre lo que pensamos, decimos y hacemos.

*Accionar cada día para vivir de manera "más alegre"*

Fijémonos retos. Sentirnos bien con el futuro es importante para nuestro bienestar actual. La elección de objetivos constituye una brújula que nos da dirección y trae consigo un sentido de logro y satisfacción cuando los alcanzamos. Todos necesitamos metas para motivarnos, y estas deben ser lo suficientemente retadoras como para emocionarnos,



para nuestra cotidianidad.

### Cuidar nuestro amor propio

Seamos amables con nosotros mismos. Reconozcamos nuestras fortalezas y debilidades. Procuremos tomar conciencia de nuestros valores personales para utilizarlos como marcos de referencia en nuestra toma de decisiones. Aceptémoslos y querámonos tal y como nos percibimos aquí y ahora. Celebremos nuestros logros y entendamos nuestros errores como oportunidades de aprendizaje. Asumamos la responsabilidad de nuestros comportamientos. Y a partir de allí pasemos a la acción para modificar aquellos patrones de conducta que consideremos pertinente. Actuemos con integridad,

pero, al mismo tiempo, lo suficientemente realistas como para poder ser alcanzadas. También, fortalezcamos nuestras relaciones: procuremos reservar tiempo de calidad para las personas que nos importan. La conexión social forma parte de un estilo de vida saludable, ya que nos proporciona amor, propósito y aumenta nuestro sentimiento de autoestima. Y por último, seamos agradecidos. Detenernos, observar y agradecer es una de las mejores formas para valorar nuestro presente y sentirnos más satisfechos con lo que somos y con lo que tenemos. ♥

COACHING EN SALUD

📍 Bulevar Artigas 1443, piso 9

☎ 24001291

# SUPERCOMBINABLES

En este especial, les dejamos una selección de prendas con una única consigna: una combinación sencilla e infalible. Para inspirarte cuando no sabés qué ponerte, este supercombinable es perfecto para ti.



Vestido Biscuit  
Paula \$ 2590



Jumper Zana  
Piece of Cake \$ 1490



Top Foca  
Piece of Cake \$ 990



Campera Mangiare  
Uniform \$ 690



Zapato Linda  
Pasqualini \$ 7290



Bota Freddy  
Miss Carol \$ 1390



Remera militar  
Paula \$ 990



Falda Suede Ring  
Thomas Trent \$ 1790



Bota Gabs  
Daniel Cassin \$ 1290



Zapatilla deportiva  
Miss Carol \$ 1790



Buzo Malasia  
Uniform \$ 990

## Verde oliva



Denim negro  
Mistral \$ 1290

Pantalón verde  
Zenit \$ 1049



Buzo Zimbaue  
Guapa \$ 498



Chaqueta lino  
Gaby Weinn \$ 1390



Chaleco África Safari  
Daniel Cassin \$ 1690



Chaqueta Bari  
Saura \$ 2390

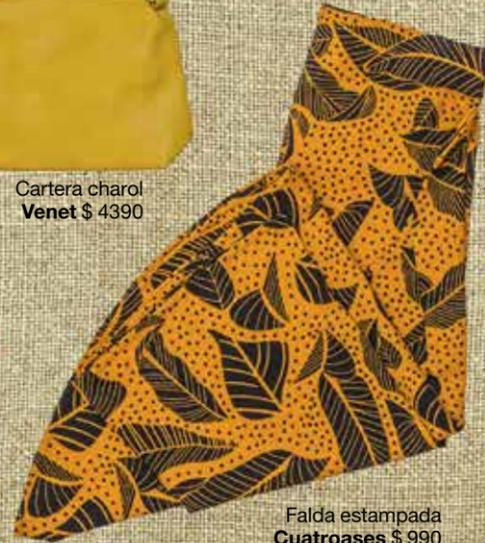
## Safari cotidiano



Falda larga  
Navy \$ 390



Cartera charol  
Venet \$ 4390



Falda estampada  
Cuatroases \$ 990



Blusa verde militar  
Gaby Weinn \$ 790

## Despliegue inesperado



Zuecos Espinola  
Espacio BA \$ 1890



Short desfleado  
Gaby Weinn \$ 490



Denim Matias  
Piece of Cake \$ 1890



Botas Freddy  
Miss Carol \$ 1390



Short Nancy  
Saura \$ 1990



Sandalias con hebilla  
Venet \$ 3990



Cartera mostaza  
Arpelli \$ 1990



Bota Aragonés  
Espacio BA \$ 1990

JUEGÓPOLIS

# UNA CIUDAD PARA CHICOS Y GRANDES

La inauguración del segundo nivel en Tres Cruces Shopping sorprendió con un increíble espacio de juegos pensado para toda la familia. Desde entretenimiento digital hasta simuladores de realidad virtual, inflables y camas elásticas, pistas de autos y una plaza de juegos para los más pequeños. ¡Porque no hay edad para divertirse!

Juegópolis es un espacio de entretenimiento dentro del shopping, ubicado en el segundo nivel, ideal para compartir entre grandes y

chicos. Y este es definitivamente su mayor diferencial con respecto a otras tantas ofertas de entretenimiento que se encuentran en plaza: la posibilidad de disfrutar

una tarde de juegos con nuestros hijos o una salida divertida entre amigos a puras risas compartidas y partidos de pool. Niños, adolescentes y adultos son bien-



**¿SE ANIMAN A  
DESCUBRIR  
JUEGÓPOLIS CON  
NOSOTROS?**

El espacio de entretenimiento es temporal, está abierto de lunes a viernes, de 11 a 22 horas, y sábados y domingos de 10 a 22 horas. Un plan perfecto para cualquier día de la semana, en el que la diversión está 100 % asegurada.

venidos a esta pequeña gran ciudad que cuenta con una variedad de propuestas integradoras e innovadoras como un parque de trampolines, una pista de autos a control remoto, simuladores de carreras, maquinitas electrónicas, inflables gigantes, juegos de realidad aumentada y mesas de pool. Además, hay un Fun Stop con cabina de fotos, tejo eléctrico y juegos para chicos, donde también se encuentra una pista de autos para menores de 5 años, que pueden ser llevados a control remoto por sus papás o conducir ellos mismos en un circuito de gomas. La plaza blanda sobre césped con juegos para niños, con entrada gratuita, es un espacio superamigable y práctico para que los más chiquitos también puedan disfrutar de la jornada. Por supuesto, ¡no podía faltar una zona gastronómica para recargar las pilas! Delicias de Candy Sweet, helados de La Cigale, pop dulce y salado, *snacks* y bebidas varias son algunas de las opciones para endulzar la tarde entre juego y juego.

