

# D O B L E V I V A

D e s e o s , i l u s i o n e s , e s p e r a n z a .

## UN EVENTO MUNDIAL

Navidad, el acontecimiento del año que une a personas de todas partes.

## DISFRUTAR SIN PASARSE

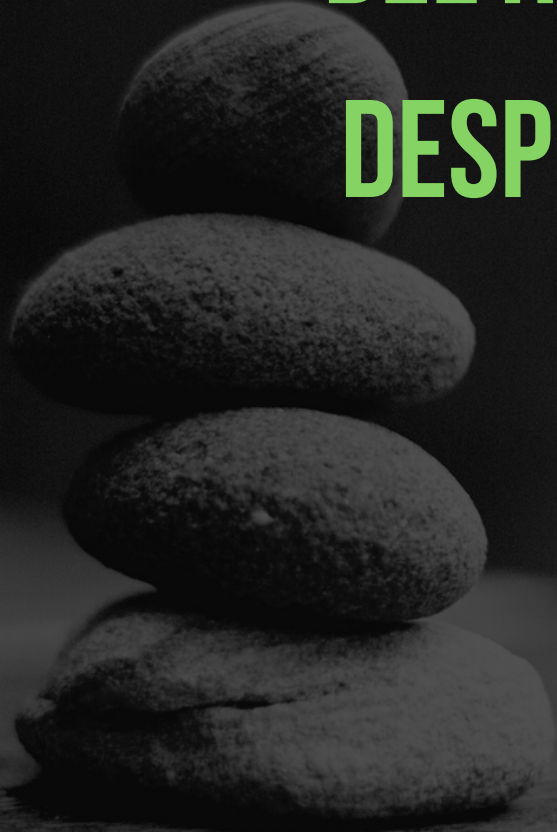
Estas fechas se llenan de eventos, comida, bebida... ¡controla los excesos!

## Y EN EL 2023...

¿Cuáles son las profecías y vaticinios que hay para el nuevo año?



**RENOVANDO LA ILUSIÓN**



**"LA ESPERANZA  
ES EL SUEÑO  
DEL HOMBRE  
DESPIERTO"**

(ARISTÓTELES)

FRASES  
PARA  
PENSAR

## ARISTÓTELES

Filósofo y científico nacido en el 384 A.C.  
Fue discípulo de Platón. Tras su muerte, salió de  
Atenas para ser el maestro de Alejandro Magno.  
Se le considera el padre fundador de la lógica.

# Índice

REVISTA  
**DV**  
DOBLE VIVA

- 04 El Diván
- 05 Preguntamos
- 06 Respondéis
- 08 Tema central
- 29 Entrevistas
- 45 De cine
- 46 Para leer
- 47 Música y ritmo
- 49 Agenda Viva
- 50 Viajes, excursiones...
- 54 Escuela de padres
- 55 Niños y jóvenes
- 55 Espacio creativo
- 56 Tallerízate
- 57 Contacto
- 58 Plantas
- 59 Salud
- 61 Ciencia y tecnología
- 66 Equipo deportivo
- 67 Motor
- 68 Misterios y leyendas
- 69 Recetas

## EN PORTADA

Llegan los últimos días del año, las calles se llenan de luces y colores, las familias se reúnen, se respira otro ambiente... ¡Sí, ha llegado la Navidad!



Diciembre 2022

## Llega la Navidad

Cada país tiene sus propias tradiciones festivas y celebraciones. ¡Descúbrelas!

## Súbete a la magia

El autobús más esperado vuelve esta Navidad para recorrer calles llenas de luz y color.

## Esperando al 2023

¿Qué podemos esperar del próximo año según videntes y profetas?

## Uno sin alcohol

Asombra a tus invitados con este delicioso cóctel ligero de Navidad sin alcohol.

# *La esperanza que*

NO DEBEMOS PERDER

Cuando éramos niños, la Navidad era la época del año en la que soñábamos con un futuro mejor. Imaginábamos regalos junto al árbol, nieve en las calles y a la familia reunida a nuestro alrededor. Pero como adultos, hemos aprendido que la vida puede ser impredecible y que la esperanza puede ser difícil de alcanzar. Entonces, ¿cómo mantener la ilusión con la que afrontábamos la Navidad de niños y creer en un futuro mejor?

Crear en un futuro mejor requiere que tengamos pensamientos positivos sobre nuestra situación actual y sobre nuestro propio potencial. En lugar de fijarnos en todas las formas en que las cosas podrían ir mal, debemos centrarnos en todas las formas en que podrían ir bien. Esto significa no sólo creer que las cosas saldrán bien, sino buscar activamente soluciones para acercarnos al resultado deseado. También significa afrontar los momentos difíciles con resistencia y fortaleza: no rendirse cuando las cosas se ponen difíciles, sino encontrar la manera de superarlas.

Cuando se trata de creer en un futuro mejor, es importante encontrar algo que nos motive. Puede ser cualquier cosa, desde ayudar a los demás hasta alcanzar los objetivos que nos hemos marcado; sea lo que sea, asegúrate de que es algo que te produce alegría y entusiasmo. Tener algo que nos ilusione puede ayudarnos a centrarnos en nuestros sueños y a seguir trabajando para alcanzarlos incluso cuando la vida se pone difícil.

**Objetivos, metas, motivación.**

Por último, no olvidemos ser amables con nosotros mismo a lo largo de este viaje. Vivir con esperanza es un trabajo duro: hay que enfrentarse a los miedos y asumir riesgos sin saber lo que puede pasar. Nadie espera que tengamos todas las respuestas ni siempre haremos lo correcto en un momento determinado. Lo más importante es que creamos en nosotros y en la capacidad para alcanzar los objetivos a pesar de los obstáculos que encontremos en el camino.

Crear en un futuro mejor no es fácil, pero es posible si nos mantenemos positivos, encontramos la motivación que nos impulsa a seguir adelante y practicamos la amabilidad con nosotros mismos a lo largo del camino.

Con estas herramientas a nuestro lado, podemos seguir soñando en grande para nosotros y para los que nos rodean.



# P R E G U N T A M O S

¿Cómo vas a celebrar las fiestas navideñas este año?



- A | Con normalidad.**
- B | Tomaré alguna precaución.**
- C | No voy a celebrar nada.**

Para participar

**PINCHA AQUÍ**

# Y RESPONDÉIS

¿Crees que hay vida después de la muerte?



72% | Sí.

28% | No.



## EL MUNDO EN NAVIDAD

Este año llegan las fiestas navideñas con un ambiente muy diferente, lejos ya de las restricciones vividas por la pandemia. Y no solo aquí: la Navidad se celebra en todo el mundo de muchas maneras diferentes. Cada país tiene sus propias tradiciones festivas y celebraciones que hacen que estas fiestas sean especiales para sus ciudadanos. Veamos cómo se celebra la Navidad en otros países y qué tradiciones destacadas encontramos.

# EL ESPÍRITU DE LA NAVIDAD

Las tradiciones navideñas son un aspecto mágico de la época que une a personas de todas partes del mundo. Estas tradiciones nos ayudan a conectarnos entre nosotros, compartir experiencias únicas y celebrar la diversidad cultural.

En todos los países, la Navidad trae consigo su propia magia y una variedad de costumbres especiales. Desde Finlandia, donde se celebra Joulupukki, el Hombre de Nieve, o Venezuela, donde los niños cantan alrededor de una "guirnalda cantadora", cada lugar cuenta su propia historia.

Es reconfortante saber que a pesar de la distancia y sus múltiples diferencias, compartimos una misma ilusión navideña y conectamos con el espíritu de la paz, el amor y la alegría.

Estas tradiciones nos permiten sentir como si estuviéramos mucho más cerca unos de otros, y su simbolismo nos inspira y motiva a recordar el verdadero significado de esta época.

Os invitamos a recorrer con nosotros diferentes países y conocer así nuevas fiestas y tradiciones. Después de unos años difíciles, podemos decir, ¡viva la Navidad!





# TRADICIONES EN CENTROAMÉRICA

Las celebraciones y tradiciones de Navidad en Centroamérica son una mágica mezcla de poesía, música e historia que renuevan el espíritu navideño año tras año.

