

es **encuentro**

NUMERO 21 - FEBRERO 2026

Trend

**Los peores lugares para
una primera cita.**

**¿Que hacer cuando trasciende
un ser querido?**

Amor... ¿Incondicional?

¿Casarse o vivir juntos?

**Lyon: La capital mundial
de la gastronomía**

El amor en versión APP

@encuentro.magazine



Abierto **telcel** MEXICANO PRESENTADO POR HSBC

CADA PUNTO UNA NUEVA HISTORIA

FEB 21 - 28
2026

ATP
500

FLAVIO COBOLLI

ALEXANDER DAWIDOVICH

GABRIEL MONFILS

GERGELY DIMITROV

FRANCIS TIAFOE

ALEX DE MINAUR

LORENZO MUSSETTI

ALEXANDER ZVEREV

JEN SHELTON

CASPER RUUD



ESTE ES TU JUEGO
¡COMPRA TUS BOLETOS!

telcel

HSBC

GUERRERO

POWERED BY MEX TENIS

GNP SEGUROS

PRINCESS MUNDO IMPERIAL

mazda

inter.mx

SEARS

caliente.mx

Comex

oppo

Emirates

NEXO

RADO

AMSTEL ULTRA

adidas

ISDIN

Haier

ticketmaster

La Costeña

MICROBIOTFIT

G

PEPSI

eipura

b:boost

Disney+

PM

Cinemex

TING

National

DUNLOP

TANE

Lonol

TECHNOGYM

ESPN

IMAGEN

Quién

ACAPULCO

Editorial

Amar hoy: elegir, conectar y soltar

Febrero suele asociarse con el amor y la amistad, pero más allá de los símbolos, este mes nos invita a revisar cómo nos vinculamos en la vida real. Amar hoy no es solo sentir; es elegir con conciencia, cuestionar lo aprendido y asumir la responsabilidad de nuestros vínculos.

Las relaciones ya no siguen un solo modelo. Casarse o vivir juntos es una decisión personal, no una regla universal. Cada elección implica acuerdos, renunciaciones y una pregunta clave: **¿compartimos la vida por convicción o por inercia?** En una época de libertad emocional, también aprendemos a convivir con la duda.

El amor, además, se volvió digital. Las apps prometen conexión inmediata, pero también han cambiado la forma en que nos acercamos al otro. Un swipe puede generar expectativas o descartes rápidos, dejando poco espacio para la profundidad. Entre tantas opciones, surge una reflexión inevitable: **¿buscamos vínculos reales o solo presencia momentánea?**

Incluso los inicios más simples revelan mucho de nosotros. Los peores lugares para una primera cita no hablan solo de errores prácticos, sino de falta de atención, escucha e intención. Porque el verdadero encuentro no depende del lugar, sino de la disposición emocional.

Y mientras algunos vínculos comienzan, otros cambian de forma. Cuando un ser querido trasciende, el amor no desaparece; se transforma. Aprendemos a habitar la ausencia, a resignificar la memoria y a entender que amar también implica soltar sin romper.

En Encuentro Trend creemos que el amor no es ideal ni perfecto. Es elección, aprendizaje y transformación constante. Amor de pareja, de amistad o de recuerdo. Que este febrero sea una oportunidad para vincularnos con más honestidad y conciencia, entendiendo que amar hoy es, ante todo, un acto de presencia y responsabilidad emocional.

Moon & Gabriela

encuentro
Trend

DIRECTORIO

Mónica Beatriz Prieto Peralta
DIRECTORA EDITORIAL

Gabriela Tenorio
DIRECTORA COLABORACIONES
encuentromagazine.8@gmail.com
22 23 77 74 09

Cristina López Olivera
DIRECTORA COMERCIAL
cristinalopezolivera@gmail.com
22 23 32 70 44