Los tickets de entrada a las atracciones se encuentran disponibles en la boleterías de

Juegópolis, aunque el acceso al espacio común es libre y gratuito. La buena nueva es que con Sonrisas los clientes tienen un

descuento preferencial para disfrutar de los juegos, pudiéndose solicitar la tarjeta sin costo en Atención al Cliente. ♡



# CLAVES DEL ESTILO MASCULINO

Los galanes se han puesto más exigentes, y la moda y el *lifestyle* dan respuesta a sus cuestiones. En este especial de Elegidos desplegamos los accesorios y elementos que más amamos del estilo masculino.

Libro *Los héroes de la bodega*  
La Librería \$ 490

Reloj de madera Manglar  
La Hora Exacta \$ 2190

Reloj Casio  
GR Joyeros \$ 1330

Reloj Jacques Lemans  
GR Joyeros \$ 18.900

Libro *Largo pétalo de mar*  
Bookshop \$ 690

CD Queen  
Palacio de la Música US\$ 16

Libro *Bajo un cielo escarlata*  
Libros Libros \$ 690

Pack vinos uruguayos  
Iberpark \$ 590

Set Antonio Banderas  
San Roque \$ 1061

Destapador de cerveza  
Mis Petates \$ 115

Jarra de cerveza  
Mis Petates \$ 420

Pack cervezas artesanales  
Iberpark \$ 429

Zapatos de cuero  
Hush Puppies \$ 3490

Zapatilla Santa Cruz  
Crocs \$ 2990

Cinturón cuero  
Harrington \$ 590

## SELLO DIANO

# TRADICIÓN FUTBOLERA

Pack vinos argentinos  
Iberpark \$ 990

Mochila Jansport  
La Isla \$ 1690

Boina inglesa  
Pampero \$ 850

Juego de truco  
Babilonia \$ 265

Chaira de plata  
GR Joyeros \$ 30840

Hebilla para cinturón  
Taliz Joyas \$ 7590

Reloj explorer  
Pampero \$ 4890

CD Abel Pintos  
Palacio de la Música US\$ 15

Aceite para barba  
Botica Naturista \$ 219

Loción caída cabello  
Botica Naturista \$ 769

Set Urban Care  
San Roque \$ 346

Set Northsails  
San Roque \$ 654

Botella lámpara  
Botica Naturista \$ 549

Case negro Icover \$ 590

Botas de invierno  
Cat \$ 5590

Libro *La revolución de la cerveza artesanal en Uruguay*  
Bookshop \$ 990

Libro *El robo de la historia*  
La Librería \$ 590

# CALENDARIO DE OTOÑO

Esta temporada, el *style* masculino se carga de nostalgia. Aquí reunimos cuatro estilos que se roban las miradas de todos ellos y los invitan a vestir a la moda con un toque personal. ¡Les dejamos un desfile de prendas exclusivas para estrenar este otoño que se aproxima!

Sweater de punto  
Jean Vernier \$ 1499



## ESTILO PIJAMERO



Camisa a rayas  
Dakar \$ 1490



Denim slim  
Cat \$ 2990

Camisa bordó  
La Dolfina \$ 1690



Camisa a cuadros  
Hering \$ 1299



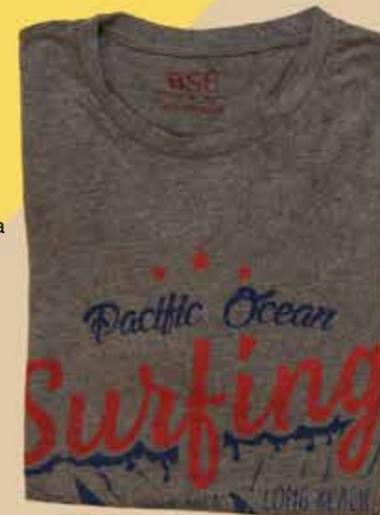
Camisa a cuadros  
Legacy \$ 1290



Remera gris  
Harrington \$ 490



Remera estampada  
Basefield \$ 690



## TRAJE DE OTOÑO



Pantalon bordó  
Legacy \$ 1790

Remera polo piqué  
Basefield \$ 690



# MONOCOLOR

Remera Rhythm  
La Isla \$ 1490



Remera fauna autóctona  
Pampero \$ 990 c/u



Camisa estampa verde  
La Dolina \$ 1690



Sweater Bang  
The Urban Haus \$ 1690



Camisa estampada  
Cuatroases \$ 1490



Camisa estampada  
Jean Vernier \$ 999

Denim roto  
Jack & Jones \$ 1990



Jean  
Legacy \$ 2390



Pantalón mostaza  
Dakar \$ 1790

# BROTOS DE ESTILO

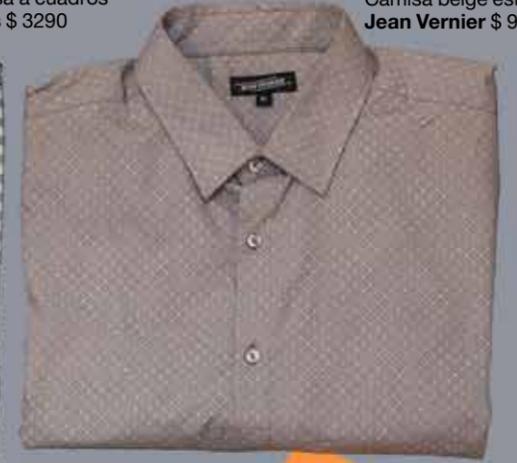
Remera gris  
Mistral \$ 690



Camisa a cuadros  
Levi's \$ 3290



Camisa beige estampada  
Jean Vernier \$ 999



Remera con zapatilla  
Puma \$ 990



Sweater gris  
Legacy \$ 1290



Camisa estampada  
Cuatroases \$ 1490

Pantalón beige  
Legacy \$ 1890



Denim 512  
Levi's \$ 2790



Camisa beige  
Jack & Jones \$ 899



# PARA LOS MÁS ACTIVOS

Salimos a la búsqueda de las prendas más versátiles para hacer ejercicio. Pantalones, camperas y remeras que se adaptan a las intensas rutinas de los hombres más activos.