Desde bailes por las calles hasta elaboradas comidas, las fiestas y costumbres centroamericanas nos traen una sensación de calidez y significado profundo.

En México se celebra el Festival de Las Posadas, que tiene lugar del 16 al 24 de diciembre. Es una parte importante de la cultura mexicana y celebra el viaje de María y José a Belén. Durante este tiempo la gente canta canciones tradicionales e incluye nueve días de fiestas, procesiones, villancicos, fuegos artificiales, piñatas y decoraciones variadas.

En Guatemala se celebra también, en este caso del 15 al 23 de diciembre. Se hace un altar en cada casa y cada día se adorna de una manera diferente.

En El Salvador, la celebración tradicional de Navidad comienza con el "novenario de Navidad", una celebración de nueve días para preparar el alma para la Nochebuena. Las calles se llenan con cantos y bailes tradicionales.

En Honduras, se celebra la tradicional fiesta de "La Jícara" donde los niños se reúnen para cantar villancicos navideños mientras viajan por las calles del pueblo con una jícara (es una fruta) repleta de monedas para recolectar. La jícara representa el coste que deben pagar los Reyes Magos para entrar al hogar de los niños.



# TRADICIONES EN SUDAAMÉRICA

En Colombia, las celebraciones navideñas comienzan el 7 de diciembre con la Novena Navideña. Esta fiesta se celebra como un servicio de oración durante nueve días consecutivos hasta el día de Navidad. Las oraciones se rezan cada día después de misa e incluyen villancicos y canciones tradicionales que celebran el nacimiento de Jesucristo. El último día, hay una fiesta con pasteles y música que continúa durante toda la noche hasta el amanecer, cuando llega el momento de abrir los regalos.

En Argentina, una de las tradiciones navideñas más populares se llama "Cascabeleo". Esa noche, los niños van de puerta en puerta cantando villancicos tradicionales y recogiendo golosinas de vecinos y desconocidos. Esta tradición se remonta a la década de 1930.



Perú tiene su propia forma de celebrar las fiestas con Los Tres Reyes Magos. El 6 de enero, Día de Reyes, los niños reciben los regalos de los Tres Reyes Magos, que vienen con regalos para todos los que se han portado bien durante el año. Los regalos suelen colocarse en los zapatos que cada niño ha dejado fuera durante la noche antes de irse a la cama el 5 de enero.

La Navidad en Brasil se parece mucho a la Navidad en otras partes del mundo, con decoraciones, comidas especiales y entrega de regalos. Pero también hay algunas diferencias. En primer lugar, la palabra "Navidad" en portugués es "Natal". En este día, es costumbre asistir a misa y luego cenar con la familia y los amigos. Otra tradición que no encontrará en otros lugares es la de regalar un muñeco de madera conocido como "Papai Noel" o Papá Noel. A menudo se ve a esta figura con un saco lleno de regalos para los niños.

# TRADICIONES EN NORTEAMÉRICA

La mayoría de los estadounidenses celebran la Navidad con actividades tradicionales como decorar árboles, intercambiar regalos y hornear galletas u otros dulces.

Por supuesto, ninguna celebración estaría completa sin cantar villancicos y asistir a fiestas y desfiles navideños. También se suelen enviar tarjetas navideñas a amigos y familiares que viven lejos. Es una forma estupenda de mantenerse en contacto durante las fiestas.

La decoración de casas y negocios con adornos festivos es algo que cuidan con mucho detalle. Luces, guirnaldas, guirnaldas y árboles son las opciones más populares para aquellos que quieren entrar en el espíritu navideño. Para muchas familias, también es una oportunidad de mostrar sus luces navideñas a amigos y vecinos.

Los platos más populares en estas fechas incluyen jamón o pavo con puré de patatas y salsa, relleno, judías verdes, salsa de arándanos y tarta de calabaza de postre.

En Canadá, las ciudades y los pueblos cobran vida durante las fiestas con luces centelleantes, desfiles festivos y todo tipo de actividades navideñas. La tradición más popular es asistir a las ceremonias de encendido del árbol en la plaza pública o el parque de cada ciudad. Estos actos suelen contar con una banda en directo, celebridades locales, villancicos, desfilines, puestos de chocolate caliente y otras emocionantes actividades para niños y adultos.

En la cena de Navidad encontramos platos tradicionales como pavo relleno o jamón glaseado con sirope de arce; verduras asadas; puré de patatas; salsa de arándanos; tartas de sirope de arce; tartas de mantequilla; panes con pasas o arándanos secos; galletas de fruta; galletas de mantequilla; ¡hay innumerables recetas deliciosas para elegir!

Y para beber, el ponche de huevo con ron o brandy es imprescindible en cualquier reunión navideña canadiense.

En China, aunque todavía no es una fiesta oficial, muchos chinos celebran la Navidad decorando sus casas con luces y árboles.

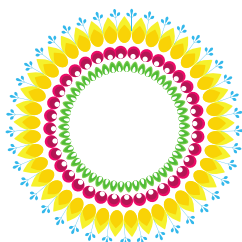
Una de las tradiciones más populares es ver un espectáculo especial conocido como "El Muñeco de Nieve Cantante" en un centro comercial o en un teatro. Este espectáculo cuenta la historia de un muñeco de nieve que viaja a través del tiempo para encontrar el camino de vuelta a casa con su familia.

En la India, la Navidad se celebra con mucho entusiasmo tanto por cristianos como por no cristianos. Durante la época festiva, la gente decora sus casas con luces y vibrantes adornos de papel o tela de colores llamados diseños "rangoli". Las iglesias se decoran con estrellas conocidas como "Kolams", que simbolizan la esperanza y los nuevos comienzos.

Japón también tiene su propia forma de celebrar la Navidad, aunque tampoco es una celebración oficial. Tienen dos fiestas principales que se celebran durante el invierno: Año Nuevo (Oshogatsu) y Navidad (Kurisumasu). Aunque Oshogatsu se considera mucho más importante que Kurisumasu, ambas se celebran con gran entusiasmo.

En Nochebuena, muchos japoneses salen a ver "iluminaciones", espectáculos de luces que muestran hermosos despliegues de luces de colores por ciudades como Tokio u Osaka.

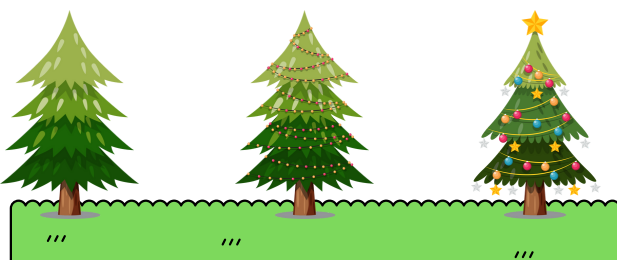
También suelen intercambiar regalos con familiares y amigos el mismo día de Navidad, así como disfrutar de una deliciosa cena de KFC, ¡sí, has leído bien! KFC se ha convertido en una comida emblemática para muchas familias japonesas en este día festivo.



# TRADICIONES EN OCEANÍA

La Navidad es una época de celebración y alegría en todo el mundo. En Oceanía, la Navidad se celebra con tradiciones únicas que son a la vez festivas y significativas. Desde cantar villancicos hasta hacer regalos, veamos algunas de las formas en que los habitantes de Oceanía celebran las fiestas.

Australia celebra la Navidad el 25 de diciembre con actividades tradicionales como la entrega de regalos y los villancicos. Sin embargo, algo que la diferencia de otros países son sus celebraciones al aire libre. A los australianos les encanta celebrar al aire libre, por lo que a menudo se reúnen en torno a barbacoas o colocan en su jardín un "Árbol de Navidad" hecho con luces en lugar de un árbol de verdad. También les gusta participar en partidos de críquet o ir a la playa el día de Navidad.



En Nueva Zelanda, el día de Navidad marca el comienzo de las vacaciones de verano, que duran hasta finales de enero. Esto hace que sea ideal para que las familias pasen tiempo juntos en casa o en viajes de vacaciones por todo el país. Los neozelandeses también decoran sus casas con pohutukawa (árboles autóctonos de hoja perenne) y cantan villancicos tradicionales maoríes como "Hark The Herald Angels Sing" o "Silent Night", tanto en inglés como en maorí.