Rene Reyes
Manuel Guadarrama
DIGITAL

Germán Corona
ARTE

Valeria Hernández
DISEÑO

EE ENCuentro TREND, Marca registrada: Año 2 No. 21, Febrero 2026, revista mensual, editor responsable Mónica Beatriz Prieto Peralta. Número de certificado de reserva de derechos al uso exclusivo: 04-2024-071010374700-102. Número de certificado de licitud de título y contenido: 17701. Editada y publicada por : Mónica Beatriz Prieto Peralta, con Domicilio en privada Cardif 64 lomas de angelópolis, San Andrés Cholula, Puebla, C. P. 72830. Imprenta y distribuidor: Germán Corona Pérez, Quimera estudio. Calle 45 poniente 1719 reforma agua azul, Puebla, Puebla, C.P. 72430. El contenido y las opiniones expresadas en los artículos de la publicación son responsabilidad exclusiva de sus autores, por lo que no necesariamente reflejan la opinión de EE ENCuentro TREND y/o del editor responsable de la publicación. EE ENCuentro TREND investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza de las ofertas relacionadas con los mismos. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial del contenido e imágenes de la publicación sin previa autorización de EE ENCuentro TREND.



CRUMAT
CERTIFIER
CERTIFICADO
2025

Contenido

**LA VIDA ES CORTA,
EL LIBRO ES LARGO**

P. **6** ¿Por qué decirle adiós
a un libro está bien?

**UN PUNTO
Y APARTE** P. **12**

P. **21** *El antojo también
enamora:* COCINA PARA
ENCENDER
EL 14 DE FEBRERO

El corazón
La representación
gráfica del amor
P. **26**

PUEBLA
consolida

su posicionamiento
internacional con resultados
históricos en Fitur 2026

P. **28**

P. **30** **CLAVES
DEL
MUNDO**
MARK CARNEY:
Llega un líder

PEORES LUGARES
para una primera cita

P. **14**

P. **16**  ¿Qué hacer
cuando muere
un ser querido?

A E T E R N I T A S
M E M O R I A L

AMOR... ¿INCONDICIONAL?
P. **18**

Lyon:
LA CAPITAL
MUNDIAL DE LA
GASTRONOMÍA

P. **24**

¿Casarse
o vivir
juntos?



P. **22**

NO. 21 FEBRERO 2026
Portada



Foto Portada: Germán Corona

**APPS
DE CITAS:**

LIGAR, CONECTAR...
¿O APRENDER?
SWIPE, MATCH...
¿Y LUEGO QUÉ?



P. **24**

 CADENAIN

INFORME 96.1

LUNES A VIERNES
6:00 10:00 AM
96.1 FM

INFORME 90.7

LUNES A VIERNES
7:00 - 9:00 AM
90.7 FM

INFORME
UNA EN PUNTO

LUNES A VIERNES
1:00 - 2:00 PM
90.7 FM & 96.1 FM

DLN.
DESTROZANDO
LA NOTICIA

LUNES A VIERNES
9:00 10:00 AM
90.7 FM

LA INTENSA
90.7m

LA 96.1FM

LA VIDA ES CORTA, EL LIBRO ES LARGO.



Gabriela Elizaga
@100tosiete

¿Por qué decirle adiós a un libro está bien?

Leer no siempre es encontrar las mejores historias, o mejor dicho historias con las cuales conectamos de manera personal. En ocasiones los libros los elegimos por la portada, por la sinopsis de la contraportada, por una recomendación de algún familiar o amigo, porque vimos una reseña en redes sociales, porque el libro en cuestión está dentro de la lista de los más vendidos... pero al momento de empezar a leerlo no es lo que pensábamos. Entonces es cuando algunos nos cuestionamos... ¿sigo o lo abandono? Abandonar un libro puede llegar a ser la decisión más difícil pero también la mejor.