Campera Nike  
Cien Pies \$ 2700



Campera deportiva  
Columbia \$ 7290

## CLÁSICOS

Buzo negro  
Puma \$ 2290



Pantalón deportivo  
Columbia \$ 4390

Remera blanca  
Puma \$ 990



## RELAJADOS



Campera puffer  
Hering \$ 2699

Campera deportiva  
Umbro \$ 1290



Campera felpa gris  
Umbro \$ 1290



Pantalón Nike  
Cien Pies \$ 2000



# TU RECETA

Salimos a recorrer nuestro patio gastronómico y nos tentamos con las delicias increíbles de @no\_tan\_pancho. ¿Se animan a inspirarse en sus recetas para cocinar en casa? Nosotros pusimos manos a la obra junto con Gianina Iglesias y nos enamoramos de estas dos preparaciones que solo tienen una cosa en común: ¡panchos como protagonistas!

## ► Pancho Washington

“Imagino que muchos se preguntarán el porqué del nombre de esta receta, así que voy a hacerles una breve anécdota. En mi paso por Masterchef, nos tocó cocinar un pescado envuelto en masa filo, parecido a la tradicional receta de lomo Wellington. En este desafío le comenté a los productores que lo más parecido que teníamos en Uruguay a esa preparación era el pancho envuelto, entonces, decidí apodarlo Washington porque es un nombre muy utilizado en nuestro país. En realidad, esta receta me acompaña desde la infancia, pero no fue hace mucho que la bauticé Pancho Washington. No falla nunca en las picadas, la preparo siempre y gusta tanto a grandes como a chicos.”

### Ingredientes

- 4 panchos cortos
- 4 fetas de queso cheddar
- 4 palitos de *brochettes*
- 12 cucharadas de aceite
- 12 cucharadas de agua
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 huevo
- 400 g de harina (aprox.)



### Procedimiento

**Paso 1.** En primer lugar, atravesamos el pancho con un palo de *brochette* de un extremo al otro y dejamos al menos 5 cm de palo hacia afuera para luego poder agarrarlo.

**Paso 2.** En un bol vamos a encargarnos de realizar la masa. Es superfácil, simplemente colocamos las cucharadas de aceite y agua, agregamos sal y entreveramos todo con un tenedor. Incorporamos, de a poco, la harina junto con el polvo de hornear y cuando logremos una masa que se despegue del borde, ¡está lista! Recomiendo dejarla descansar tapada

con papel film en la heladera por al menos 20 minutos para lograr una textura más elástica.

**Paso 3.** Estiramos la masa en la mesada, bien fina (de unos 2 o 3 milímetros), y cortamos rectángulos.

**Paso 4.** Tomamos una feta de queso cheddar, rodeamos el pancho, cubriéndolo bien, y luego forramos todo el pancho con un rectángulo de masa. Lo pintamos con huevo y repetimos el procedimiento con el resto de los panchos. Los colocamos en una asadera con un poco

de aceite y los mandamos al horno con fuego medio hasta que estén dorados.

**Paso 5.** Retiramos los panchos del horno y servimos con alguna salsa deliciosa a gusto. Puede ser alguna salsa tipo mayonesa o a base de tomate.

**Tip:** La creatividad siempre es bienvenida en la cocina, así que si querés cambiar la feta de cheddar por otro queso que te guste más o agregarle, por ejemplo, ajo y perejil picado, ¡adelante!

## ► Panchos bacon con salsa barbacoa casera

“Esta receta es maravillosa para elaborar como bocados y presentarlos en reuniones entre amigos o encuentros familiares. Llama la atención a la vista de los invitados y es una buena forma de hacer algo BBB (bueno, bonito y barato). Además, ¡increíblemente exprés!”



### Ingredientes

- 5 panchos
- 200 g de panceta ahumada
- 400 g de salsa ketchup
- 2 cucharadas de vinagre de manzana
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 1 diente de ajo molido
- 1 pizca de comino
- 1 cucharada de azúcar rubia
- 1 cucharada de azúcar blanca
- Escarbadientes

### Procedimiento

**Paso 1.** Colocamos en una cacerola la salsa ketchup junto con el vinagre, la salsa de soja, el ajo, el comino y el azúcar. Revolvemos bien durante 15 minutos mientras se cocina

a fuego bajo y se mezclan todos los ingredientes formando la salsa barbacoa. Cuando esté lista, apagamos el fuego y reservamos.

**Paso 2.** Cortamos los panchos largos en pequeños trozos tipo pildorita de aproximadamente 4 cm de largo. Los envolvemos en panceta (¡es importante que queden bien prolijos!) y colocamos los escarbadientes para inmovilizarlos.

**Paso 3.** En una asadera colocamos los panchos envueltos y cocinamos durante 15 minutos aproximadamente, hasta que la panceta esté dorada. Si tenemos modo grill, mucho mejor, si no, lo ideal es ponerlos en el compartimento superior del horno. Lo

damos vuelta a medida que se cocina, así la panceta se dora en todos sus lados.

**Paso 4.** Retiramos la asadera y pintamos los panchos con la salsa barbacoa. Llevamos al horno durante 5 minutos más y servimos calentitos. ♥



# DULCE RECREO

Comenzó el año y la vuelta a clases se volvió cliché. Así que entre cuadernos, libros, lápices y colores nos permitimos divertirnos un rato con los más pequeños: un recreo repleto de dulces, prendas de colores pasteles, mucho encaje y recetas que nos hacen suspirar. ¡Un mimo más que merecido!

*fotografía* Santiago Colinet / *producción* Lucía Rodríguez Alpino / *asistente de producción* Macarena Terra  
/ *modelos* Salvador para Valentino Bookings y Lara Honigsberg / *maquillaje y peinado* Indira Bermúdez

Los precios de los productos tienen vigencia a la fecha de emisión de esta publicación y pueden variar posteriormente.