En Fiyi conviven muchas confesiones religiosas diferentes, lo que da lugar a hermosas celebraciones. Muchas iglesias celebran servicios especiales durante el Adviento y la Nochebuena, con animadas actuaciones de canto y baile a cargo de coros locales. Por supuesto, ninguna celebración navideña fiyiana estaría completa sin beber kava. El kava es una bebida no alcohólica elaborada con raíz de pimienta molida y mezclada con agua.

# TRADICIONES EN EUROPA

En Noruega, Suecia y Dinamarca celebran la Navidad con una cabra gigante. Como ejemplo, desde 1966 se instala en Gävle, en el centro esta ciudad sueca, una cabra gigante de paja como parte de su tradición navideña. Suele medir 13 metros, ¡pero puede llegar a medir 15! La gente viene de todas partes para verla durante las fiestas. Desgraciadamente, esta tradición se ha visto arruinada por algunos sujetos que han quemado la cabra varias veces a lo largo de los últimos años.

En Bélgica, el patinaje sobre hielo es una de las actividades navideñas por excelencia. Durante todo el mes de diciembre, las pistas de patinaje al aire libre surgen en ciudades y pueblos para disfrute de todos.

En Italia, los belenes son muy populares y es habitual verlos en iglesias o plazas de todo el país. Estas representaciones suelen incluir canciones tradicionales y atraen a grandes multitudes.

Los mercados navideños de Austria y Alemania se han hecho cada vez más populares debido a su ambiente festivo y a la gran variedad de artículos que ofrecen. Puedes encontrar de todo, desde adornos hechos a mano hasta deliciosos alimentos locales. Suelen llenarse de gente a última hora de la tarde, cuando todo el mundo hace una pausa en sus compras para tomar chocolate caliente o vino... ¡también caliente!

Finlandia es conocida por tener algunas de las tradiciones navideñas más inusuales. El 24 de diciembre, los finlandeses suelen ir juntos a la sauna y luego saltan a lagos helados, una tradición conocida como "aviokukko" o "gallo de agua".

Pero lo más conocido de Finlandia es que, según cuenta el folclore popular, Papá Noel vive en la región septentrional del país llamada Korvatunturi (o Ear Fell).





LOS ANTIGUOS

# ORÍGENES DE LA NAVIDAD

Durante siglos, millones de personas de todo el mundo han celebrado la Navidad como un tiempo para la familia, la entrega de regalos y la alegría. Pero, ¿de dónde procede esta entrañable festividad? Para responder a esa pregunta, debemos viajar en el tiempo hasta la antigua fiesta romana conocida como Saturnales (Saturnalia en latín). Exploremos cómo este festival de antaño dio lugar a la fiesta moderna que celebramos hoy en día. Las Saturnales eran una fiesta que se celebraba en honor del dios Saturno -deidad que presidía la agricultura y la siembra- y tenía lugar del 17 al 23 de diciembre.

# LOS ANTIGUOS ORÍGENES DE LA NAVIDAD

Durante este periodo, los ciudadanos romanos celebraban banquetes y hacían regalos, decoraban sus casas con flores y luces, cantaban por las calles, jugaban a juegos de mesa con sus familias e intercambiaban pequeñas muestras de agradecimiento. ¿Nos suena conocido?

Y es que las similitudes entre las Saturnales y las celebraciones navideñas modernas son asombrosas; está claro que muchos aspectos de nuestra fiesta contemporánea tienen sus raíces en las festividades de la antigua Roma.

De hecho, hay indicios de que los primeros cristianos adoptaron muchas de estas tradiciones cuando empezaron a celebrar el nacimiento de Jesús el 25 de diciembre, con el fin de hacer el cristianismo más aceptable para los paganos, que estaban acostumbrados a celebrar en esta misma época.

Esta fiesta y su celebración coincidía con la época más oscura del año, cuando el sol estaba muy lejos de la tierra e invernaba en el hemisferio sur. Los ciudadanos romanos celebraban el solsticio de invierno colocando velas en

os altares para iluminar las sombras de la oscuridad. Este festejo, conocido como el Día de la Luz, era un momento importante para los devotos de los antiguos dioses, pues recordaban el regreso del sol después de la noche más larga del año.

Durante las Saturnales, también se invertían los papeles sociales y los esclavos recibían los mismos regalos que los patrones. Originalmente, la celebración pagana exalza la alegría de vivir, pero más tarde, con la llegada del cristianismo, se mezcló con la adoración a la divinidad.

Aunque la Navidad actual tiene un aspecto muy diferente al que tenía hace miles de años, durante el apogeo de la civilización romana, sus tradiciones siguen estando firmemente arraigadas en aquellos antiguos rituales utilizados para honrar a Saturno. Así que la próxima vez que celebres la Navidad con tu familia intercambiando regalos y cantando villancicos alrededor de un árbol decorado, recuerda que estás participando en una antigua tradición que se ha practicado durante generaciones.





**SUSCRÍBETE**



ESTAMOS A UN CLICK

---

¡Suscríbete y recibe gratis  
DOBLE VIVA en tu mail!

También estamos en  
[www.dobleviva.es](http://www.dobleviva.es) con  
más secciones y contenidos.

# LA ESTRELLA AZUL

**Director:** Javier Macipe

**Reparto:** Pepe Lorente, Saul Belindo (Cuti) Carabajal, Bruna Cusí...

Años 90. Mauricio, un famoso rockero español recorre Latinoamérica buscando reencontrarse con su vocación. Allí conoce a Don Carlos, un anciano músico en horas bajas que, a pesar de ser autor de algunas de las canciones más famosas del folclore de su país, apenas consigue pagar sus facturas. Carlos acoge con generosidad al extraño visitante haciendo las veces de maestro Miyagi musical. De su encuentro nace un extravagante dúo quijotesco, con todos los visos de ser un absoluto fracaso comercial.

Tras una pausa de más de dos años motivada por la pandemia, se retoma el rodaje del largometraje LA ESTRELLA AZUL, la ópera prima de Javier Macipe que se inspira en la vida del músico Mauricio Aznar, líder de Más Birras y una de las figuras fundamentales de la música popular zaragozana y del rock español de los 90.

El elegido para encarnar al desaparecido músico es el también zaragozano Pepe Lorente, curtido en teatro y que ha intervenido en "La maternal", de Pilar Palomero, o en "El reino", de Rodrigo Sorogoyen, y en series como "Élite". Además, en su reparto aparecen la ganadora del Goya Bruna Cusí ("Verano 1993", "Fácil"), Marc Rodríguez ("El fotógrafo de Mauthausen") y Catalina Sopelana ("Mantícora", "Modelo 77").



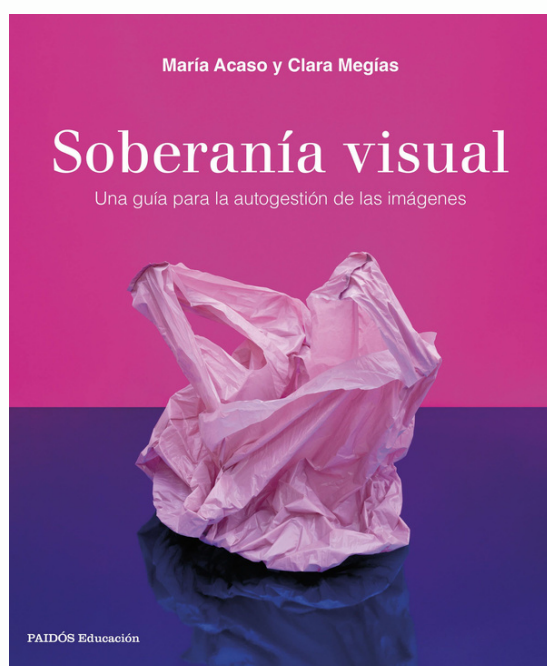
(Imagen: © featurent.com)

# SOBERANÍA VISUAL

**Autoras: María Acaso y Clara Megías**

**Editorial: Ediciones Paidós**

Vuelve María Acaso con un revolucionario texto, basado en su anterior libro, *El lenguaje visual*, para aprender a autogestionar las imágenes que consumimos a diario y que tanto nos afectan. Las imágenes construyen formas de vida: nuestras formas de vida. Sin que seamos conscientes de ello, en el origen de muchos de nuestros estados de ánimo, expectativas y renuncias se encuentran los mensajes que estas nos transmiten. Las imágenes son, por lo tanto, dispositivos de poder, herramientas que generan mecanismos de autoridad, fundamentalmente en nosotras mismas. Haciéndonos cargo de este poder, hemos partido del concepto de soberanía alimentaria para llevarlo hacia el consumo de imágenes: si la soberanía alimentaria consiste en el derecho a decidir cómo nos alimentamos, la soberanía visual consiste en el derecho a decidir nuestro propio sistema de consumo de productos visuales.



