

# GB

men's travel & lifestyle magazine

Edición especial online #YoMeQuedoEnCasa

N.188

MAYO 2020

[www.revistagb.com](http://www.revistagb.com)



GAY MAP INCLUDED

## SALUD

EL MARAVILLOSO  
MUNDO DE LOS MASAJES  
SALUD CARDIOVASCULAR

## REPORTAJE

NO DESEARAS AL VECINO  
DEL QUINTO

## VIAJES

RECORDANDO LOS GAY PRIDE  
MASPALOMAS  
¡VOLVEREMOS!

# LA ATRACCIÓN SEXUAL MASCULINA



# GINGIN

GAYBAR



Aribau 40

Barcelona,

in front of AXEL Hotel.

17h-3h/5pm-3am



# boyberry

## BARCELONA



abierto  
**365**  
días

Dilluns a divendres  
de 12 a 23h,  
dissabtes i festius  
de 15 a 00h

**C/Calàbria 96**

  boyberrybcn

**CRUISING • GLORYHOLE • CABINS**  
**100% GAY • WWW.BOYBERRY.COM**

**REPORTAJES**

04. *La atracción sexual masculina*

08. *No desearas al vecino del quinto*

**SALUD & CUIDADOS**

10. *El maravilloso mundo de los masajes*

**VIAJES**

12. *Recordando los Gay Pride Maspalomas !VOLVEREMOS!*

**SALUD**

14. *Dieta y ejercicio para prevenir el riesgo cardiovascular*

**GADGETS**

18. *Tecnología pensada para ti*

**MODA**

20. *No estamos en primavera... pero casi*

**MUNDO DIGITAL**

22. *Videojuegos y Apps*

**MÚSICA**

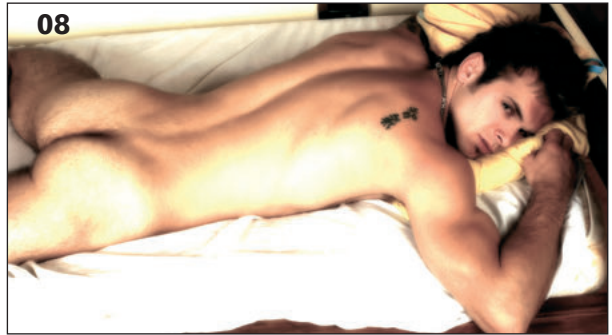
24. *Moby, Jack Garratt, Cali y Dandee*

**CINE**

26. *Los mejores estrenos del mes*

**GUÍA DEL AMBIENTE**

28. *Barcelona. Sitges. Girona*



24

Descarga directa de la revista



**PUBLICIDAD**  
Dpto. Comercial  
Tel. 616 048 216

**DIRECTOR**  
David Bigorra  
revista@revistagb.com

PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE  
LOS ARTÍCULOS Y /O FOTOGRAFÍAS SIN AUTORIZACIÓN  
EXPLÍCITA Y POR ESCRITO DEL EDITOR

**NOTAS DE Prensa Y COMUNICADOS**  
revista@revistagb.com  
www.gaybarcelona.net

**REVISTA GB**  
MEN'S LIFESTYLE MAGAZINE

¡Descubre nuestra nueva línea  
editorial con nuevos contenidos!

REVISTAGB.COM



# LA ATRACCIÓN SEXUAL MASCULINA

La monotonía conduce al aburrimiento, te damos algunos consejos para que reaparezca esa atracción sexual que unió a tu pareja. aceptar lo inevitable -la novedad nos atrae- es la mejor forma de entender nuestro comportamiento hacia lo morboso, eso no significa ser infiel.

En la sociedad en la que vivimos, es claramente observable que la atracción sexual es sin duda uno de los factores que controla nuestro comportamiento.

Nuestro rol sexual está enormemente condicionado desde el nacimiento por múltiples influencias culturales y sociales, que nos llevan, paso a paso, a adquirir una serie de aptitudes, valores y atributos de personalidad característicos de nuestro género. Cabe preguntarse cómo esta presión contextual influye en un instinto tan primario como la atracción sexual.

Los humanos somos racionales; nuestra evolución ha



provocado que los atributos sociales y personales sean al menos tan adaptativos como los físicos.

Pese a que la racionalidad y el sentido común parecen decirnos que no hay que fijarse de las apariencias, existe una enorme acumulación de pruebas experimentales y empíricas que confirman de manera clara que el atractivo físico y la apariencia son poderosos determinantes de la atracción inicial. A pesar de lo que, en apariencia, mencionan los individuos como aquello que les atrae de otras personas (su personalidad, amabilidad o sentido del humor), el atractivo físico es sin duda uno de los factores iniciales que más influye en la atracción.

De todo ello, surgen muchas preguntas. ¿En qué nos fijamos a la hora de elegir pareja? ¿primará el puro atractivo físico o se tendrán en cuenta otras cualidades? Quizá no haya un patrón claro de preferencias.

### **¿ES POSIBLE QUE EL SEXO MONÓGAMICO MATE EL LÍBIDO MASCULINO?**

¿Acaso los hombres que llevan años dentro de una relación de pareja estable y que ha sido fiel, inevitablemente han

disminuido significativamente su interés sexual por su pareja y, por lo tanto, la frecuencia de sus relaciones sexuales disminuye significativamente?

Especialmente los hombres están diseñados evolutivamente para ser atraídos sexualmente por la novedad y gradualmente pierde la atracción sexual hacia una misma pareja si se carece de tal novedad. Así, aquellos que en los primeros años de la relación de pareja estaban muy motivados a tener sexo, generalmente con el paso del tiempo lo estarían cada vez menos. Ellos se sentirían confusos y avergonzados por esta situación, no entendiendo por qué ha decrecido su atracción sexual y en cambio el amor y la complicidad entre ellos ha crecido profundamente; considerando, además, que nuestra cultura insiste en que el amor y el sexo son parte de un mismo complejo.

Para la mayoría de los hombres que están dentro de una relación sexualmente monógama, **la disminución constante de la libido tendría mucho que ver con la biología y con las hormonas, independientemente de quien sea en particular el hombre de su vida.** Ellos necesitan la variedad.