## TONOS PASTEL

Lara  
Caravanas rosa **Babilonia** \$ 150  
Vestido Luang **Thomas Trent** \$ 1690  
Reloj con letras Okusai **La Hora Exacta** \$ 690



Salva  
 Remera polo Bas \$ 390  
 Canguro Dixie Navy \$ 890  
 Pantalón verde Thomas Trent \$ 990  
 Zapatillas Santa Bárbara Bali Macri Sport Life \$ 990



1. BAJÁ LA APP  
 2. ESCANEÁ ESTA IMAGEN  
 3. MIRÁ EL VIDEO



DIVERSIÓN A LA VISTA

- Lara  
 Gomita de pelo Spirale \$ 120  
 Polera blanca Renner \$ 299  
 Chaleco de piel Renner \$ 1150  
 Llavero de peluche Colours in Fashion \$ 390  
 Bolso rosa Sisi \$ 699  
 Pantalón rosa Only \$ 499  
 Ballerinas rosa Stadium \$ 1390

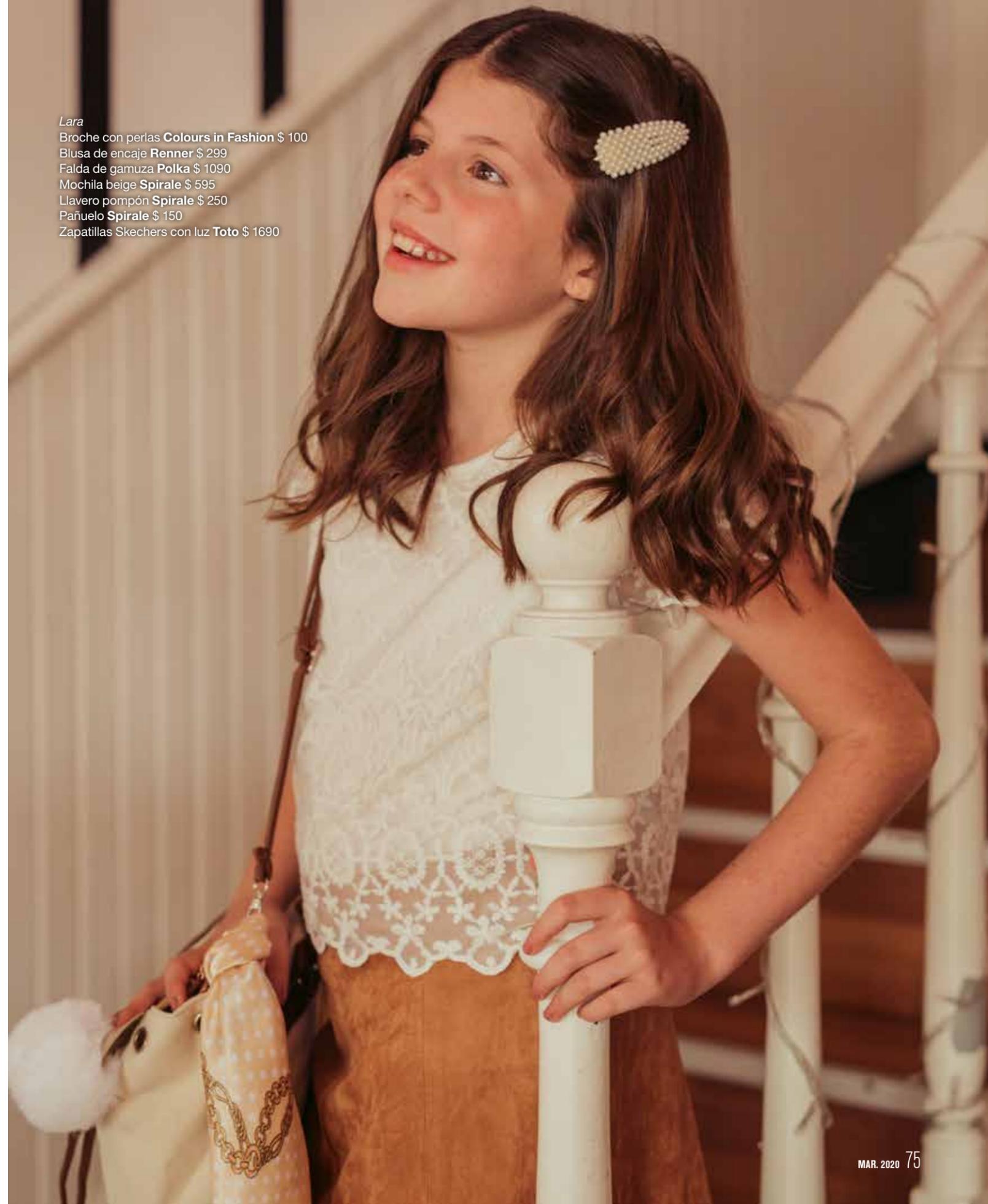
- Salva  
 Remera New York Only \$ 490  
 Campera bordó Bas \$ 590  
 Jean oscuro Navy \$ 690  
 Little Ride Crocs \$ 3490

PICARDÍAS EN CASA

Salva  
 Lentes Rotter & Krauss **GrandVision** \$ 790  
 Remera mostaza **Renner** \$ 399  
 Campera de nylon **Renner** \$ 1390  
 Pantalón verde **Thomas Trent** \$ 990  
 Lanchera AUF **Brio** \$ 590  
 Zapatillas Zoo York **Toto** \$ 1290



Lara  
 Broche con perlas **Colours in Fashion** \$ 100  
 Blusa de encaje **Renner** \$ 299  
 Falda de gamuza **Polka** \$ 1090  
 Mochila beige **Spirale** \$ 595  
 Llavero pompón **Spirale** \$ 250  
 Pañuelo **Spirale** \$ 150  
 Zapatillas Skechers con luz **Toto** \$ 1690





ANTES DE LA CAMPANA

Lara  
 Broche fucsia **Spirale** \$ 195  
 Lentes Polaroid Kids **GrandVision** \$ 2200  
 Remera rosa **Bas** \$ 350  
 Buzo con perlas **Only** \$ 799  
 Pantalón blanco **Only** \$ 699  
 Sandalias con tiras **Guga Toto** \$ 690

Salva  
 Remera Madison **Mistral** \$ 490  
 Jean parches **Thomas Trent** \$ 890  
 Converse azules **Stadium** \$ 1290

Set  
 Bol Scales **La Compañía del Oriente** \$ 1199  
 Ensaladera Francesa **La Compañía del Oriente** \$ 589  
 Vaso de cerámica **La Compañía del Oriente** \$ 114 c/u  
 Individual crochet **Arredo** \$ 190 c/u

DULCE MELODÍA

*Lara*  
 Blusa fruncida **Bas** \$ 590  
 Saco tejido **Bas** \$ 650  
 Pulsera varias vueltas **Spirale** \$ 195  
 Pantalón verde agua **Bas** \$ 340  
 Ballerinas beige **Toto** \$ 790  
 Pañuelo de seda **Colours in Fashion** \$ 200  
 Bolso rosa **Arpelli** \$ 1190