(Imagen: © planetadelibros.com)

## SOBRE LAS AUTORAS

- **María Acaso** (Madrid, 1970) es una productora cultural cuyo interés se centra en desafiar las divisiones entre arte y educación, lo académico y lo popular, la teoría y la práctica, poniendo un especial énfasis en la transformación de los formatos de transmisión de conocimiento. Es socia fundadora del colectivo de Arte + Educación Pedagogías Invisibles, asesora de innovación del Rosan Bosch Studio, además de trabajar de profesora titular en la Facultad de Bellas Artes de la Complutense de Madrid.
- **Clara Megías** (Madrid, 1984) es creadora e investigadora en Arte + Educación. Doctora en Educación Artística por la Universidad Complutense de Madrid, con su trabajo reivindica el potencial del arte contemporáneo como herramienta de aprendizaje transversal. Imparte docencia en distintas facultades de Educación de la Comunidad de Madrid y es socia fundadora de Pedagogías Invisibles, donde coordina proyectos de formación de profesorado. Forma parte de colectivo Núbol, con el que desarrolla proyectos de investigación entre el arte y la etnografía. Recientemente ha publicado con Fundación Telefónica su trabajo como diseñadora de EDUkits (materiales artísticos de aprendizaje).

Para ver y escuchar...

# LA HISTORIA DE LA NAVIDAD

**Organiza:** Área de Cultura, Turismo y Deporte del Ayuntamiento de Madrid.

**Fechas:** días 17 y 18 de diciembre.

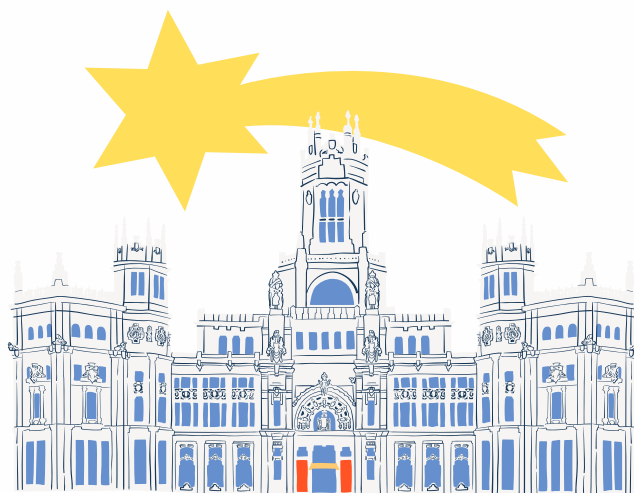
**Horarios:** dos pases de 8 minutos de duración, a las 20:30 horas y a las 21:00 horas.

El Ayuntamiento de Madrid, a través del Área de Cultura, Turismo y Deporte, vuelve a felicitar la Navidad a todos los ciudadanos de la manera más mágica, convirtiendo la fachada del Palacio de Cibeles un año más en un impresionante lienzo con una espectacular puesta en escena que emocionará a los espectadores.

Este videomapping en tres dimensiones, diseñado y producido por Eyesberg, visible desde cualquier punto de la Plaza de Cibeles, transformará uno de los edificios más representativos de la ciudad en una postal interactiva, embarcando a los asistentes en un viaje que atravesará todas las capas de la Navidad para recorrer algunas de las escenas más conocidas de esta festividad desde una óptica distinta, para disfrutarlas como nunca antes lo habían hecho.

La propia Estrella de Belén será la encargada de contar la historia de la Navidad, desde el relato bíblico hasta los valores y tradiciones que iluminan los hogares en estas fechas tan especiales, guiando al espectador a través de un relato que comienza en las calles.

Más información en [www.navidadmadrid.com](http://www.navidadmadrid.com).



### La Comunidad de Madrid, con el arte emergente en la muestra de Circuitos de Artes Plásticas.

La Comunidad de Madrid promociona el arte emergente con la 33ª edición de la exposición de Circuitos de Artes Plásticas, una convocatoria abierta a los jóvenes artistas menores de 35 años residentes en la región.

La muestra, que incluye el trabajo de 10 creadores, podrá visitarse hasta el próximo 5 de febrero en la Sala de Arte Joven, con entrada gratuita.

Circuitos de Artes Plásticas está comisariada por Violeta Janeiro Alfagema y, bajo el título La cámara del eco, recoge el trabajo de los artistas ACCA Carmo Azeredo y André Covas, Ciprian Burete, Marta Galindo, José Ramón Hernández, Andrés Izquierdo, Esther Merinero, Maya Pita-Romero, Gema Polanco y Felipe Romero Beltrán.

Las obras reunidas en la muestra tienen como nexo común explorar alternativas para la imaginación política y cristalizan las inquietudes de una generación en crisis.

Una producción artística que aborda sentidos, implicaciones y significados de los rastros del pasado, que los artistas investigan en sus obras para que no desaparezcan.



#### ¿Cuándo?

Hasta el 05 de febrero de 2023.

#### ¿Dónde?

Sala de Arte Joven  
Avda. de América, 13. (Madrid).

#### Precio:

Entrada gratuita (consultar horarios).

#### Más información:

Hay un servicio de visitas dinamizadas para grupos (previo contacto).

MÁS PLANES

VIAJE, EXCURSIONES, RUTAS...  
**EL AUTOBÚS  
DE LA NAVIDAD**

**NAVILUZ VUELVE A  
RECORRER ESTA NAVIDAD  
LAS CALLES ILUMINADAS  
DE MADRID.**

---

Naviluz, el autobús de la Navidad, vuelve a recorrer algunas de las calles más conocidas de la ciudad para poder disfrutar de las luces navideñas de una manera diferente. Este servicio ya se ha convertido en una tradición.

El servicio especial de Navidad comenzó el pasado 25 de noviembre y estará operativo hasta el 6 de enero.

El pase general cuesta 7€, el viaje para niños de hasta siete años es gratuito (máximo tres billetes gratis por adulto) y la tarifa reducida para mayores de 65 años y niños de siete a once años es de 3€.

Puedes comprar pases a través de la web [www.naviluz.es](http://www.naviluz.es).



---

# ESCUELA

## DE PADRES

---



Información sobre infecciones  
por *Streptococcus pyogenes*

# Alerta de Estreptococo A

## INFORMACIÓN SOBRE INFECCIONES POR STREPTOCOCCUS PYOGENES

Nos hacemos eco del comunicado de prensa publicado por LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA (AEP) y LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE INFECTOLOGÍA PEDIÁTRICA (SEIP).

"Con fecha 2 de diciembre se ha publicado una alerta en Reino Unido sobre el inusual aumento de las infecciones por *Streptococcus pyogenes*, que han pasado de 186 casos en la semana 46 en años precedentes a 851 casos, con un predominio de las habituales infecciones de la vía aérea superior, como amigdalitis o escarlatina.

Paralelamente, se ha observado un aumento de las infecciones invasivas por estabacteria (iGAS en sus siglas en inglés) en niños menores de 10 años, que ha supuesto una incidencia de 2,3 casos por 100.000 niños de 1 a 4 años comparados con la media de 0,5 en los años prepandemia (2017 a 2019) y 1,1 casos por 100.000 niños de 5 a 9 años comparado con la media prepandemia de 0,3 (2017 a 2019) en el mismo periodo del año.

Además, se han registrado 5 muertes en 7 días por iGAS en niños menores de 10 años, mientras en toda la temporada 2017-2018 se detectaron 4 muertes. Las principales enfermedades graves detectadas han sido neumonía, sepsis y shock séptico fulminante, así como fascitis necrotizante.