## CLAVES PARA RECUPERAR LA PASIÓN

Si el deseo con tu pareja ha disminuido por aburrimiento o rutina, los expertos te dan 4 valiosas claves para recuperar la Pasión. Vistos desde fuera por su familiares y amigos, tú y tu pareja sois la pareja ideal, pero en la intimidad las cosas son muy distintas.

Desde hace tiempo, el ardor que antes compartíais y que os empujaba a los brazos del otro para amarse con ansia, ha dado paso a un cristal invisible pero palpable y frío que os mantiene separados, espalda con espalda, excusa tras excusa.

Vuestro problema es la disminución o pérdida del deseo sexual, y también es el de muchas parejas que comprueban con angustia que la llama de pasión que los unía indomablemente, parece apagarse sin remedio.

Cada vez es más frecuente en las consultas de los psicólogos y sexólogos escuchar a las parejas decir: "seguimos queriéndonos mucho, pero la pasión y el enamoramiento se han apagado".

Testimonios como éste revelan uno de los problemas que más les preocupan a las parejas de hoy: la falta de atracción sexual. Este fenómeno, que se da sobre todo en las mujeres, pero también afecta a los hombres, puede deberse a factores biológicos.

Pero la mayoría de las veces, la inapetencia sexual es provocada por problemas emocionales, como los conflictos entre la pareja, el aburrimiento o la rutina en las relaciones sexuales. En este caso los expertos te recomiendan acudir a todos los recursos disponibles para volver a encender el fuego sexual de sus brasas y cenizas.

Éstas son cuatro grandes recomendaciones para recuperar la pasión cuando en ti y tu pareja el deseo e interés sexual están disminuyendo.

Mejora tu atractivo. Si consideras que ya no necesitas conquistar a tu pareja, dejas de hacer ese pequeño esfuerzo diario por resultarte atractivo y terminas por descuidar tu aspecto físico, la higiene, el atuendo y la alimentación.

En cambio, si te das cuenta de que tu propia pareja es una "especie en peligro" y puedes perderla porque crea atracción e interés en los demás, la empezará a desear más. Una gran estrategia para que se mantenga el deseo del otro es cuidar tu propio atractivo, y esto lo logras mejor cuando eres una

persona activa, independiente y socialmente agradable.

Fomenta la variedad y la sorpresa. Cuando tú y tu pareja hacéis lo mismo todos los días, a la misma hora y en el mismo lugar, rápidamente te acostumbras, por eso os conviene evitar la cotidianidad y lo predecible. Para contrarrestarlos, tienes que introducir novedades y sorpresas emocionantes, como una cita "prometedora" en un lugar imprevisto, decirle "te deseo" cuando él menos se lo espera, una llamada insinuante, o una caricia atrevida y espontánea.

Recupera las actividades emocionantes. Cuando tu relación se estabiliza, puede aparecer el adormecimiento del deseo sexual. Sin embargo, la pérdida del deseo se produce sobre todo porque con el paso del tiempo se dejan de hacer cosas que antes se hacían.

Entonces les conviene retomar los impulsos que en el pasado les resultaron excitantes, como salir solos, ir a clubs de diferente ambiente al habitual, tener detalles como preparar un viaje sorpresa juntos, o algo más romántico como tener una cena íntima.

Prepara el escenario. Los problemas sexuales están estrechamente ligados a los lugares donde se lleva a cabo el sexo. Por eso es importante que primero identifiques qué elementos apagan su deseo y así descartarlos. Luego debes identificar qué contexto os excita a los dos y entonces favorécelo.

También pueden reavivar el interés perdido, si al escenario habitual de la relación sexual le introduces elementos nuevos y distintos; la música o nuevos juguetes sexuales pueden ayudaros a salir de la anestesia y revivir las ganas.

## LA NOVEDAD NUESTRA PERDICIÓN

Con o son pareja, "la cabra tira al monte", así pues, nuestro prototipo de macho siempre estará presente en nuestro cerebro, por lo que el deseo hacia él, traicionará cualquier subconsciente y autocontrol, eso no significa que deseemos ser infieles a nuestra pareja, pero como mínimo nuestro deseo sexual nos traicionara por un momento, reaccionando a modo de impulso, es capaz de dejar de lado la relación de años por un momento, por tal de conseguir ese macho diez que hemos visto en una fracción de segundo y que no podemos olvidarnos. Llegando a tener cualquier fantasía sexual con él, en el momento de cerrar los ojos mientras practicamos sexo con nuestra pareja habitual. La atracción sexual, está por encima de todo.

believe  
club

SHOWS  
& DISCO

• • • • •  
*Every Day*

DISCO · SHOWS · PARTY · DRINKS · FRIENDS · FUN



Balmes 56

Barcelona. 23h-6h/11pm-6am





## NO DESEARAS AL VECINO DEL QUINTO

A veces se pensamos que lo hemos visto y vivido todo en cuanto a relaciones sexuales. Existe la creencia de que la pasión en una pareja tan sólo dura doce meses, luego va perdiendo intensidad poco a poco. ¿de verdad crees eso? ¿dejarás que el aburrimiento acabe con tu relación? La solución pasa por renovar la vida en pareja.

La renovación de la vida sexual de una pareja pasa, inevitablemente, por coger uno mismo las riendas, variar la

actitud, hasta ahora de una presumible pasividad, y tomar la iniciativa para darle un nuevo combustible al motor del amor que sea mucho más potente y duradero. Se habla mucho de la fogosidad y la extrema pasión de los primeros encuentros, pero lo cierto es, que para disfrutar al máximo de una relación es necesario conocer a la otra persona.

La complicidad sexual no se adquiere de la noche a la mañana, hay que trabajársela un poco.





Cierto es, que los gays tenemos una apertura de mente que nos permite llegar a este punto de una manera más sencilla que los heterosexuales. En estos primeros momentos es cuando nos dejamos llevar por nuestros instintos más animales y primitivos. Pero, ¿Qué pasa cuando el efecto de las feromonas pasa? ¿Dónde se encuentra el deseo carnal? Esa bestia sexual que nos ponía tanto, ¿cómo la encontramos?