*Salva*  
 Lentes Mr Boho **Óptica Florida** US\$ 130  
 Remera con gráfico **Hering** \$ 340  
 Pantalón cargo **Thomas Trent** \$ 990  
 Zapatillas Santa Bárbara **Macri Sports** \$ 690

*Set*  
 Mini bol Francesa **La Compañía del Oriente** \$ 99  
 Individual de mimbre **Tiendas Montevideo** \$ 139 c/u  
 Plato Francis **La Compañía del Oriente** \$ 920  
 Bol Rusti **La Compañía del Oriente** \$ 199

## TÉ DE MEDIA ESTACIÓN

Salva  
 Remera blanca **Hering** \$ 299  
 Campera de nylon roja **Renner** \$ 1390  
 Mochila Superman **Arpelli** \$ 995  
 Jean boys **Renner** \$ 699



## Lara

Broche estampado **Spirale** \$ 75  
 Pañuelo de seda **Colours in Fashion** \$ 200  
 Body rosa **Hering** \$ 390  
 Campera con piel **Renner** \$ 1890  
 Jean de niña **Hering** \$ 990  
 Zapatillas **Skechers Toto** \$ 2990  
 Bandolera rosa **Colours in Fashion** \$ 590

## Set

Servilleta de tela **La Compañía del Oriente** \$ 69 c/u  
 Bolí Rusti **La Compañía del Oriente** \$ 189 c/u  
 Plato centro **La Compañía del Oriente** \$ 279 c/u



NARANJA LIMÓN

Lara  
Broche carey Spirale \$ 195  
Remera Lemon Only \$ 199  
Jumper mostaza Polka \$ 1590  
Sweater peludito Thomas Trent \$ 1590



Salva  
Remera Salt & Sun Renner \$ 399  
Buzo black Jack & Jones \$ 999  
Pantalón bordó Only \$ 699  
Lanchera oso panda Brio \$ 460  
Zapatillas Topper Stadium \$ 990



## CONFITE DE CHOCOLATE

*Lara*  
 Vincha torneada **Spirale** \$ 175  
 Blusa brillo **Renner** \$ 499  
 Saco gris **Only** \$ 399  
 Jean calza **Renner** \$ 699  
 Bandolera beige **Colours in Fashion** \$ 590

*Salva*  
 Camisa Burgos **Thomas Trent** \$ 1490  
 Pantalón cargo **Bas** \$ 790

*Set*  
 Individuales gold **Arredo** \$ 150 c/u  
 Taza Modern **La Compañía del Oriente** \$ 99 c/u  
 Plato Búho **La Compañía del Oriente** \$ 129

## TIME TO GO

*Lara*

Remera Follow your heart **Only** \$ 299  
Pantalón de pana **Only** \$ 499  
Pulsera multicolor **Spirale** \$ 195  
Zapatillas acordonadas **Stadium** \$ 799

*Salva*

Remera blanca y azul **Renner** \$ 399  
Reloj Q&Q **Taliz Joyas** \$ 690  
Jean boys **Renner** \$ 699  
Zapatillas Zoo York **Toto** \$ 1490





**PIED DE POULE**

Lara

- Vestido *pie de poule* **Renner** \$ 799
- Pulsera plateada **Spirale** \$ 195
- Medias can can **Sisi** \$ 209
- Ballerinas negras **Stadium** \$ 1390

Salva

- Remera a rayas **Jack & Jones** \$ 899
- Denim blue **Jack & Jones** \$ 990
- Zapatillas Santa Bárbara **Macri** \$ 990

# Tengo todo el estilo que estás buscando, ¡y más!



Tus tiendas favoritas de moda, encontralas en **Tres Cruces Shopping.**



# TENDENCIAS DE LA RED CARPET

Como todos los años, a estas alturas nos empiezan a bombardear las tendencias de lo que se viene en moda, *make up* y pelo. Las *fashion weeks* despliegan un abanico enorme de las últimas novedades llevadas al extremo, aunque las alfombras rojas de los premios más famosos son el escenario ideal para observar estas tendencias bajadas a tierra. Junto con la maquilladora Pame Cambre elegimos a nuestras preferidas de la *red carpet* de los Oscar y analizamos qué nos deparará este 2020 en maquillaje y peinado.

Si bien el año pasado se vio un poco más de juego y dominaron los colores pasteles combinados con vestidos un tanto osados, en esta nueva década la consigna parece ser regresar, de a poco, a lo más clásico. Los estilismos de la última alfombra roja de los Oscar fueron un espejo de lo que se viene y, aunque se vio de todo un poco, como regla general vale decir que lo natural sigue en auge. Los *looks* elegidos por Renée Zellweger, Laura Dern y Charlize Theron son ejemplos de esta tendencia absoluta. El protagonismo de los tonos tierra y fuego, en Penélope Cruz y Scarlett Johansson, son clave este 2020, así como un *Hollywood glam style* inspirado en los años veinte en íconos como Margot Robbie y Rooney Mara.



En resumen, ¡acá está nuestro #top5 de las tendencias que pisan fuerte este año!

## NATURAL MAKE UP

Esta tendencia la venimos escuchando una y otra vez, pero parece que definitivamente llegó para quedarse. Debo admitirme fan de ella. Me parece que menos es más, sobre todo en pieles de más edad. ¿Qué quiero decir con esto? Más allá de los gustos personales, el maquillaje natural hace los rasgos más suaves y las pieles hidratadas suavizan las líneas de expresión. Esta tendencia fue elegida por varias de las protagonistas de la noche. Dos de ellas, Charlize y Renée, acompañaron con recogidos superprolijos; mientras que otras, como Laura Dern, optaron por ondas al agua.

## CLASSIC CLASSIC

Scarlett siempre tiene los mejores maquillajes de la alfombra roja, ya que, además, su cara perfecta ayuda mucho. Eligió una paleta en tonos cobre y peltre que iban muy bien con su *look*, labios color rosa y puntos de luz bien escogidos. Igualmente, esta vez nos quedamos con Penélope, que se la jugó un poquito más al sumar tonos fuego a un maquillaje básico. A la hora de pensar en el *make up*, los marrones van con todo, algo



así como el negro en la vestimenta, ¡no le errás! Pero los tonos fuego le dan un toque diferente, que es todo lo que está bien. El *cat eye* tampoco pasa de moda, ¿o acaso alguien podría decir que Natalie Portman no lucía espectacular? Ella también fue por un *look* clásico con protagonismo de marrones y el *touch* de delineado.