En nuestro país se están analizando los casos de iGAS en las últimas semanas y meses, pero se conoce el fallecimiento de algunos niños y

un número que parece inusualmente elevado de casos graves, que podrían hacer pensar que estamos sufriendo también un aumento en su incidencia. En algunos niños podría ser una sobreinfección de una infección respiratoria viral, como VRS o gripe.

### Recomendaciones

- Mantener una elevada alerta y sospecha ante la posibilidad de casos graves de infección por *S. pyogenes*.
- Iniciar tratamiento empírico con un betalactámico (según sospecha clínica) asociado a clindamicina ante la sospecha de iGAS grave, como shock séptico/tóxico, fascitis necrotizante o neumonía grave por su acción antitoxigénica, considerando consultar con un experto el tratamiento dirigido una vez exista confirmación etiológica.
- Valorar administrar inmunoglobulina intravenosa ante cuadros de shock séptico/tóxico y fascitis necrotizante por *S. pyogenes*.
- Mantener en domicilio, sin acudir al colegio, a todos los niños con una infección confirmada por *S. pyogenes* hasta llevar, al menos, 24 horas con un tratamiento antibiótico adecuado, para evitar la diseminación y el aumento de casos.
- Fomentar la vacunación de la gripe en todas las edades, siempre que no haya contraindicaciones, especialmente en todos los niños entre 6 meses y 5 años, siguiendo las indicaciones del Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría (CAV-AEP)."



# PLANES CON NIÑOS Y JÓVENES

## ¡LAS NAVIDADES MÁS DIVERTIDAS!

¡No hay mejor forma de disfrutar del gran momento del año que con [vivelaviva.es](http://vivelaviva.es)!

Nuestras actividades ofrecen a los niños la oportunidad de gozar de nuevas experiencias y descubrir sorprendentes propuestas con actividades creativas, juegos vistosos y divertidos, rutas culturales y formaciones en nuevas tecnologías.

Las actividades están diseñadas para niños, jóvenes, adultos... ¡para que os animéis a disfrutar juntos en familia y también con amigos!

Ven a vivir experiencias inolvidables, experimenta la diversión y aprovecha al máximo la magia de las navidades con [vivelaviva.es](http://vivelaviva.es).

¡Te esperamos!



[VIVELAVIVA.ES](http://VIVELAVIVA.ES)



**ORGANIZADO POR:**



[VIVELAVIVA.ES](http://VIVELAVIVA.ES)



**¿Cuándo?**

Del 23 de diciembre al 8 de enero de 2023.

**¿Dónde?**

(Consultar).

**Edades recomendadas**

Actividades para todas las edades

**Más información y reservas:**

En [www.vivelaviva.es/dias-sin-cole/](http://www.vivelaviva.es/dias-sin-cole/)

# Espacio Creativo

CON GRUPO VÍVELA



**ORGANIZADO POR**



## CUENTACUENTOS MUSICAL CANTACUENTOS ESPECIAL NAVIDAD

¿Cuándo? Día y horario a elegir (según disponibilidad)

¿Dónde? Lo llevamos a colegios, teatros, ludotecas...

Duración: 60 minutos.

Precio: (consultar).

Dirigido a niños a partir de 4 años.

Más información y reservas: en [www.vivelaviva.es](http://www.vivelaviva.es)

Diciembre es un mes de magia, ilusión y... ¡también tiene sus leyendas!

En esta actividad exploraremos el origen de las celebraciones de Navidad, hablaremos de algunas tradiciones del mundo, contaremos leyendas sobre esta época del año ¡y también cantaremos divertidas canciones!

**VIVELAVIVA.ES**

# TALLERÍZATE

CON GRUPO VÍVELA



CURSOS PERSONALIZADOS

## FOTOGRAFÍA CON MÓVIL

¿Cuándo? Día y horario a elegir (según disponibilidad)

¿Dónde? En Madrid, Guadalajara, Zaragoza, Sevilla, Málaga, Córdoba o Granada.

Duración: 6 horas aprox.

Precio: (consultar).

Grupos: de 1 a 3 personas máximo.

Dirigido a todos aquellos que quieran sacar más partido a las fotos que realizan con su móvil.

¿Cómo reservo plaza? Envía un mail a [info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es) y te contactaremos.

**ORGANIZADO POR**



**VIVELAVIVA.ES**

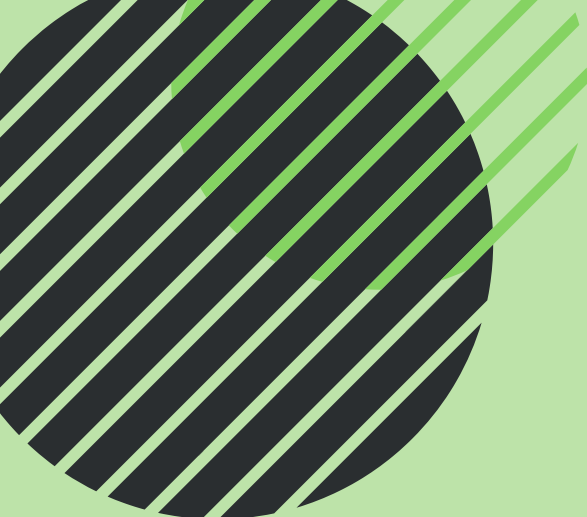
Si sueñas con aprender a hacer fotos profesionales con tu móvil, este curso es ideal para ti.

Te proponemos uno de los cursos más completos que realizamos, abarcando todos los niveles, desde principiantes hasta profesionales.

Ofrecemos una parte teórica y proporcionamos el medio perfecto para que practiques lo aprendido realizando una ruta por las partes más destacadas de diferentes ciudades españolas.

Aprovecha esta oportunidad y practica para obtener resultados profesionales con tu teléfono móvil.

(Tenemos también cupones para que hagas un regalazo de Navidad!)



¿QUIERES CONTACTAR  
CON NOSOTROS?  
¿DESEAS CONTAR  
TU PROYECTO?  
¡ESCRÍBENOS UN CORREO  
A NUESTRO EMAIL!



DOBLEVIVA.ES

Para: **revista@doble viva.es**

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Contacta con nosotros en  
nuestro correo electrónico.

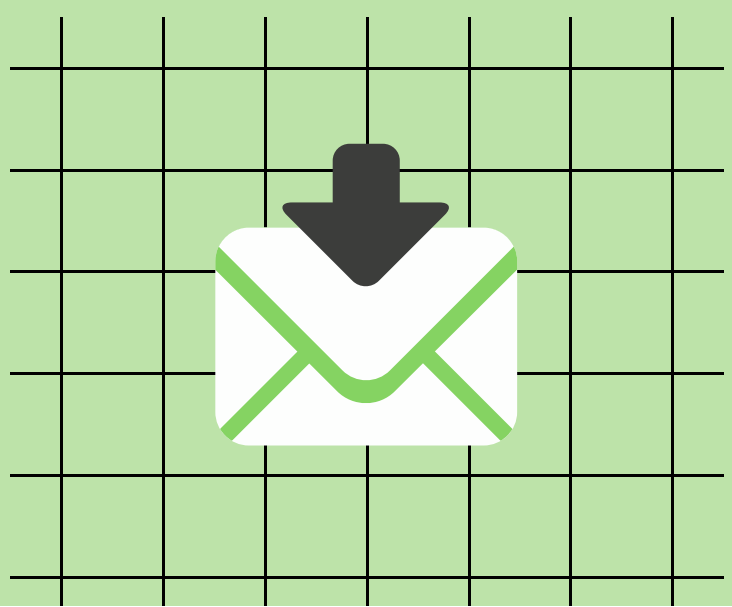
Estaremos encantados de  
atenderte y poder colaborar  
contigo.