Elegir un libro a veces puede ser una tarea difícil, especialmente cuando nos encontramos entre un mar de opciones, ¿será que el libro que terminaste comprando fue el mejor, conectarás con la historia y los personajes? Eso sólo te lo puede responder el tiempo. Pero primero vamos al principio, ¿por qué leemos? Cuando tomamos la decisión de leer, sobre todo ficción, puede ser para darnos un respiro de la monotonía y la rutina de nuestro día a día. Para cerrar el día y que esto nos ayude a bajar los niveles de estrés, para desconectarnos de nuestras actividades, y sentir que el día se ha acabado. Para conocer autores o géneros diferentes. Para ayudarnos a dormir. En fin, puede haber un sin fin de razones por las que leemos, y cuando lo hacemos lo que más esperamos es que la historia que hemos elegido conecte con nosotros al igual que los personajes, que nos transporte a otro mundo y que nos haga reflexionar o nos deje con un mensaje. Leer es una actividad o un hábito que se disfruta, jamás una obligación.



Pero **¿qué pasa cuando el libro que elegimos no es lo que esperábamos?** A menos que sea un thriller, generalmente las primeras páginas de un libro pueden llegar a parecernos un poco aburridas, porque es cuando el autor nos presenta a los personajes, nos relata cómo es el lugar en donde se desarrollará la historia, establece conexiones, y nos plantea tal vez una situación, en ocasiones puede parecer cansado y es cuando vienen los juicios y se suele pensar que la elección no fue la correcta. **Lo que yo siempre aconsejo es darle al libro una oportunidad de 50 páginas, si llegado a este número, la historia sigue pareciendo floja o simplemente no es lo que esperabas, entonces es momento de hacerse la pregunta... ¿continúo o lo abandono?**

Muchas veces aunque algo en nuestro interior nos grite que la mejor decisión es abandonar, sentimos una lucha interna por no hacerlo. En la escuela nos enseñaron que abandonar es dejarse derrotar, es de perdedores, lo que se empieza se termina, entonces **¿cómo vamos a abandonar un libro?** Por otro lado, leer no es un pasatiempo o un hábito barato, los libros -especialmente los de formato físico- rondan entre los \$300 y los \$600 pesos, por lo que decidir abandonar un libro nos lleva a un sentimiento de “haber tirado el dinero a la basura”. También puede ser una cuestión de ego, **¿cómo no voy a terminar el libro?**, y nos contamos la historia con el pasar de las páginas, que la trama va a mejorar.

Forzarnos a leer un libro puede traernos más contras que pros, como por ejemplo llevarnos a un bloqueo lector, y ¿qué es eso? Hacer que nuestra mente se bloquee ocasionando que no queramos leer más. Estos bloqueos lectores suelen durar desde días hasta meses. Obligarnos a leer un libro puede también hacernos odiar un género o incluso un autor, aunque éste sea un muy buen autor, por lo que abandonar un libro puede no ser una mala decisión, pero obligarnos a leer sí.

Para poder tomar la decisión de si continuar o abandonar un libro hay que tener en mente a Julio Cortázar “He leído muchos libros insoportables, confiando siempre que en las últimas diez páginas encontraría algo que rescataría la totalidad de la obra... en la mayoría de los casos, cuando cincuenta páginas de un libro son malas, es difícil que el resto las salve”. Existe otra teoría en la que se sugiere al número 100 restarle tu edad, y el número resultante es la cantidad de páginas que deberás de leer para definir entonces si abandonar o continuar.

Las 50 páginas que menciona Julio Cortázar son porque es más o menos lo que en ocasiones le toma al autor darnos un panorama de los personajes, empezar a armar la trama y lograr entender un poco de qué irá la historia. Pero la teoría de las 100 páginas es porque se dice que entre más grandes, menos tiempo de vida no queda para leer, por lo que no podemos “desperdiciarlo” en historias con las que no conectamos, y dejar pasar libros maravillosos.

Ahora, no sólo yo sino varios lectores tenemos la fiel creencia de que los libros llegan en un momento adecuado, ya sea para dejarnos un mensaje, una enseñanza, o porque la historia que está entre nuestras manos nos podrá salvar. Si un libro no está haciendo esa conexión con nosotros puede ser porque no llegó a nues-

tras manos en el momento adecuado, ya sea por la situación de vida que nos encontramos atravesando, porque el ánimo en el que estamos no es el correcto para recibir ese tipo de mensaje. Cualquiera que sea la situación, ¿por qué no poner en pausa el libro para darle una oportunidad más adelante? Ya sea unos meses o incluso unos años después, y entonces si sigue sin haber esa conexión, entonces ya se puede tomar la decisión de deshacerse del libro. Esto lo hablo de la experiencia. Mi hermana me prestó un libro que para ella fue una gran historia, yo tuve que darle 3 oportunidades y fue hasta entonces que pude confirmar que sí era una gran historia.