## HOLLYWOOD GLAM

Este es uno de los estilos que más vimos en la *red carpet*, y no hablo solo del maquillaje. La clásica raya al costado con las ondas al agua, que casi no parecen pelo, sino una masa ondeada a la perfección, es de los *looks* más clásicos y bellos que nos trae el 2020. El maquillaje se caracteriza por los labios rojos bien definidos, este es el foco principal, pudiéndose acompañar de unos ojos suaves o un delineado fino. Eso sí, mucha pestaña.

## METALLIC TOUCH

Nos salimos un tanto de lo clásico para presentar esta tendencia más power. Tanto Janelle Monáe como Lucy Boynton deslumbraron con maquillajes dignos de admiración. La primera eligió un delineado sutil con glitter plata para acompañar su megavestido en el mismo tono; agregó unos labios rojos y optó por una piel muy iluminada. El tema de combinar es algo a tener en cuenta, ya que hasta no hace mucho tiempo atrás machear el color del vestido con el maquillaje era un gran no. Por otro lado, Lucy se destacó por el detalle superespecial de perlas incrustadas a lo largo de la raya del pelo y apliques en plata bastante notorios solo

## NUEVA REGLA: COMBINAR EL MAKE UP CON EL VESTIDO

Ya dijimos que machear vestuario y maquillaje es una de las tendencias de este año. Pero ¿cómo hacerlo? La fórmula más fácil es aplicar el mismo razonamiento que hacemos con los accesorios, porque, en definitiva, el maquillaje es un accesorio más. Entonces, debe acompañar y potenciar mi *look*. A grandes rasgos, si elegimos un vestido simple, el *make up* y el peinado deberían robarse las miradas; mientras que si optamos por un vestido liso, los ojos y labios fuertes están permitidos. Siempre hay que buscar el balance: si el vestido es estampado o muy cargado, lo ideal es ir por un maquillaje *nude* o llevar la atención a un solo lugar, es decir, apostar a la boca o destacar los ojos —preferentemente no las dos cosas—, tomando en cuenta la paleta de colores del estilismo en general. Todo esto es muy subjetivo y adaptable a las facciones y los gustos de cada persona. Debemos reconocer nuestras virtudes y explotarlas al máximo.



en la zona del ojo. Esta es una de las tendencias que más vemos hoy en día: detalles en el *make up* que van desde strass hasta glitter, perlas y cualquier piedra brillante o de colores. Todo vale.

## COLOR BLOCK

Hay otra regla que también es muy jugada: utilizar un color bien intenso en el párpado, esfumado, sí, pero solo un color. Un ejemplo de este estilo fue el *make up* de Maya Rudolph, que lució un violeta megaintenso. Además, a diferencia de la tendencia anterior, que invita a combinar el vestuario con el maquillaje, este *look* busca jugar con colores opuestos, en este caso, el naranja. Puedo decir que es la tendencia más osada y difícil de usar, aunque se vio tanto en pasarelas que esa debería ser nuestra fuente de inspiración. ♡



# ¡INAUGURAMOS SEGUNDO NIVEL!

En diciembre abrimos al público nuestro segundo nivel del shopping con un montón de locales que se suman a la familia de Tres Cruces. Desde propuestas de indumentaria para grandes y chicos hasta opciones de regalería, decoración, juguetería y más. Conocé las novedades del nuevo nivel.



## BAS

### VESTIMENTA

Bas se mudó de nivel y ahora nos espera con un local más amplio y cómodo, para disfrutar de una propuesta pensada para toda la familia.



## DISTER

### JOYERÍA

Además del stand ubicado en el Nivel 1 del shopping, Dister amplía su propuesta con un local más grande para mayor comodidad de todos los clientes.



## INDUMEX

### SERVICIOS

Indumex suma un nuevo local para seguir atendiendo al público en todos los niveles: Terminal, Nivel 1 y ahora Nivel 2.



## JACK & JONES

### VESTIMENTA

Una nueva propuesta de vestimenta masculina llegó a Tres Cruces con opciones modernas para hombres con estilo.



## JUEGÓPOLIS

### SERVICIOS

La ciudad del entretenimiento desembarcó provisoriamente en el nuevo nivel con juegos superdivertidos para compartir en familia en su amplio horario de lunes a viernes de 11 a 22 horas, y de 10 a 22 horas los sábados y domingos.



## OFFICE 2000

### PAPELERÍA / TECNOLOGÍA

Un nuevo local de dos pisos con todo tipo de productos de papelería, equipamiento e insumos para oficinas, profesionales y público en general.



## ONLY

### VESTIMENTA

A sus 4500 tiendas en todo el mundo, la marca de moda internacional para jóvenes suma un nuevo local en Tres Cruces con propuestas de tendencia para mujeres con actitud.



## PUMA

### VESTIMENTA

La reconocida marca Puma abrió su tienda en el Nivel 2 con propuestas de vestimenta y calzado para deportistas profesionales y amateurs.



## MINISO

### BAZAR

Miniso llegó para conquistar el corazón de los amantes del diseño, presentando productos innovadores y coquetos.



## RENNER

### VESTIMENTA

Renner nos trae una propuesta tan versátil como encantadora para vestir a hombres, mujeres y niños. Tendencia, calidad y precios competitivos.



## STARBUCKS

### GASTRONOMÍA

La cafetería más reconocida del mundo abrió su local en Tres Cruces para deleitarnos con delicias irresistibles.



## UMBRO

### VESTIMENTA

Umbro desembarcó con una amplia propuesta de vestimenta, calzado y accesorios para practicar deporte, con especial énfasis en el fútbol.



## VEO VEO

### JUGUETERÍA

Una nueva juguetería enamora a los más pequeños de la familia con una variedad de propuestas que incluye juegos didácticos, papelería, librería y especiales para la primera infancia, entre otras.



# INCORPORACIONES

## BOXES CHURROS

**GASTRONOMÍA**  
La fábrica de churros y waffles llegó a Tres Cruces con su propuesta innovadora para deleitar a todos con preparaciones exquisitas. Ubicada en la Plaza de Comidas, cuenta con una gran variedad de opciones para endulzar cualquier momento del día.



## NO TAN PANCHO

**GASTRONOMÍA**  
Los panchos son protagonistas absolutos de este restaurante *gourmet*, que abrió su local en nuestro patio de comidas para ofrecer infinitas combinaciones de sabores a la hora de personalizar tu menú.