COMPARTIR



ME GUSTA





Euphorbia pulcherrima,  
conocida comúnmente  
como flor de pascua

## LA FLOR QUE MARCA EL PASO DE LA NAVIDAD

### Casas y tiendas lucen esta colorida planta.

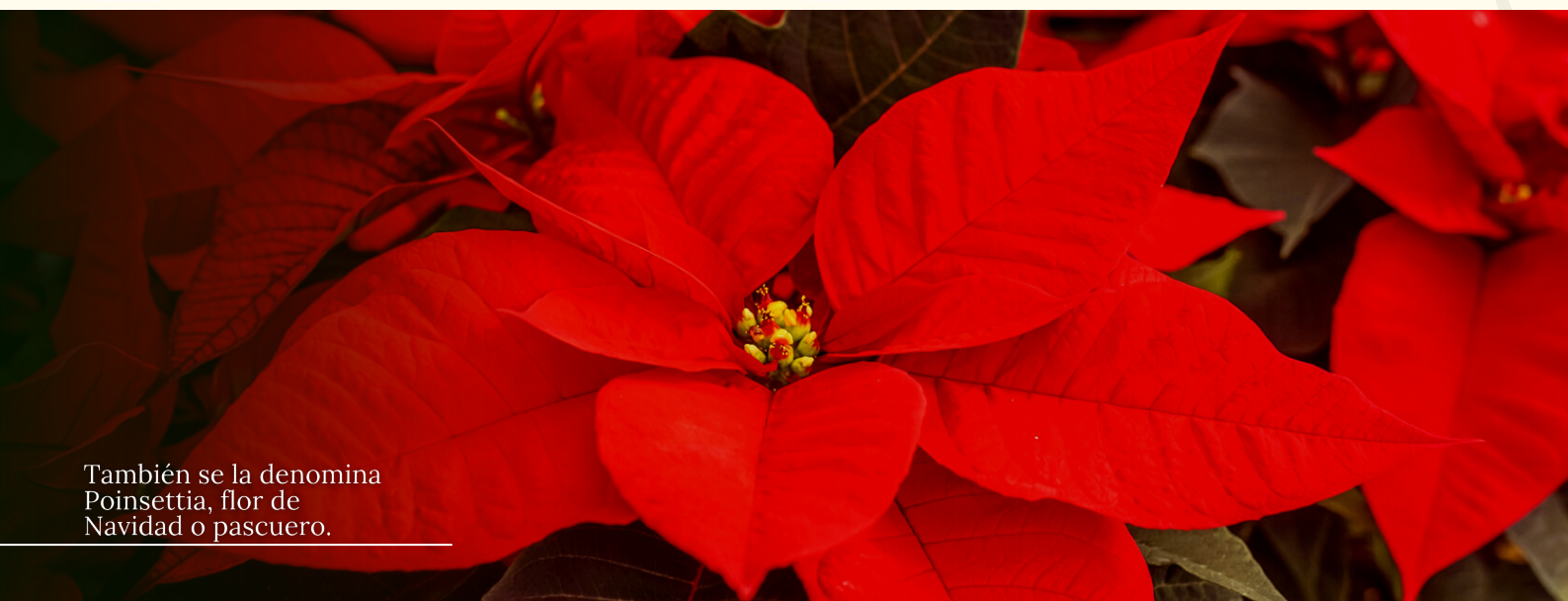
0000

La poinsettia es una flor hermosa y vibrante originaria de América Central, donde se cultiva desde hace cientos de años. Las brillantes hojas rojas y verdes de la flor de

0000

Pascua, que puede alcanzar los 60 cm de altura, son lo que la convierten en una flor muy especial. Se asocia con la Navidad ya que florece a finales de diciembre, y su vivo color rojo se ha convertido en un símbolo de las fiestas navideñas. Como cuidados, es importante regarla regularmente y mantenerla alejada de corrientes de aire frío.

0000



También se la denomina  
Poinsettia, flor de  
Navidad o pascuero.

---



SOBREVIVIR AL EXCESO

# DE LA NAVIDAD

Es la época de comer, beber y ser feliz. Las fiestas son un momento de celebración y diversión, pero con todas las festividades vienen un montón de comida y bebida. Aunque darse un capricho con los platos favoritos de las fiestas puede ser muy agradable, es importante recordar que el exceso de cualquier cosa puede ser perjudicial para la salud. He aquí cómo mantenerse sano sin dejar de pasarlo bien durante estas fiestas. La clave para disfrutar de la comida navideña sin que tenga efectos adversos para la salud es la moderación. Esto significa comer porciones

más pequeñas y no comer en exceso sólo porque son "las fiestas" o porque sientes que debes limpiar tu plato. Recuerda que demasiada comida puede dejarte hinchado e incómodo, así que intenta no excederte si quieres pasar indemne todas las fiestas. Otra forma de mantener la salud sin dejar de disfrutar de toda la deliciosa comida disponible durante las fiestas es no saltarse comidas. Saltarse comidas puede llevar a excederte en otras comidas o tentempiés a lo largo del día, lo que a la larga puede pasar factura a tu cuerpo. En lugar de saltarte comidas, prueba a comer



porciones más pequeñas con más frecuencia a lo largo del día, de modo que no te sientas tentado a comer grandes cantidades más tarde cuando te entre el hambre.

En esta época del año también es importante equilibrar la dieta en la medida de lo posible. Esto significa incluir frutas y verduras frescas en tu dieta diaria, así como proteínas magras como el pescado o el pollo. Llevar una dieta equilibrada te ayudará a mantener altos tus niveles de energía y evitará que te sientas decaído después de comer grandes cantidades de platos navideños.

Limita tu consumo de alcohol. El alcohol es una de las razones más comunes del aumento de peso durante las fiestas. Si decides beber, intenta limitarte y controlar lo que bebes cada noche. Además, evita beber con el estómago vacío, ya que es probable que te intoxiques más rápidamente. A la hora de elegir las bebidas, opta por opciones bajas en calorías, como la cerveza light y los spritzers de vino. Te ayudarán a mantener bajo el consumo de calorías y seguirás disfrutando con la familia y los amigos, pero de forma algo más saludable.

Las fiestas son una época maravillosa para celebrar, ¡y eso incluye darse un capricho! Sólo recuerda que el exceso de cualquier cosa no es bueno ni para ti ni para los que te rodean; practica la moderación, no te saltes comidas y equilibra tu dieta siempre que sea posible para que todo el mundo pueda disfrutar sin sentirse culpable después.



Con estos consejos en mente, ¡no hay razón para que nadie deje de disfrutar cuidando su salud estas Navidades!.

**VER SECCIÓN  
DE SALUD**

**CIENCIA**

**&**

**TECNOLOGÍA**

# LLAMADAS

**QUE MOLESTAN**

¿Qué se esconde tras algunas de las llamadas  
que recibimos en nuestros teléfonos?



# MOLESTAR SALE GRATIS Y RENTABLE

¿Alguna vez has recibido una llamada telefónica de alguien que, cuando le preguntas quién es o por qué llama, simplemente cuelga? Puede que se trate de una centralita telefónica.

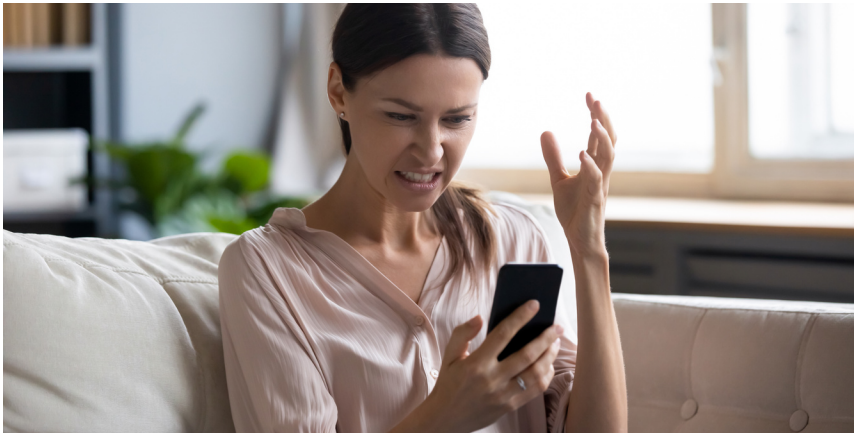
Las centralitas telefónicas, aunque no son tan frecuentes como antes de la llegada de las comunicaciones digitales, siguen existiendo y pueden iniciar llamadas a cualquier persona. Una centralita es un dispositivo que sirve para conectar dos teléfonos entre sí con

el fin de establecer una comunicación. Se utilizaban principalmente en el pasado, aunque algunas empresas y organizaciones siguen utilizándolas hoy en día. El operador de la centralita recibe las llamadas entrantes y las dirige a la persona o departamento adecuado. También realiza llamadas salientes en nombre de su organización.