Para ello, te proponemos un sencillo plan de renovación en el que seguro encontrarás algunas ideas que te ayudarán a salir de la aburrida rutina, y así poder aumentar tu diccionario en cuanto a temas sexuales se refiere.

En primer lugar, mencionaremos las reglas de oro para que jugar con tu pareja tenga éxito seguro. Regla n° 1: Haz saber a tu pareja lo que te ha gustado de su iniciativa. Es importante recompensar el esfuerzo. Regla n° 2: Si no te va que lo que te está proponiendo, sencillamente dilo. Regla n° 3: Las propuestas no tienen sexo ni edad. Puedes hacer los cambios que consideres para adaptar cada vivencia a tu realidad.

**JUGUETES:** Hacer una incursión con tu pareja al sex-shop para comprar algún que otro accesorio. Si no sabes lo que buscas pide consejo al responsable de la tienda, seguro que te darán sabios consejos. Intenta consensuar con tu pareja lo que vais a comprar, y si no lo hay cada uno que elija su preferido.

**POSTURAS NUEVAS:** Intenta lo que no habías hecho hasta ahora. Cómprate un Kama Sutra gay y explora las posturas que creas que más pueden llegar a excitaros. Experimentar es esencial. Prueba una tras otra hasta que encuentres lo que buscas.

**DRESS CODE:** Por qué no probar con algo atrevido, vestirse de leather, adoptar una personalidad skin, o cubrir tu cuerpo serrano con látex. Déjate llevar por la imaginación y sorprendeos mutuamente.

**CAMBIAR DE ROL:** ¿Eres el pasivo o el activo? Cambiar de rol merece poco esfuerzo y puede ser un gran descubrimiento tanto para uno como para otro.

**LUGARES:** Ni que decir tiene que la cama queda prohibida. Prueba el sofá, delante de la tele con una peli porno calentorra. O comparte una ducha erótica y enjabona todas las partes de tu chico. O si dispones de una cocina amplia, cocina a tu novio sin previo aviso. Una delicia turca.

**PROHIBIDO EL PASO:** Todo vale menos la penetración. Si lo practicamos de vez en cuando, aprenderemos a descentralizar el sexo de la penetración y descubriremos nuevos puntos ocultos que nos darán tanto o más placer.

**SOLITARIOS:** Pídele a tu pareja que te mire mientras te masturbas, o que lo hagáis los dos a la vez uno frente al otro. Este juego puede llegar a tener un elevado potencial erótico.

**RETARDAR EL MOMENTO:** Intenta controlar la eyaculación. Es difícil, pero existen libros que enseñan como hacerlo.

**CENA CON AMIGOS:** Invita a unos amigos a cenar, y entre plato y plato lanzaos a un revolcón rápido sin que os pillen, claro.

**IMAGINACIÓN:** Ante todo da rienda suelta a tu imaginación, infórmate por internet, compra revistas especializadas, películas, no dejes de investigar.



## MASAJES Y ACEITES EN EL SEXO

Cuando el deseo sexual parece frenarse, muchas parejas comienzan a buscar alternativas para revivir el goce de una buena relación sexual. Y si bien el mercado puede ofrecer innumerables alternativas, lo cierto es que muchas veces su eficacia no está realmente comprobada.

Esto no sucede con los aceites y bálsamos, con los que se tiene la seguridad de que, aplicándolos por medio de masajes eróticos y juegos corporales, pueden ser una maravillosa y emocionante forma de lograr que el sexo con tu pareja sea mucho más sensual e intenso, mejorando así la relación global de la pareja.

Si bien esta no es la mejor opción para masajear absolutamente todas las partes del cuerpo, sí puede ser la más apropiada para los masajes genitales, o para los masajes en las áreas pequeñas y concentradas como el pecho, las nalgas, los muslos y los brazos.

Algunos aceites no se pueden utilizar con productos de látex (asegúrese leyendo primero la etiqueta del envase del producto, antes de utilizarlo), y tampoco son apropiados para el uso interno, por lo que no se los debe utilizar para la penetración anal. Sin embargo, sí se los puede aplicar en la superficie de los genitales.

Tenga en cuenta que parte de los compuestos que llevan al calor podrían llegar a irritar la piel, por lo que debería hacer una prueba en un área pequeña de la piel antes de utilizarlo durante la relación sexual o en los genitales, pues podrían terminar siendo más calientes y fuertes.

Los aceites y lociones para masaje son realmente espléndidos para mejorar la relación sexual, pues pueden agregar mucha excitación a aquellas noches donde uno o ambos miembros de la pareja se encuentran extenuados, prestando una nueva dimensión sensual para superar las viejas rutinas, reducir las fricciones, y mantener los cuerpos bien sedosos y resbaladizos.

Para utilizar estos aceites, se debe verter una cantidad pequeña en la palma de la mano, frotar luego ambas manos, y aplicarlo suavemente sobre el cuerpo de tu amante. Nunca viertas el aceite directamente en el cuerpo de su pareja, pues lo sentirá frío y desagradable.

Siéntete libre para frotar el aceite en varias áreas del cuerpo de tu amado, como la espalda, los brazos, las piernas, las nalgas, el pecho y el cuello, pero manténgalo lejos de los genitales, a menos que el envase del mismo señale específicamente que la loción es segura para su uso interno.

TOTALMENTE RENOVADO



Nuevo dark room y sala de cine

Arneses, dildos, estimulantes sexuales,... y muchas novedades

No te pierdas la zona cruising... Ven y descúbrela!

Diputació, 208 - Barcelona



**RECORDANDO  
LOS GAY PRIDE  
MASPALOMAS**



**RECORDANDO  
MASPA  
¡VOLVER**



# LOS GAY PRIDE LOMAS REMOS!



# RECORDANDO LOS GAY PRIDE MASPALOMAS



## DIETA ADECUADA Y EJERCICIO FÍSICO PARA DISMINUIR EL RIESGO CARDIOVASCULAR

La enfermedad cardiovascular (ECV) es la mayor causa de muerte prematura en España y en todo el mundo occidental, así como una importante causa de discapacidad, que contribuye de forma sustancial al imparable aumento de los costes de asistencia sanitaria.