## IL MONDO DELLA PIZZA

**GASTRONOMÍA**  
El clásico de las pizzas llegó al patio de comidas con un local amplio y cómodo, para disfrutar de una variada carta gastronómica.



# JUEGÓPOLIS

DIVERTITE A OTRO NIVEL

Te esperamos en un espacio de entretenimiento para todas las edades con juegos, helados, golosinas y refrescos.

## ENTRETENIMIENTO DIGITAL

- Simuladores
- Máquinas Arcade Flipper
- Pista de Autos
- Mesas de Pool
- Lentes de Realidad Virtual

## LEVITY

- Trampoline Park
- Inflable Gigante
- Cabina Tiro al Blanco

## FUN STOP

- Dondolinos (kiddie Rides)
- Autos Eléctricos
- Tejos
- Dispensadoras de Regalos
- Dispensadoras Dobles de Golosinas
- Máquina de Peluches
- Totem de Fotografías
- Toboganes Infantiles
- Hamacas Infantiles.
- Autos / Animales Mecánicos Infantiles
- Casa de Juegos

Lunes a Viernes de **11 a 22 hs.**  
Sábado y Domingo de **10 a 22 hs.**

Zona de entretenimiento disponible hasta Julio 2020



10% Dto con Sonrisas



# PREDICCIONES

MARZO 2020



www.astro.uy



(21/3 - 20/4)

## Aries

El inicio del tramo contiene las mejores oportunidades afectivas, que luego pasarán a un estado de normalidad, sin mayores contratiempos. En el terreno laboral se requiere prudencia y paciencia, ya que algunas situaciones se pueden salir de control. Esta tendencia supera el total del mes, por lo que cuidar los detalles para evitar contratiempos es indispensable. Desde el 10, algunos asuntos que se encontraban retrasados tienden a normalizarse y, en tal sentido, parece que lo aconsejable es esperar un tiempo para resolverlos. Los días más prometedores son el 7, 15, 24 y 25; mientras se esperan algunas dificultades el 5, 11, 17 y 18.



(21/4 - 20/5)

## Tauro

Se espera un panorama positivo en lo afectivo que destaca a partir del día 7 y por el resto del mes. Esta buena configuración luego se extiende en el sentido material y estamos en presencia de un muy buen tramo, ya que todo el conjunto ayuda y es posible obtener excelentes resultados. Solamente algunos contratiempos provenientes de una falta de evaluación adecuada pueden empañar en algo durante los primeros días, sin causar mayores conflictos. Los días especialmente propicios: 9, 17, 18 y 27. Algunas complicaciones menores son posibles durante el 7, el 13 y el 20; pero nada que altere el juicio general de un muy buen avance.



(21/5 - 20/6)

## Géminis

La vitalidad se encuentra disminuida durante la primera mitad y en cierta medida puede afectar el estado de ánimo. Luego, lentamente la situación se recupera y pasa a un buen desempeño para las rutinas del signo. Es un tramo ideal para resolver algunos temas que requieran concentración y un esfuerzo sostenido, y parece que los resultados se ajustan muy bien al esfuerzo a partir del 10. En el sentido afectivo hay una buena configuración que promete resultados que, sin ser mayores, pueden acompañar muy bien este tiempo. Los días positivos: 11, 20, 29 y 30. Hay que tomar algunos recaudos durante los días: 9, 15, 22 y 23.



(23/9 - 22/10)

## Libra

Los cinco primeros días del mes son complicados afectivamente. Durante este tiempo se puede esperar una serie de problemas o, al menos, situaciones confusas en las que hay que evitar respuestas precipitadas que no conducen a ningún sitio o pueden empeorar la situación. A partir del 6, esta condición se mitiga y entonces se pueden desarrollar las rutinas con normalidad. Existen tres factores que complican los objetivos materiales y estos superan el mes, por lo que hay que prestar atención a detalles como los gastos para evitar encontrarse luego en aprietos. Los mejores días aquí: 2, 11, 20 y 29. Más complejos: 5, 17, 18, 24 y 25.



(23/10 - 22/11)

## Escorpio

Hay que afrontar algunos problemas en las relaciones personales desde el 6 y por el resto del tramo. Esto obliga a un esfuerzo adicional, puesto que se requiere paciencia. Los reflejos intelectuales acompañan muy bien al signo desde mediados del mes y, por tanto, la situación es bien complicada, ya que es muy posible que se esté razonando correctamente, pero desde la contraparte, las cosas no se ven así. Este desasosiego disminuye en algo a medida que el mes termina, pero el panorama, en general, no es muy alentador. Los mejores días durante este mes son: 5, 13, 22 y 23, mientras que se requiere mayor resistencia durante los días: 7, 19, 20 y 27.



(23/11 - 20/12)

## Sagitario

El mes es aprovechable desde el inicio con algunas oportunidades en el plano afectivo. Si bien este tramo es corto, ya que a partir del 6 todo vuelve a una normalidad, se espera que algún residuo positivo de estas situaciones se mantenga en el tiempo y tal vez tome forma de un proyecto de mayor escala. Por lo demás se trata de un período promedio, con algunos problemas si se requiere un esfuerzo o una concentración, ya que la energía y las condiciones intelectuales están ligeramente por debajo de la media. La vitalidad se recupera en algo a partir del 21. Días positivos: 7, 15, 24 y 25. Más complejos: 2, 9, 22 y 23.



(21/6 - 20/7)

## Cáncer

Es un mes de contratiempos no graves pero frecuentes y en distintos ámbitos que de alguna manera desafían al signo, ya que se encuentra con problemas para desarrollar sus rutinas con normalidad. Tanto en los afectos como en lo material y laboral, varios atascos se van sumando, y posiblemente este mes constituya un verdadero muro que hay que saltar. A esto se suma un inicio con posibles enfrentamientos o discusiones que se deben de controlar en la medida de lo posible. Se cuenta desde el 17 con un buen juicio, en general, para evaluar los temas de interés. Positivos: 5, 13 y 22. Con cuidado: 11, 17, 18, 24 y 25.



(21/7 - 21/8)

## Leo

Algunos obstáculos afectivos se presentan en la mayoría de las relaciones a partir del día 6. Sin llegar a tener efectos mayores, se puede decir que son desgastantes. A esto se le suma que entre el 5 y hasta el 16, las evaluaciones no son las mejores y los reflejos intelectuales están tocados. Un primer factor complejo de mayor escala inicia su paso brevemente desde el 23 y superando el tramo en estudio. El conjunto no es preocupante, pero hay que evitar caer en un desánimo, ya que algunos problemas que parecían resueltos, reaparecen. Los días positivos aquí: 7, 15, 24 y 25. Los más comprometidos: 13, 19, 20 y 27.