Son estas llamadas salientes las que podrían ser responsables de los misteriosos cuelgues o sonidos de "adiós" (o en inglés, "goodbye") que puedes haber oído al contestar al teléfono.

¿Por qué hacen llamadas las centralitas? Las centralitas se utilizan a menudo para realizar llamadas rápidas a un gran número de personas simultáneamente. La explicación más común para estas





Llamadas colgadas es que se trata de sistemas de marcación automática utilizados por diversas organizaciones y empresas. Estos sistemas están programados para marcar números de teléfono al azar con el fin de recopilar información o introducir lo obtenido en bases de datos de contactos. El sistema automatizado cuelga cuando detecta que se ha puesto en contacto con una persona en lugar de con una máquina, se queda grabado ese número en el sistema y posteriormente una persona realizará una llamada para lanzar propuestas comerciales u otros fines.

El problema es que cada vez son más las llamadas que pueden proceder de estafadores, ya sea para lograr algo de forma directa hablando, o simplemente para que la persona contactada devuelva la llamada y lo haga a un número de tarificación especial que le supondrá un coste extra que irá en parte al bolsillo del delincuente.

También se han extendido las llamadas en nombre de compañías telefónicas o eléctricas para ofrecer succulentos descuentos. En estas llamadas consiguen lograr rápido y fácil todo tipo

de datos, incluso de cuentas y tarjetas bancarias.

Si el destinatario de la llamada no contesta, el sistema cuelga automáticamente y pasa al siguiente número de la lista. Es posible que algunos de estos estafadores también utilicen mensajes pregrabados para que sus llamadas sean más eficaces.

Detrás de estos grupos de estafadores, muchas veces organizados y compuestos por varias personas que funcionan a nivel internacional, hay asociada otra problemática: el robo de identidades. Cuando se produce el robo de un DNI, los delincuentes los utilizan entre otras cosas para conseguir tarjetas prepago





de telefonía móvil. Con esto consiguen hacerse con números móviles dentro de un país y desde ellos, de forma directa pero anónima para el delincuente y sus intereses y de forma indirecta y desconocida (pero que puede generarle algún problema) para la persona que sufrió el robo de su DNI, realizan sus actividades delictivas, incluyendo llamadas o mensajes de texto.

Las estafas ya no sólo están en los correos electrónicos. Los móviles son

ahora mismos una de las principales vías usadas por los estafadores.

Si recibes estas molestas llamadas, no hay mucho que puedas hacer. Aunque estés incluido en listas de "no llamar" (como la Lista Robinson), no te va a servir. Los delincuentes no paran y no detienen su acoso porque les sale rentable, no les cuesta y además lo hacen escondidos detrás de identidades de personas que ni siquiera son conscientes del uso dado a sus datos.

# EQUIPO DEPORTIVO

## ESTE MES CORREMOS... LA SAN SILVESTRE VALLECANA

A punto de terminar el año, no hay mejor manera de celebrarlo que participando en una de las carreras más queridas de Madrid.

La San Silvestre Vallecana es una carrera de 10 kilómetros que se celebra anualmente desde 1964. Cada año, el 31 de diciembre, corredores de todo el mundo se reúnen en el corazón de Madrid para esta carrera histórica.

Vallecas, destino final de los participantes, en su día fue considerado uno de los barrios más humildes de la ciudad. Sin embargo, el arraigo de su gente y su sentimiento de orgullo es mayor que el de otras zonas, haciendo de este barrio un lugar vibrante lleno de cultura y tradiciones.

El recorrido lleva a los corredores por algunos de los lugares más emblemáticos de Madrid como la Puerta de Alcá, Cibeles, Neptuno, Atocha... todos llenos de gente animando. Y es que la San Silvestre Vallecana no es sólo un evento de running; es un plan muy querido que logra que amigos y familiares se reúnan con las zapatillas de correr como excusa para celebrar el último día del calendario.

Día: 31 de diciembre

Hora: 17:30

Distancia: 10km

Salida: C/ Concha Espina  
con P. Sagrados Corazones



**MÁS DEPORTE**

## DUCATI PANIGALE V4



(Fotografía: © Ducati Media House)

DOS EDICIONES LIMITADAS DE LA DUCATI PANIGALE V4 PARA CELEBRAR LOS TÍTULOS MUNDIALES.

ESTAS SERIES ESPECIALES CUENTAN CON LAS MISMAS DECORACIONES DE LAS MOTOS DE BAGNAIA Y BAUTISTA.

# Ducati Panigale V4



Ducati celebra la doble victoria de los títulos de MotoGP y WorldSBK creando dos series especiales de las motos Panigale V4 inspiradas en la Desmosedici GP y en la Panigale V4 R de los campeones mundiales Francesco Bagnaia y Álvaro Bautista. Las motos conmemorativas se desvelaron durante la conferencia de prensa que anticipó "Campioni in Piazza2", el evento en el que Ducati celebra este histórico doble logro con sus fans.

2022 ha sido un año increíble para Ducati. La firma boloñesa es Campeona del Mundo, por primera vez en su historia, tanto en MotoGP como en WorldSBK en la misma temporada. Un resultado de ensueño que se hizo realidad gracias al trabajo excepcional de los ingenieros, equipos y pilotos. Un doble triunfo que Ducati ha querido celebrar con dos modelos únicos de colección.

Las dos series especiales, realizadas a partir de la base de la Panigale V4 S, contarán con las decoraciones de las motos de Pecco Bagnaia #63 y Álvaro Bautista #19. Cada moto de la serie

será única con el autógrafo original del piloto en el depósito, que luego se protege con una capa de barniz transparente. Las dos motos, producidas en serie limitada y numerada, celebran en sus números de producción el año del nacimiento de Ducati. De hecho, cada serie contará solo con 260 unidades, en honor a 1926, año en que se fundó la compañía boloñesa.

Como en las motos de carreras en las que están inspiradas, los modelos Panigale V4 2022 World Champion Replica se ofrecen sólo en configuración monoplaza y se mejoran con la tija superior de aluminio mecanizado con el nombre del modelo y el número consecutivo grabado en láser. El equipamiento técnico cuenta con la adopción del embrague seco STM-EVO SBK de nueve discos, silenciador Akrapovič legal para uso legal (2 kg más ligero que la unidad original de la Panigale V4), sistema de frenos Brembo mejorado con pinzas Stylema® R y bomba de freno con ajuste remoto, estriberas ajustables en aluminio mecanizado Rizoma y pantalla de plexiglás racing. Cada moto se entregará en un embalaje con gráficos exclusivos e incluirá un certificado de autenticidad, una funda de moto personalizada y el sistema de adquisición de datos Ducati Data Analyser+. Los que quieran aprovechar las prestaciones de estas dos motos en circuito podrán montar los accesorios adicionales disponibles, como la tapa abierta del embrague en fibra de carbono, kits de eliminación de la matrícula y retrovisores, y tapón del depósito combustible racing en aluminio mecanizado.



(Fotografías: © Ducati Media House)

# MISTERIOS Y LEYENDAS

## PROFECÍAS PARA EL 2023



Cada año trae su propio conjunto de profecías, especulaciones y predicciones sobre lo que nos deparará el futuro. Pero, ¿qué nos dicen las profecías del próximo año?

Con tanta incertidumbre en el mundo, puede ser difícil encontrarle sentido a todo. Para ayudar a arrojar algo de luz sobre este asunto, he aquí algunas de las profecías más populares para 2023.

Un de los personajes imprescindibles en estas fechas, a pesar del paso de los siglos, es la figura un sabio que sigue siendo una referencia para quienes buscan comprender los acontecimientos venideros: Nostradamus.

Sus profecías son buscadas con impaciencia por los expertos que quieren descubrir posibles pistas sobre el futuro que se avecina.



Para 2023, destacan tres por encima de todas. La primera a comentar es su críptica descripción de "Siete meses de gran guerra, gente muerta por maldad", lo que hace que muchos especulen sobre lo que presagia una Tercera Guerra Mundial o un conflicto aún mayor en la actual guerra que están teniendo Rusia y Ucrania.