La práctica de ejercicio físico ha demostrado disminuir la mortalidad cardiovascular y prolongar la expectativa de vida. Su efecto es similar al del abandono del tabaco. El efecto del ejercicio físico sobre la reducción del peso valorada por el índice de masa corporal (IMC) es escaso, pero reduce la masa grasa y la grasa abdominal y es la medida más importante para la prevención del aumento del peso.

Además, el ejercicio físico mejora globalmente el perfil lipídico y se asocia con una reducción de la presión arterial<sup>153</sup> tanto en los pacientes hipertensos como normotensos.

El ejercicio físico podría mejorar el pronóstico de pacientes con enfermedad coronaria, con una reducción de la mortalidad coronaria del 26%.

Al menos 30 minutos al día de ejercicio de intensidad moderada es una pauta recomendable para reducir el RCV y mejorar la forma física. La elección de los hábitos de vida es una cuestión que atañe al individuo; pero es responsabilidad de toda la sociedad crear un entorno social y medioambiental donde las opciones saludables sean fáciles de elegir, y donde los niños tengan garantizado el acceso a la práctica de la actividad física diaria.

La valoración, consejo y apoyo en el mantenimiento de la actividad física es una tarea fundamental de los profesionales de la salud implicados en la prevención cardiovascular. Así que ya sabes, poco o algo, pero muévete como y donde puedas, pero hazlo.

# PINK CORNER



**COCKTAILS  
& DRINKS**

 Balmes 52  
Barcelona. 18h-3h / 6pm-3am



# PRISCILLA

CAFE BCN




'A MUST VISIT!' GAY OBSERVER

'A KINGDOM IN A DESERT!' GAY OUT

'A HIDDEN MASTERPIECE!' NIGHT STANDARD

'A BLAST OF FRESH AIR!' WHATSONGAYXAMPLE

 Muntaner 73  
Barcelona. 18h-3h / 6pm-3am



# GINGIN


GAYBAR

**OPEN  
ATMOSPHERE**

**BEST  
COCKTAILS**

**MORE THAN  
20  
DIFFERENT  
GINS**



 Aribau 40  
Barcelona, in front of AXEL Hotel. 17h-3h / 5pm-3am




COPAS / DRINKS · MUSIC · PATIO INTERIOR

*A veces, una noche de copas y amigos  
es la mejor terapia que necesitamos.*



EL PATIO  
CENTRAL  
TERRACE BAR

 Consell de Cent 273  
Barcelona. 18h-3h / 6pm-3am





## BRÓCOLI, ESE GRAN DESCONOCIDO ENTRE LAS VERDURAS

Las verduras son hortalizas en las que la parte comestible son los órganos verdes de la planta, tal y como pueden ser los tallos, las hojas, etc.

Casi todas las verduras son de bajo contenido en grasas y calorías, representando además fuentes de vitaminas, minerales, fibra e hidratos de carbono. Por regla general se denomina así a cualquier planta comestible (generalmente cultivada).

Se considera verdura de temporada aquellas verduras que son comestibles durante una época del año, cada tipo comprende unos meses de cultivo y recolección diferentes respecto a otras.

El brócoli, su origen parece que está ubicado en el Mediterráneo oriental y concretamente en el Próximo Oriente (Asia Menor, Líbano, Siria, etc.).

Los romanos ya cultivaban esta planta, pero hace unos 20 años que su consumo empezó a incrementarse. Es un vegetal duro de la familia del repollo o col, alto en vitaminas A y D.

Se desarrolla mejor en las estaciones frescas del año. Cada vez es más popular en la cocina española, con formas sencillas de cocinarlo: al vapor, al horno o en exquisitas recetas.

Es un miembro de la familia del repollo y un pariente

cercano de la coliflor, el brócoli contiene más nutrientes que cualquier otro vegetal.

El brócoli contiene cantidades grandes de vitamina C, ácido fólico y caroteno beta (vitamina A) que son importantes como antioxidantes.

El beta caroteno es bueno contra las infecciones. Minerales: potasio (favorece el impulso nervioso y muscular; y hierro. Investigadores han concluido que el brócoli y otros vegetales crucíferos se deben incluir en la dieta semanal.

Consumir alimentos altos en antioxidantes puede reducir el riesgo de algunas formas de cáncer y de enfermedades cardíacas.

El brócoli fresco es delicioso crudo o cocinado. Cocinad el brócoli al vapor de 3 a 4 minutos o sumérgalos en agua hirviendo el mismo tiempo. El brócoli cocinado demasiado tiempo se pone de color verde oscuro y pierde sus nutrientes, especialmente vitamina C.

Las hierbas y las especias que le dan más sabor al brócoli son: albahaca, eneldo, ajo, bálsamo de limón, mejorana, orégano, estragón y tomillo.



Prohibida la entrada a menores de 18 años. Reservado el derecho de admisión. Aforo de los locales limitado. Ofertas no acumulables y válidas hasta fin de promoción.