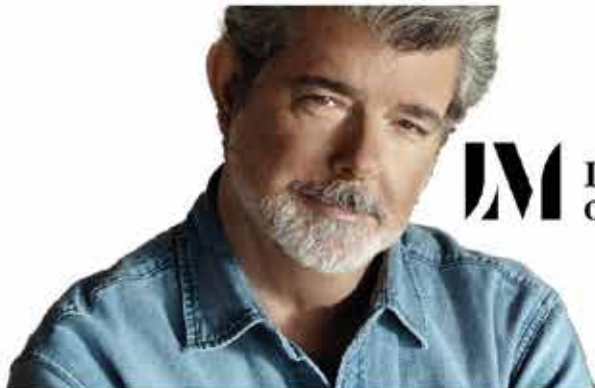
Cuando uno abandona un libro no significa que ha terminado su historia, esos libros abandonados siempre pueden ser la felicidad de alguien más, como por ejemplo si los donamos a alguna escuela o biblioteca, también existen lugares en donde dejas un libro y puedes llevarte otro a cambio, y hasta organizar dinámicas de intercambio de libros entre amigos es una forma de darle una segunda oportunidad a un libro que no leerás.

Cuando me ha tocado hacerme la pregunta de abandonar o seguir con un libro, no ha sido fácil y a veces me ha tocado dejar un libro, para elegir otro que he terminado abandonando también, y así un tercero o un cuarto; pero estoy convencida de que es porque no era el momento de leerlo, y que así llegaré al indicado; y entonces tengo ya una librería en mi casa de libros que dejé a la mitad porque puede que haya llegado el momento de que ese libro me traiga la felicidad que estoy buscando entre sus páginas.

“Si un libro les aburre, déjenlo. No lo lean porque es famoso, no lo lean porque es moderno, no lo lean porque es antiguo. Si un libro es tedioso para ustedes, déjenlo... la lectura debe ser una de las formas de la felicidad y no se puede obligar a nadie a ser feliz”.
Jorge Luis Borges



¡Felices lecturas!



**Lucas Museum
of Narrative Art**

Star Wars: Un Museo de Arte Narrativo de Mil Millones de Dólares en Los Ángeles

Por, Miguel Ángel Pérez Merchant

La mejor de las noticias para el fandom global, es la materialización del "Lucas Museum of Narrative Art" dedicado a "Star Wars" tras once años de trabajo duro y, en especial, al Universo de George Lucas, el personaje creativo del Universo cinematográfico intergaláctico más famoso del mundo. Abrió sus puertas al público el 22 de septiembre de 2026.

Este proyecto de Mil Millones de dólares, es la materialización de la visión del cineasta George Lucas (creador de Star Wars e Indiana Jones) y su esposa, la empresaria Melody Hobson, para crear un museo dedicado exclusivamente al arte narrativo.

Se ubica en el Exposition Park, Los Angeles, California, EE. UU. y el museo está dedicado a todas las formas de narración visual que cuentan historias, trascendiendo las fronteras tradicionales del arte. Esto incluye pintura, fotografía, escultura, ilustración, arte de cómics (cómic, manga), medios digitales y artefactos cinematográficos.

George Lucas dijo recientemente en la Comic Con de Los Angeles sobre el proyecto, aún en fase de construcción: que este es un "museo del arte del pueblo", buscando dignificar y celebrar el arte que comunica historias y moldea la memoria colectiva, como los cómics y la ilustración de ciencia ficción, que a menudo son excluidos de los museos de bellas artes tradicionales.