En esta línea iría la siguiente frase: "Ruan, Evreux, no caerán ante el Rey", en la que muchos creen entender que Francia podría mediar en el conflicto sin entrar directamente en él.

La tercera, "Falla de luz en Marte", está teniendo interpretaciones variadas. ¿Podría tratarse de un presagio que apunta a algún acontecimiento inesperado en el Planeta Rojo? Algunos apuntan en esa dirección. Otros analistas asocian Marte al dios de la Guerra y, siguiendo la línea de las anteriores, indicaría que la guerra entre Rusia y Ucrania afectaría al abastecimiento energético de Europa.

Otra figura cuyas predicciones suelen ser muy revisadas es Baba Vanga (hablamos de ella en el nº 20). Casualidad o no, muchas van en línea con lo apuntado por Nostradamus.

Se dice que predijo que se avecinaban tiempos oscuros en los que varios países intentarían realizar experimentos con armas biológicas, lo que podría provocar millones de muertes en todo el mundo.

También predijo un desastre nuclear, cuestión que no parece tan lejana con los ataques a centrales nucleares que se están produciendo en la guerra entre Rusia y Ucrania.

Además de los temas conflictivos, Baba Vanga apunta a diferentes acontecimientos estelares que afectarían a la órbita de la Tierra y añade que se producirán tormentas solares de dimensiones nunca vistas.

Dentro del futuro por venir, esta enigmática mujer también dejó predijo que los nacimientos naturales dejarían de ser posibles (por prohibiciones de gobiernos) y que los líderes mundiales y los expertos médicos tomarían el control de quién nacería. En su lugar, los padres tendrían la posibilidad de personalizar el aspecto de sus hijos, desde el color del pelo hasta el tono de los ojos, ¡todo en un laboratorio!

Los nuevos videntes contemporáneos no se alejan mucho de este camino catastrófico: inundaciones masivas, cortes del suministro eléctrico en hogares de todo el mundo, visiones de edificios de mandatarios ardiendo... y como no, el Fin del Mundo.

Antes o después alguno acertará, pero por no citar todas las predicciones que hablan del temido Apocalipsis, sólo reseñar una curiosa por venir del célebre periodista y escritor Juan José Benítez.

Aunque quizás conviene aclarar que más que una profecía es una afirmación, ya que el autor de la conocida saga Caballo de Troya asegura tener información privilegiada de la llegada de un meteorito en 2027 que en apenas 48 horas acabará con millones de vidas. Como contrapunto que arroja algo de esperanza, también afirma que las mismas fuentes le han hablado recientemente de un proyecto militar para realizar un impacto en ese cuerpo celeste y poder desviar así su trayectoria.

Como hemos podido comprobar, hablar de profecías es sinónimo de hablar de desastres casi siempre. Actualmente tenemos mucha información para poder interpretar y lanzar conjeturas, por eso quizás lo apuntado por Nostradamus o Baba Vanga genere más revuelo y emoción que las actuales profecías. En el futuro quién sabe si la Inteligencia Artificial no empezará a pronosticar y acertar en base a algoritmos que reduzcan el devenir humano a simples números... Mientras eso llega (o no, que aquí no somos profetas ni videntes), ¿cómo crees tú que será el mundo en 2023?



# Cóctel ligero de Navidad

RECETAS PARA TODOS LOS PALADARES

## Ingredientes

- 60 ml. de zumo de naranja
- 60 ml. de zumo de arándanos
- 30 ml. de ginger ale
- 3 chorritos de vermú (sin alcohol)
- una cucharada de miel o sirope de ágave
- cáscara de naranja
- hielo en cubitos



## Preparación

- Llena un vaso con cubitos de hielo y añade el zumo de arándanos y el zumo de naranja. Remueve suavemente hasta que se mezclen.
- Añade el ginger ale y vuelve a remover hasta que todo esté bien mezclado.
- Incorpora la miel (o el sirope) y ponle tres chorritos de vermú sin alcohol. Remueve suavemente una última vez hasta que todo esté bien mezclado.
- Decora con una cáscara de naranja y sírvelo inmediatamente.

# DV

**¿Estás buscando plan  
para el fin de semana?  
¿Es miércoles y quieres  
hacer algo diferente?**

**En nuestra agenda te  
presentamos eventos  
para hacer en los  
próximos días.  
Podrás encontrar más en  
[doblevida.es](http://doblevida.es)**

**Y si quieres ofrecer tus  
propuestas, contacta con  
nosotros en el mail  
[revista@doblevida.es](mailto:revista@doblevida.es)**



Nº - 27 DICIEMBRE 2022

# DOBLE VIVA

Deseos, ilusiones, esperanza.

#### UN EVENTO MUNDIAL

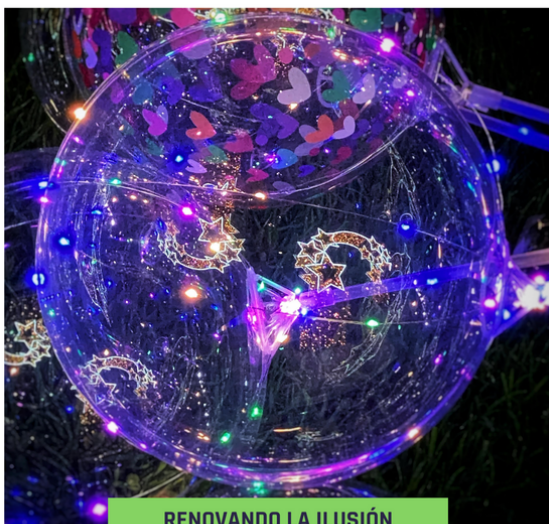
Navidad, el acontecimiento del año que une a personas de todas partes.

#### DISFRUTAR SIN PASARSE

Estas fechas se llenan de eventos, comida, bebida... ¡controla los excesos!

#### Y EN EL 2023...

¿Cuáles son las profecías y vaticinios que hay para el nuevo año?



## Nº27 - DICIEMBRE 2022

DOBLE VIVA es el boletín/newsletter oficial de © VÍVELA ¡VIVA! ©

NO NOS HACEMOS RESPONSABLES DE LOS COMENTARIOS VERTIDOS POR LOS ENTREVISTADOS NI DE LA INFORMACIÓN FACILITADA POR TERCEROS NI DE CUALQUIER ERROR O CAMBIO EN LAS PROPUESTAS PRESENTADAS. LOS LINKS PROPORCIONADOS A OTRAS PÁGINAS SON UNA SUGERENCIA, NUNCA UNA INVITACIÓN. NO NOS HACEMOS RESPONSABLES DE POSIBLES DAÑOS POR VIRUS O POR USOS INADECUADOS DE LOS MISMOS.

DIRECCIÓN-DISEÑO-CONTENIDOS:

Equipo Vívela ¡Viva!

REDACCIÓN:

Equipo Vívela ¡Viva!

INFORMACIÓN:

[revista@dobleviva.es](mailto:revista@dobleviva.es)

[info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es)

PUBLICIDAD-COMERCIAL:

[revista@dobleviva.es](mailto:revista@dobleviva.es)

[info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es)

[WWW.DOBLEVIVA.ES](http://WWW.DOBLEVIVA.ES)

[WWW.VIVELAVIVA.ES](http://WWW.VIVELAVIVA.ES)

@DobleViva (Twitter)

@VIVELA\_VIVA (Twitter)

@vivelaviva.es (Instagram)

# Reno- vando La Ilusión



**SUSCRÍBETE**



# LLÉVANOS CONTIGO

VAYAS DONDE VAYAS



- 26

NOVIEMBRE 20

## DOBLE VIVA

Existencia, desconocido, misterio

DESCONOCIDO

LUGARES CON MISTERIO

TECNOLOGÍA Y

que escapan a la lógica y  
dificiles de comprender

visitamos lugares que contienen gran  
cantidad de leyendas y testimonios

que aparatos usan lo  
del misterio para ca



DOBLE VIVA

LLEGA A TU MÓVIL

AL SUSCRIBIRTE

INCLUYE TU NÚMERO

Y TE LLEGARÁ

POR WHATSAPP