**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**

# BEST SAUNAS IN TOWN

**SAUNA CASANOVA**  
CASANOVA 57. BCN  
Tel. 93 323 78 60

**SAUNA CONDAL**  
ESPOLSASACS 1. BCN  
Tel. 93 317 68 17

**SAUNA THERMAS**  
DIPUTACIÓ 46. BCN  
Tel. 93 325 93 46

[WWW.SAUNASPASES.COM](http://WWW.SAUNASPASES.COM)



## Mezclador Mezcla Metal Profesional 4 Canales

Este mezclador de 4 canales en directo des la consola con interfaz USB. Ecualizador de 3 bandas en todos los canales y una salida Aux. 48V. skide de control principal. Bulit-en el procesador de efectos de eco de retardo digital. Retraso, repetición, envío de efecto y controla Aux. 2 XLR mono entrada de micrófono 1/4 "y 2 grupo de canal de entrada estéreo. Para el hogar Audio, Música Hecho a sí mismo, de estudio, concierto, fiesta, bares, KTV, Reunión, Discurso, etc. 69 Euros Amazon



# LOS GADGETS

## Trust GXT 252+ Emita Plus

Micrófono para streaming  
Independientemente de si está en streaming desde YouTube, Twitch, Facebook o un vlog, hace podcasting, graba locuciones o música acústica, es imprescindible que el sonido sea profesional.  
Este micrófono USB profesional para estudio con brazo ajustable y patrón de grabación cardioide de alta precisión es perfecto para todos registrar todos los sonidos. Que se oiga su voz. 112 Euros Amazon



## Micrófono de Solapa, Doble omnidireccional

BOYA BY-M1DM Micrófono de Solapa, Doble omnidireccional de Clip para cámara Canon Nikon Sony DSLR Cámara Videocámara para iPhone Samsung Huawei y grabadores de Audio. Amplia gama de compatibilidad: compatible con smartphones, cámaras, videocámaras, grabadores de audio, tabletas y otros dispositivos de grabación de audio/vídeo.. Excelente para entrevistas, los micrófonos lavalier omnidireccionales dobles pueden grabar dos recursos de sonido al mismo tiempo.





**hard & fetish bar**

**BERLINDARK**  
**BARCELONA**

Passatge Prunera, 18  
M-L3: "Poble Sec"

**Tuesday  
to Sunday**

**sport  
urban  
mili  
rubber  
underwear  
speedo  
jockstrap  
nude**

...



[www.berlindark.com](http://www.berlindark.com) - facebook: @BerlinDarkBCN - Twitter: @BerlinDark\_BCN

# MODA PARA EL CONFINAMIENTO EN CASA

**SPRINGFIELD.** CAMISA DE MANGA LARGA CUSTOM FIT 29'99 € (IDEAL ESTILO INFORMAL)



**SPRINGFIELD.** DENIM 5 BOLSILLOS ELÁSTICO DE ASPECTO USADO, VINTAGE. 29'99 €



**SPRINGFIELD.** PANTALÓN CHINO DE LINO. 15'99 € (CÓMO EL CALLE, Y EN CASA)



**SPRINGFIELD.** CAMISA DE MANGA LARGA CUSTOM FIT CUELLO ABOTONADO LINO/ALGODÓN



**H&M.** BERMUDAS CARGO EN MEZCLA DE LINO Y ALGODÓN CON ELÁSTICO. 24'99 €



**SPRINGFIELD.** PANTALÓN FRESCO DE LINO Y ALGODÓN CON PERNERAS PITILLO 19'99 €



## TINTES Y BARBAS PARA EL DESPUÉS DEL CONFINAMIENTO EN CASA

Algunos hombres presentan canas a edades tempranas. Es posible que, si este es tu caso, quieras teñir tu barba de tu color natural ocultando así esas canas, aunque en ocasiones, las barbas canosas dan un toque interesante a quien las luce.

Es importante que tiñas tu barba antes de realizar el mantenimiento y recorte de tu barba, de ese modo, el resultado final será más uniforme.

Primero deberás elegir un tinte adecuado para ti con el tono color más parecido al de tu barba natural, es recomendable seguir los consejos de un profesional.

Por ello el se cerciorará de que el tono de color elegido es adecuado ya que si lo escoges tu mismo muy claro u oscuro, puede resultar demasiado descompensado.

Es aconsejable dirigirse a un profesional que te ofrezca un

servicio de confianza cómo en [www.daniherra.com](http://www.daniherra.com)

Deberás realizar este proceso una vez a la semana o cada quince días ya que las barbas crecen muy rápidamente.

Recuerda que, si optas por teñir tu barba, tienes que hacerlo de manera regular o el resultado de tener un color uniforme no será el adecuado.





**CORTE Y PEINADO**  
**COLOR Y MECHAS**  
**AFEITADO**  
**ARREGLO BIGOTE Y BARBA**  
**DEPILACIÓN CEJAS**  
**TRATAMIENTOS ANTI-CAÍDA**  
**MANICURA**

**ABIERTO**  
**CON CITA PREVIA**

**c. Doctor Martí i Julià 52**  
**L'Hospitalet de Llobregat**  
**Teléfono 93 529 05 12**  
**[www.danyherra.com](http://www.danyherra.com)**

**M Metro Línea 5. Estación Collblanc**

SOLO PRODUCTOS





**VIDEOJUEGOS REBAJADOS COMPRA ONLINE / THE PERSISTENCE** . Un título de acción y aventura diseñado para la realidad virtual que nos llevará a un terrorífico espacio exterior, donde tendremos que plantarle cara a diversos enemigos a través de una propuesta roguelike, en la que cada partida será distinta. **PLATAFORMA:** ps4-xbox one-pc y otras. **PRECIO:** 24,99 €

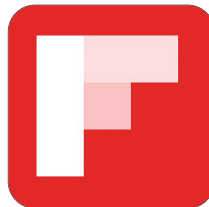


**VIDEOJUEGOS REBAJADOS COMPRA ONLINE / THOSE WHO REMAIN** . Es un juego de terror para consolas y PC que nos trasladará a una pequeña y remota ciudad en Estados Unidos. Bautizada como Dormont, y lejos del mundanal ruido, esta localidad está bajo la maldición de un demonio y un mal que se escapa a la comprensión humana. **PLATAFORMAS:** PS4 y otras. **PRECIO:** 19,95€

## LAS MEJORES **APPS** PARA TU MÓVIL



**ANDROID / IOS. DIARIOS DE ESPAÑA**  
 Todos los diarios de España con todas las noticias de actualidad, con toda la prensa española gratis, la más fácil de usar, donde podrás leer desde prensa deportiva, todas las noticias de actualidad de tus diarios digitales



**ANDROID / IOS. FLIPBOARD**  
 Utilizado por millones de personas todos los días, Flipboard es el galardonado servicio que une noticias, historias populares y conversaciones acerca de cualquier interés o pasión. Con todo en un único lugar, leer, recopilar y compartir



**ANDROID / IOS. TUNEIN RADIO**  
 TuneIn le permite disfrutar de muchos de estos otros podcasts, pero también le permite escuchar transmisiones de radio en vivo. Es genial si tu equipo favorito está jugando mientras estás atrapado en el tráfico.