El creador de Star Wars, George Lucas, agregó que este trabajo representa un homenaje a los artistas locales, "he trabajado con cientos de ilustradores a lo largo de mi vida, y todos son brillantes, todos son geniales pero no se les reconoce nada. Así que esto es una especie de templo al arte popular" dijo ante la prensa recientemente comentó.



¿Cómo está construido el Museo de Lucas de "Star Wars" en California?

El edificio fue diseñado por el arquitecto chino Ma Yansong de MAD Architects. Su estructura futurista y curva, a menudo comparada con una "nave espacial" o una formación rocosa, se erige en el parque con más de 27,000 metros cuadrados de espacio.

Ma Yansong es el arquitecto detrás del diseño del Museo de Lucas y ha trabajado desde hace 11 años en el diseño que hoy toma forma de una pieza de museo intergaláctico de alto perfil, que dijo cuando lo diseñaba, "será como una atracción con sus parques públicos, junto a los otros rascacielos".



Ma Yansong Arquitecto

Raúl Colón será uno de los ilustradores que estarán dentro del Museo con su arte, al respecto dijo sobre la importancia de su talento, "siempre me ha influenciado todo lo visual, todo influye como veo el mundo", y agregó sobre la oportunidad de que las personas vean una ilustración suya, "pero cuando miras una imagen estática, tienes que sentarte, y verla todo, y analizarlo", reflexionó.

¿Qué podremos ver en el Museo de Lucas de Star Wars?

La colección permanente del museo, que se estima en más de 40,000 obras, es una mezcla única de arte tradicional y cultura popular. Incluirá:

Ilustración y Cómics: Obras de artistas como Norman Rockwell, Winsor McCay, Jack Kirby y bocetos originales de Peanuts.

Arte de Producción: Una vasta colección de arte conceptual, storyboards, y maquetas de la historia del cine, incluyendo...

Continúa leyendo
esta nota en nuestro
portal...



entremedios.tv

LOS 4 ACUERDOS DE LA SEXUALIDAD:

una guía para vivirla con conciencia y respeto



Lic. Judith Slim Rangel
Psicóloga

Hablar de sexualidad no es solo hablar de sexo. Es hablar de intimidad, de cuerpo, de emociones, de límites, de placer, de respeto y de conexión. En una época donde la información está en todas partes, muchas veces lo que falta no es conocimiento, sino acuerdos claros que funcionen como guía ética y de cuidado.

Estos cuatro principios son esenciales en cualquier relación íntima:

✓ No hago cosas dentro de una relación sexual que me puedan dañar.

✓ La sexualidad no se vive desde el sacrificio, culpa o miedo.

✓ Una relación sexual saludable implica bienestar físico y emocional, esto quiere decir que no deberías sentirte incómodo o lastimado para complacer al otro.

✓ Cuidarte es un acto de amor propio

✓ “No” es “no” en cualquier momento de la relación

El consentimiento no es permanente, aunque al inicio sea un sí es posible decir ya no en cualquier momento del acto sexual, decir no es un derecho y respetar un no es una obligación.

En una relación sexual sana el respeto esta por encima del deseo sexual.

Las Relaciones Sexuales deben ser Consensuadas

El acto sexual es sano cuando los participantes están de acuerdo de forma libre, clara y consistente, esto quiere decir que participan sintiéndose cómodos, seguros, sin estar amenazados y se expresan sin miedo.