(22/8 - 22/9)

## Virgo

Es un mes muy positivo en el sentido afectivo y material. Varias oportunidades pueden presentarse y parece un excelente tiempo para obtener buenos resultados en todo lo que se emprenda. Incluso, esto se extiende a propuestas que pueden llegar de forma inesperada o, al menos, que no se tomaban en cuenta para este año por considerarlas ya fuera de alcance. Solamente hay que revisar un par de veces cada asunto, puesto que los reflejos intelectuales estarán más lentos durante la segunda parte del mes. Los días favorables para avanzar: 9, 17, 18 y 27. Con algo de precaución: 2, 15, 22 y 23.



(21/12 - 19/1)

## Capricornio

Es un mes cambiante en el terreno afectivo y a un inicio complicado, continúa una recuperación completa. A su vez, en el terreno material, existen avances concretos con la consecución de algún proyecto largamente esperado o por el que se había trabajado intensamente y comienza a vislumbrarse su buen resultado. Además, un factor mayor que operó ordenando al signo ya se retira, permitiendo un crecimiento sostenido muy por encima de la escala mensual. Es preferible aguardar a la segunda mitad del mes para la toma de decisiones que impliquen gastos o inversiones. Mejores días: 9, 17, 27 y 28. Con cuidado: 4, 5, 24 y 25.



(20/1 - 18/2)

## Acuario

Dentro de los promedios, este mes no contiene grandes alteraciones y le permite al signo desarrollar sus actividades y rutinas en forma normal. Existe un pequeño desarreglo en las relaciones personales, pero no representa nada a escala mayor. La noticia es la llegada de un factor mayor (Saturno) que, si bien no tendrá efecto inmediato, provocará modificaciones biográficas mayores a partir de los siguientes seis meses y por hasta tres años completos. Este factor ha venido a ordenar muchos temas pendientes que requieren una solución definitiva. Aquí los mejores días son: 2, 11, 20 y 30. Con desajustes menores: 7, 13, 27 y 28.



(19/2 - 20/3)

## Piscis

Un período con una relativa calma aguarda al signo durante este mes, que contiene buenas asociaciones o proyectos que traten de actividades que contengan dinámicas grupales y se adquieran, entonces, rutinas positivas que se extiendan superando el tramo en cuestión. Los reflejos intelectuales y la capacidad de sostenerse en las rutinas mejoran notablemente en la segunda mitad, por tanto, sería conveniente no precipitarse en las decisiones hasta ese tiempo, ya que si bien no hay mayores complejidades, existe un mejor panorama conforme pasan las semanas. Días positivos: 4, 5, 13 y 22. Ligeramente complejos: 2, 9, 29 y 30.

ONLY

# FALL WINTER 2020

Estamos ansiosos por conocer un poco más sobre las novedades de este invierno, y en esta ocasión, charlamos con los asesores de Only, quienes nos adelantaron que se viene una combinación de clásicos atemporales y nuevas tendencias, con foco en colores tierra y neutros. Se destacan los *prints* con herencia, toques de los setenta y *glamour* de los ochenta, en prendas con muchísima personalidad. "Queremos que la mujer Only encuentre en nuestra colección un *look* para todos los días", nos cuentan.

## ¿Qué tendencias nos esperan para la temporada de frío?

Esta temporada vuelven los clásicos de las últimas décadas: *checks*, *animal print*, satinados, *full blazers*, manga gigot, *mixed prints*, *tie dye* y *streetwear* con un *mood* muy de los noventa. También se destacan los *looks* con capas y combinación de texturas y colores. Lo formal e informal se funden para lograr estilismos descontracturados que realzan a una mujer femenina y elegante. Los hombros y la cintura serán los protagonistas esta temporada.

## ¿Cuáles son los colores y las texturas que protagonizan el invierno?

Matices cálidos sutilmente apagados y toda la gama de colores tierra con el cúrcuma, el rosa y el caki como protagonistas.



## ¿Cuáles son las tres piezas estrella de la nueva colección?

Más que piezas diríamos que nuestras estrellas son las categorías en las que nos destacamos esta temporada: los abrigos, las chaquetas y los tejidos de punto; combinamos una selección de productos básicos y de tendencia para ofrecer *looks* para todas las ocasiones. Como todas las temporadas, nuestros jeans tienen un lugar muy especial, cuyo calce y silueta favorecedora son el foco. Encontrarán una amplia selección de *skinny jeans*, que no pueden faltar en el armario de la mujer Only, así como un *mix* muy versátil de otros cortes en tendencia, como los *mom* y *wide jeans*.

## ¿Cómo se definen las colecciones temporada tras temporada?

Somos una marca internacional de origen

danés con más de 2700 tiendas. Estamos presentes en 38 países, entre ellos, las principales capitales de la moda del mundo. Nuestra propuesta es acercar las tendencias y los *must-have* de cada temporada, que no pueden faltar en el armario ideal. La marca a nivel internacional nos ofrece una variedad muy amplia de productos pensados para la mujer Only, tomando en cuenta las tendencias de cada temporada. Buscamos prendas que se adapten a cada momento del año y a la rutina de nuestras consumidoras e incorporamos las últimas novedades en el mundo de la moda.

## ¿Cómo es el público que elige Only?

La mujer Only es segura, activa y *trendy*. Le gusta la moda y busca el *look* perfecto para cada ocasión. Nuestro objetivo es ayudarla a encontrarlo.♥

## DESCUENTOS • *sonrisas* la mejor forma de comprar

Solicita tu tarjeta gratis  
y en el momento en  
Atención al Cliente



+125  
DESCUENTOS DIRECTOS

Tres  
Cruces

YouTube Instagram Facebook /trescrucesuy

ADEMÁS CON VISA SONRISAS  
DE SCOTIABANK TENÉS  
ESTOS DESCUENTOS:

**10%**  
DESCUENTO | En pasajes  
En boleterías adheridas a VISA

**20%**  
DESCUENTO | En gastronomía  
En locales adheridos a SONRISAS

HASTA **25%**  
DESCUENTO | 2do. viernes del mes  
En locales adheridos a SONRISAS



**BAS**

BASIC & SIMPLE

NUEVA COLECCIÓN

*Momentos*  
INVIERNO 2020

Difrutá nuestro nuevo local en Nivel 2