CONCEPTO: SERGIYAN PAUL. PHOTOGRAPHY: ALBERT PÉREZ. DESIGN: HECTOR GARCÍA

# ¡HAZTE LA PRUEBA!

Hazte la prueba del VIH al menos una vez al año aunque siempre uses condones. Si no los usas siempre, háztela cada 3 meses.

**BCNCHECKPOINT.COM | 93 318 20 56**  
COMTE BORRELL 164-166 (METRO URGELL) 08015 BARCELONA

 **BCN checkpoint**  
HOMBRES · SEXUALIDAD · SALUD



## ALL VISIBLE OBJECTS

El decimosexto álbum de estudio de Moby, un disco con fines benéficos para organizaciones dedicadas a preservar la vida de los animales en La Tierra: Brighter Green, Mercy For Animals, Rainforest Action Network, y ACLU. Se incluyen 10 pistas originales, más una versión del My only love de Roxy Music.



## LOVE, DEATH & DANCING

Es una colección de Jack Garratt, dividida en 4 partes con 3 pistas cada una. Con Time como primer single. De la segunda parte el tema de cabecera es Better.



## COLEGIO

Es un disco del dúo colombiano Cali y El Dandee. Incluye Tu nombre junto al cantante colombiano Mike Bahía; Borracho de amor con la banda mexicana Reik, y la pista titular con la colaboración del colombiano Lalo Ebratt. Además Tequila sunrise junto a Rauw Alejandro, y Voy por ti con el grupo colombiano Piso 21.



**DRINKS, SANDWICHES AND MUSIC**  
**BEBIDAS, BOCADILLOS Y MÚSICA**

**JUEVES HAPPY**  
**DE 19H A 22H**



**Bacon Bear Bar**  
Casanova 64, Barcelona. (España)



## OUTLANDER

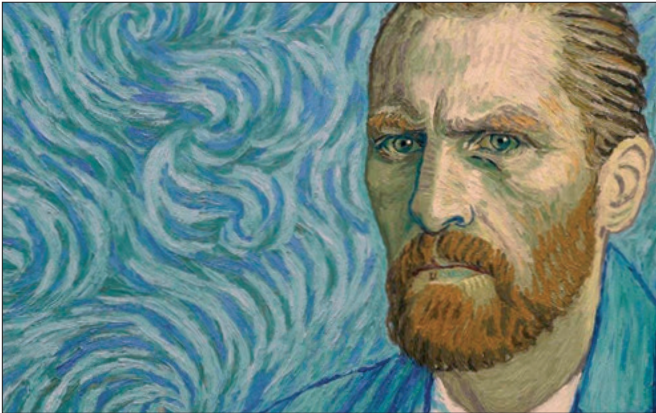
**OUTLANDER UNA HISTORIA DE AMOR QUE TRANSCURRE EN EL TIEMPO**

Sigue la historia de Claire Randall, una enfermera de combate casada en los años 40, que misteriosamente es arrastrada atrás en el tiempo hasta 1743, donde se lanza de inmediato a un mundo desconocido, viéndose amenazada su propia vida. Cuando se ve obligada a casarse con Jamie Fraser, un joven guerrero escocés caballeroso y romántico, Claire comienza un pasional triángulo entre dos hombres muy diferentes con dos vidas irreconciliables.

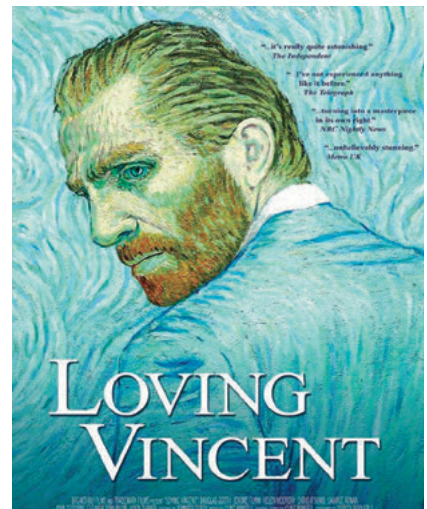


## LOVING VINCENT

**UNA PELÍCULA BIOGRÁFICA ANIMADA EXPERIMENTAL DEL PINTOR**



Película homenaje a Van Gogh en el que cada fotograma es un cuadro pintado sobre óleo, tal y como el propio Vincent lo hubiera pintado. Sus 80 minutos de duración están compuestos por 56.800 fotogramas que han sido pintados, uno a uno, por una gran cantidad de excelentes pintores a lo largo de varios años, todos inspirándose en el estilo y arte magistral de Van Gogh.





Amélie no es una chica como las demás. Ha visto a su pez de colores deslizarse hacia las alcantarillas municipales, a su madre morir en la plaza de Notre-Dame y a su padre dedicar todo su afecto a un gnomo de jardín. De repente, a sus veintidós años, descubre su objetivo en la vida: arreglar la vida de los demás. A partir de entonces, inventa toda clase de estrategias para intervenir, sin que se den cuenta, en la existencia de varias personas de su entorno.

## AMELIE

EL PARTICULAR MUNDO DE AMELIE NO DEJARA DE ASOMBRARTE



WikiLeaks, una plataforma que permite denunciar de forma anónima y filtrar información secreta, iluminando los oscuros recovecos de los secretos gubernamentales y crímenes corporativos. No tardan en revelar más noticias que todas las organizaciones de comunicación más prestigiosas del mundo juntas. Pero cuando Assange y Berg obtienen acceso a la mayor cantidad de documentos confidenciales de la historia de los servicios de inteligencia de los Estados Unidos, se enfrentan a una de las cuestiones claves de nuestro tiempo: ¿cuál es el coste de guardar secretos en una sociedad libre.