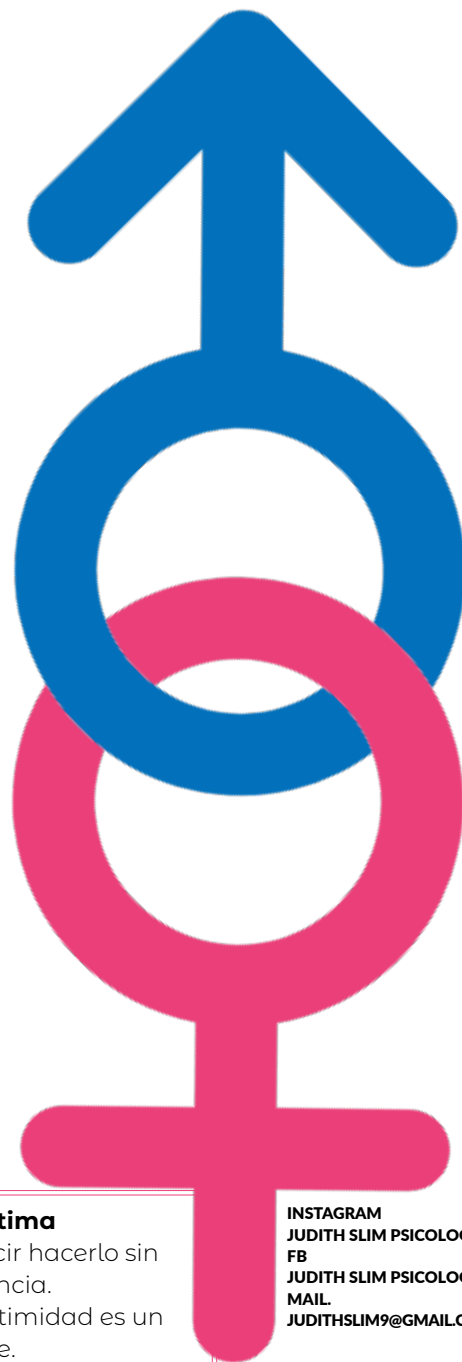
Sin consentimiento no hay relación, hay abuso.

Las Relaciones Sexuales no dañan a Terceros

Esto quiere decir que por ningún motivo se involucra a quienes no pueden dar su consentimiento o son vulnerables. Incluye de forma absoluta a niños y menores de edad, personas incapaces de decidir de forma libre, adultos mayores o vulnerables, personas enfermas y animales.

La sexualidad sana jamás lastima

Vivir una sexualidad plena no quiere decir hacerlo sin límites, sino hacerlo con conciencia. Cuando estos acuerdos se cumplen la intimidad es un lugar seguro, humano y libre.



INSTAGRAM
JUDITH SLIM PSICOLOGA
FB
JUDITH SLIM PSICOLOGA
MAIL.
JUDITHSLIM9@GMAIL.COM



—PLATILLOS

CUATRO SIGLOS DE TRADICIÓN

La gastronomía de Puebla es una historia que se cuenta a fuego lento; el encuentro entre Mesoamérica y el Viejo Mundo dio origen a sabores únicos y entrañables. Desde el moli ancestral, base del Mole Poblano —espesito, dulcecito y picosito—, hasta el emblemático Chile en Nogada, elaborado con frutos del tiempo y envuelto en tradición, cada platillo refleja el mestizaje cultural, la creatividad local y el cuidado por el equilibrio del sabor. Nacida en una ciudad pensada para el florecimiento de las artes y el humanismo, la cocina poblana se consolidó como un legado vivo que, desde el siglo XIX, ha mostrado al mundo su grandeza culinaria, convirtiendo al Mole Poblano y a los Chiles en Nogada en símbolos universales de identidad, historia y celebración.

MARZO/ABRIL



En los meses de marzo y abril llega a los mercados el huauzontle, la hierba adorada por los precolombinos y cuya semilla se llama amaranto. Los huauzontles bien limpios se rellenan de queso fresco de cabra y se capean para meterlos en un caldillo de jitomate con la más clara influencia del mole prehispánico. Los llamados Escamoles, que son huevos de hormiga, llegan también a los hogares y abundan en los restaurantes. En la cuaresma, los chiles jalapeños, introducidos desde Veracruz, se les llama cuaresmeños: las cocineras poblanas los adoptaron para rellenarlos con sardinas, queso añejo, frijoles y cualquier pescado en escabeche. También de vigilia es el consumo de los romeritos, especie de quelites, en mole o pipián acompañados con tortitas de camarón seco.

CALENDARIO GASTRONÓMICO

DE LA CIUDAD DE PUEBLA

POBLANOS —

MAYO

En mayo, como consecuencia de las primeras lluvias, nacen los gusanos de maguey, cada vez más escasos. Antes se comían asados y envueltos en tortilla con un poco de salsa y guacamole, hoy, la cultura de «freír» los lleva a la sartén con aceite.