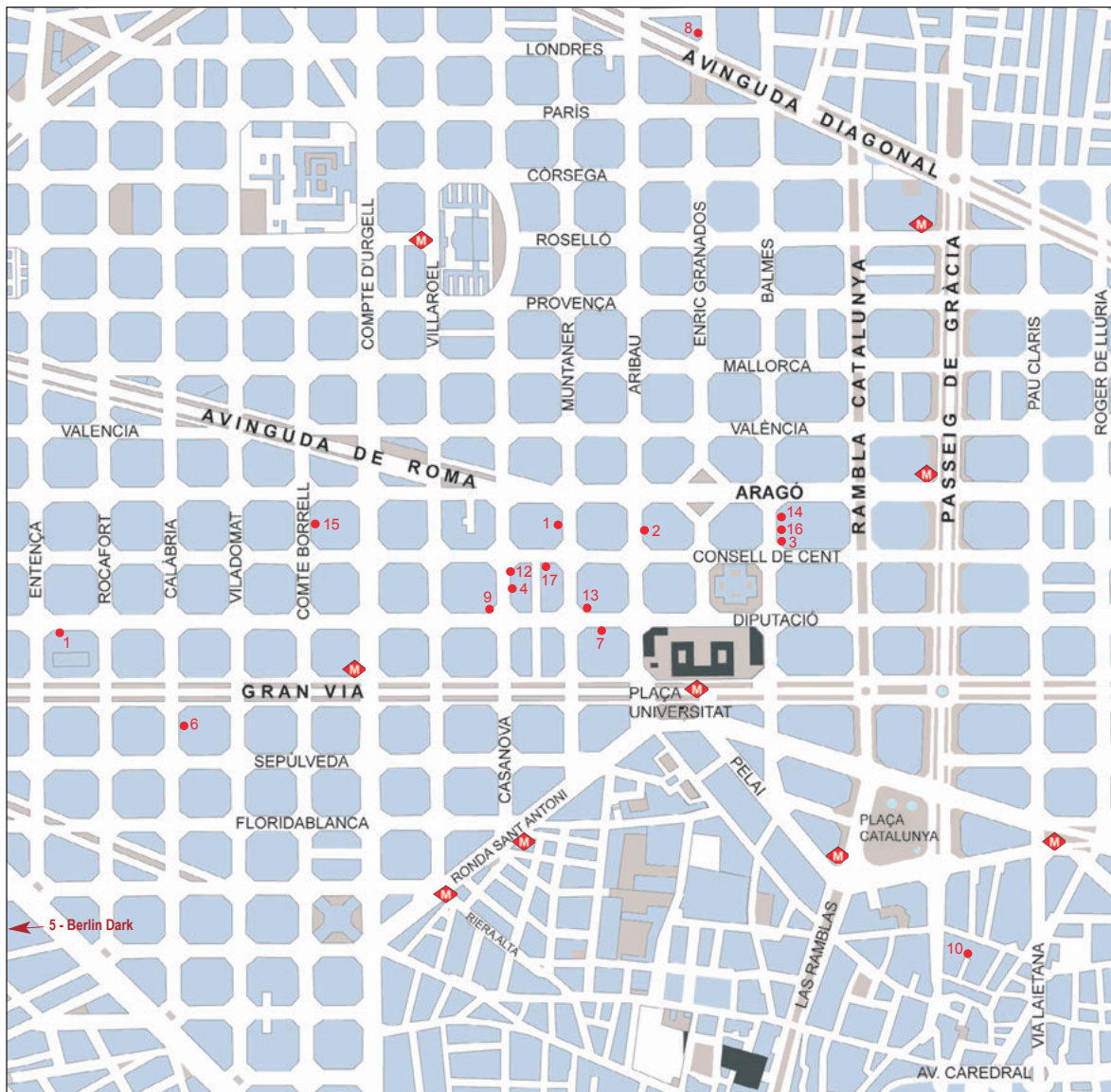
## EL QUINTO PODER

JULIAN ASSANGE Y DANIEL DOMSCHEIT-BERG CREAN WIKILEAKS



EL QUINTO PODER





>> BARES

**PRISCILLA**  
CAFÉ BCN

Muntaner 73  
Barcelona. 18h-3h / 6pm-3am

01. Priscilla. Muntaner 73

**GINGIN**  
GAY BAR

Aribau 40  
Barcelona, in front of AXEL Hotel.  
17h-3h / 5pm-3am

02. Gin Gin. Aribau 40  
Boys Bar. Diputació 174

**PINK CORNER**

Balmes 52  
Barcelona. 18h-3h / 6pm-3am

03. Pink Corner. Balmes 52  
Botànic Bar Cafè. Muntaner 64



**El Patio Central. Consell de Cent 273**

- Break BCN. Villaroel 47
- Botanic. Muntaner 64
- Club Mykonos. Casanova 75
- Dmen's Consell de Cent 257
- El Cangrejo. Villaroel 86
- El Quinto Moño. Villaroel 96
- La Chapelle. Muntaner 67
- Moeem. Muntaner 11
- Museum Café. Sepúlveda 17
- Mata Hari. Avda. Roma 155
- Night Diputació 161
- Punto BCN. Muntaner 65
- Versailles. Ptge. Valeri Serra 3

**>> LESBIAN BARS**

- La Rosa (L). Brusi 39
- La Sue (L). Villaroel 60
- La Raposa (L). Tapioles 47

**>> RESTAURANTS**

- BCN Café. Diputació 180.
- Casa Jaime. Consell de Cent 222
- dDivine. Balmes 24
- El Bierzo a Topo. Diputació 159
- El Berro. Diputació 180
- Foz. Diputació 174
- La Estrella. Aragó 185
- Manga Rosa. Consell de Cent 220
- Miss Sushi Aribau. Aribau 39
- Surya Muntaner. Consell de Cent 236

**>> MODA / COMPLEMENTOS**

- C4 Òptics. Ariabu 17
- ES4U. Moda. Casanova 56

- Holala Ibiza. Moda. Plaça Castella 2
- Boxer. Diputació 182
- Next Level. Moda. Diputació 189
- Ritual. Moda. Muntaner 58
- Spike. Moda. Carrer Hospital 46
- Zona Eleven. Moda. Muntaner 68
- Zask. Moda. Sepúlveda 60

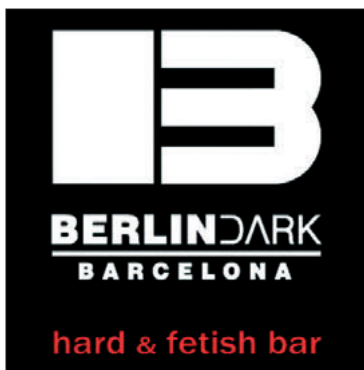
**>> TIENDAS**

- Barcelona Estanc. Diputació 209
- Intro Fusion. Diputació 163

**>> FETISH & BEARS**



**04. Bacon Bear Bar. Casanova 64**



- 05. Berlin Dark. Passatge. Prunera 18
- Boxer Café Bar. Diputació 167
- Black Hole. Sepúlveda 81
- Open Mind. Aragó 130

**>> SALUD**

- 15. BCN Checkpoint  
Compte Borrell 164
- Farmacia Aribau. Aribau 18
- Farmacia Feriche. Aribau 20

**>> SEX SHOPS**



**06. Boyberry. Calàbria 96**



**07. Nostromo. Diputació 208**

- Sestienda. Rauric 11
- Erotixx. Avinguda de Roma 153
- Only is Love. Casanova 43
- Zeus. Riera Alta 20

**>> SAUNAS**



- 08. Sauna Barcelona. Tuset 1
- 09. Sauna Casanova. Casanova 57
- 10. Sauna Condal. Espolsa-sacs 1
- 11. Sauna Thermas. Diputació 46
- Sauna Bruc. Pau Claris 87

>>ESTÉTICA

**12. No+Vello Eixample.**

Consell de Cent 218

>> PELUQUERIAS

**Danny Herrera Peluqueria.**

**YA ABIERTO CON CITA PREVIA**

Doctor Martí i Julià 52, L'Hospitalet

**13. Tön Vanguard.** Diputació 191

>> DISCOS

**16. Believe bar club.** Balmes 56

**Metro Disco.** Sepúlveda 185

>> ALOJAMIENTOS

**14. Barcelona City Centre.** Balmes 60

**Hotel Axel.** Aribau 33

**Pensión La Nau.** Rda. Sant Pere 53

**Two Hotel Barcelona.** Calabria 90

>> SERVICIOS / VARIOS

**17. Viajes Travelling.** Consell de Cent 224

**Ricardo de la Rosa.** Abogado.

Benet i Mateu 57 bajos

>> ASOCIACIONES GLTB

**ACEGAL - Associació Catalana d'Empreses per a Gais i Lesbianes**

Diputació 163. [www.acegal.org](http://www.acegal.org)

**ACATHI.** [www.acathi.org](http://www.acathi.org)

**ACGIL.** [www.acgil.org](http://www.acgil.org)

**ACORD.** [www.acordlgtb.org](http://www.acordlgtb.org)

**AMPGIL.** [www.ampgil.org](http://www.ampgil.org)

**Casal lambda.** [www.lambda.cat](http://www.lambda.cat)

**Chrysallis.** [www.crysallis.org.es](http://www.crysallis.org.es)

**Famílies LGTBI.** [www.familieslg.org](http://www.familieslg.org)

**Fundació Enllaç.** [fundacioenllac.cat](http://fundacioenllac.cat)

**GaisPositius.** [www.gaispositius.org](http://www.gaispositius.org)

**GAG.** [www.amicsgais.org](http://www.amicsgais.org)

**Observatori contra l'homofobia**

[www.och.cat](http://www.och.cat)

**Panteres Grogues.** [panteresgrogues.cat](http://panteresgrogues.cat)

**Stop Sida.** [www.stopsida.org](http://www.stopsida.org)

**Centre LGTBI Barcelona.**

Compte Borrell, 22

Tel. 93 880 51 11

>> GUÍA DE SITGES

>> BARS

**Bear's Bar.** Bonaire, 17

**Barcode.** Carrer de Sant Bonaventura, 10

**Bunker.** Bonaire, 12

**Comodin.** Tacó, 4

**Dark.** Bonaire, 14

**El Horno.** Joan Tarrida, 6

**Privilege.** Bonaire, 24

**XXL.** Joan Tarrida, 7

>> DISCOS / CLUBS

Organic. Bonaire, 12

>>SAUNAS

Sauna Sitges. Espalter 11

>> GUÍA PROVINCIA GIRONA

**GIRONA**

**Il Piccolo Caffé.** Bar

Pg. Canalejas 1

**EMPURIABRAVA**

**Different Pub.** Moxó - Los Arcos, 50.

**STA. CRISTINA D'ARO**

**Mas Marcó.** Disco. Espacio Musical

Ctra. Roca de Malvet Km.1, 17246

**FIGUERES**

>>SAUNAS

**Sparta.** Requesens 18

# VIAJES FOTOGRÁFICOS Y CULTURALES PARA TODOS AQUELLOS INTERESADOS EN VER EL MUNDO DESDE OTRA PERSPECTIVA

*Nuestro servicio de **Personal Traveler** permite disfrutar de una nueva forma de viajar, donde la asistencia personal es la base de la relación con el cliente permitiéndole vivir una experiencia única.*

VIAJES PARA GRUPOS  
DESTINOS EXCLUSIVOS  
VIAJES TEMÁTICOS  
EXPERIENCIAS ÚNICAS



**SHIRKHAN  
TRAVEL**

[WWW.SHIRKHANTRAVEL.COM](http://WWW.SHIRKHANTRAVEL.COM)



**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**

**El lugar  
donde hacer realidad  
tus fantasías**

con Confort, Limpio y Seguro

**DESCUBRE LA NUEVA THERMAS  
SAUNA THERMAS - DIPUTACIÓ 46 - BARCELONA  
[WWW.SAUNASPASES.COM](http://WWW.SAUNASPASES.COM)**