Puebla
GOBIERNO DE LA CIUDAD

SECRETARÍA DE
ECONOMÍA
Y TURISMO

PUEBLA
IMAGINA MÁS

**LA CAPITAL
IMPARABLE**



Vania Sharid
https://www.instagram.com/vaniatomeg?utm_source=qr

UN PUNTO

La famosa caja de Pandora. Todas y todos tenemos una, o al menos sabemos de su existencia. Es ese lugar donde guardamos nuestros secretos más oscuros, inseguridades y heridas del pasado; aquello de lo que nadie habla: lo prohibido, los miedos, los fracasos. Todo eso que nos hace humanos. Pero también es ahí donde habita la esperanza, como símbolo de resiliencia frente a la adversidad.

En estas líneas, movida por la curiosidad, estoy a punto de abrir mi propia caja de Pandora. Para mí, siempre ha sido el corazón. Un órgano que, durante casi 27 años sobre la tierra, lo ha experimentado todo: ha estado blindado, roto, latiendo con fuerza, paralizado, aplastado, incrédulo, vulnerable o incluso sin oxígeno... pero siempre resiliente.

Lo que estás a punto de leer nace de un punto y aparte. De todo lo que sentí y no supe explicar; de los silencios que se llenaron de incertidumbre; de eso que le pedí a una estrella fugaz la noche de mi cumpleaños; de emociones y pensamientos que nunca encontraron un lugar; de lo que quise, decreté y aún no termino de comprender. En estos escritos, cada letra convive entre el amor y el caos, donde ni siquiera las lágrimas lograron ser contención.

Por eso, este espacio es un refugio y también un cierre. Un lugar donde hoy las palabras cobran un sentido distinto: a veces se traducen en nostalgia, otras en recuerdos, y muchas más en el acto de soltar.

Tener un buen corazón no debería sentirse como una maldición. Quienes sabemos amar bonito solemos dar de más, confiar de más. Durante mucho tiempo me costó entender que eso no es sinónimo de debilidad. Es simplemente que el amor fluye de nosotras y nosotros de forma natural. Porque cuando cuidamos, cuidamos de verdad; porque no sabemos amar a medias ni entregarnos sin el corazón completo.

Por eso nos quedamos más tiempo del que deberíamos, damos más de una oportunidad, incluso cuando muy dentro sabemos que algo ya está hecho pedazos. Y sí, muchas veces somos quienes terminamos más heridos, no de golpe, sino poco a poco, en esas partes que nadie ve, hasta que desaparecemos.

No podemos salvar todo lo que amamos. Aceptarlo duele profundamente, porque a veces intentamos amar hasta rescatar. Te quedas, confías, entregas tu tiempo, tu fe, tu pecho; te vuelves refugio, soporte, hogar, mientras tú misma te vas perdiendo. Sin darte cuenta, aprendes a convivir con el dolor y a llamar "amor" a aquello que ya te estaba apagando.

No puedes rescatar a alguien que no quiere cambiar. Nunca fuiste su prioridad, solo una opción. Y cuando por fin lo entiendes, algo queda claro: no todo lo que amas está destinado a ser salvado por ti, y a veces el acto más honesto de amor no es quedarse, sino irse en silencio.

Tener un buen corazón no te protege del dolor. Te vuelve más sensible, más consciente, más expuesta. Y sentir así, aunque duela, es un privilegio. Hoy confío en que el corazón no busca respuestas inmediatas, sino sinceras; respuestas que traigan alivio, reconciliación y valentía. Porque no todo tiene que ser perfecto para ser real: a veces simplemente es.

Y hoy, si estás leyendo esto —sí, tú, que necesitabas leerlo— recuerda:

Nadie, absolutamente nadie, tiene derecho a hacerte sentir menos. No puedes perder tu vida convenciendo a alguien de tu valor para que se quede a tu lado, como si el amor o el respeto se mendigarán. Si tienes que insistir para que alguien vea quién eres, quizá el problema no esté en ti, sino en los ojos que intentas abrir.

Nos empeñamos en entenderlo todo de inmediato. Queremos respuestas rápidas que expliquen el dolor, razones que justifiquen lo vivido, lecciones listas para aprender. Y olvidamos que hay cosas que solo cobran sentido con el tiempo. Algunas respuestas llegan cuando dejamos de buscarlas; algunas heridas encuentran su propósito solo cuando ya hemos sanado.

Seguir adelante no siempre es un acto heroico. No siempre implica grandes decisiones ni gestos extraordinarios. A veces es simplemente poner un pie frente al otro, un paso a la vez. Porque cada paso cuenta, y cuando menos lo esperes, mirarás atrás y te darás cuenta de que saliste de la tormenta.

Estos últimos párrafos quiero dedicárselos a mi difícil. A ese hombre que llamaré mi eterno amor. Ese amor que llegó sin planearse, sin aviso, sin pedir permiso. El que sacudió mi corazón necio, berrinchudo, exigente, intenso y complicado.

Las circunstancias no fueron fáciles para ninguno de los dos. Nuestras virtudes y nuestros demonios fueron, quizá, la forma más honesta de sostener nuestra historia. Juntos enfrentamos obstáculos como si fueran dragones imponentes, sin importar cuán grandes parecieran. Jamás olvides que siempre hubo alguien que te amó con un corazón que sabe amar bonito, que se entregó a manos llenas solo siendo genuino y transparente. Gracias por lo que vivimos, por lo que aprendimos y por todo lo que resistimos. Gracias por hacerme creer en el amor real. En su momento, la vida a tu lado fue verdaderamente maravillosa.

Querido lector, recuerda que amar bonito no te hace ingenua, te hace profunda y es quizá eso, lo que te hace ser mágica. Este punto y aparte, es ese cierre, esa parte que te da las armas para seguir escribiendo tu historia desde otro lugar dejando atrás a quienes se deben de quedar ahí, habrá quien quiera y esté dispuesta o dispuesto a seguir avanzando contigo.

Elige tu difícil.

Y A PARTE



BEST BRUNCH IN TOWN!

**Gran re-opening
feb '26**

**Teziutlan Sur 45
Plaza ALAPAZ Col. La Paz**

Consulta el menú completo @uri.pue



PEORES LUGAR

para una primera

La primera cita es un terreno delicado: expectativas, nervios y la ilusión de conectar con alguien nuevo. Aunque no existe una fórmula infalible, el lugar elegido puede jugar a favor... o en contra. Hay espacios que, lejos de propiciar una conversación fluida y una experiencia agradable, suelen generar incomodidad, distracciones o tensión innecesaria. Estos son algunos de los peores lugares para una primera cita y las razones por las que conviene evitarlos.

EL CINE

Aunque es un clásico, la realidad es que durante casi dos horas no hay interacción. La falta de conversación impide conocerse y, al final, todo se reduce a comentar la película. Para una primera cita, el silencio prolongado no ayuda a crear conexión.

GIMNASIOS O ACTIVIDADES FÍSICAS INTENSAS

El sudor, el cansancio y la concentración en el ejercicio no favorecen el diálogo ni la comodidad. Además, pueden generar inseguridad o presión por la imagen. Compartir actividad física está bien, pero no como primer acercamiento.

FIESTAS O REUNIONES FAMILIARES

Incluir a terceros en una primera cita suele dispersar la atención. La falta de privacidad, las conversaciones cruzadas y la presión social dificultan que ambos se centren en conocerse realmente.

RESTAURANTES DEMASIADO CAROS O FORMALES

Lejos de impresionar, estos lugares pueden provocar tensión: desde el miedo a la cuenta hasta la sensación de estar en un entorno rígido. Una primera cita necesita naturalidad, no solemnidad.

CENTROS COMERCIALES SIN UN PLAN DEFINIDO

“Solo caminar” entre tiendas suele volverse monótono y sin dirección. La experiencia pierde intención y la conversación se diluye entre escaparates y distracciones constantes.

CONCIERTOS O LUGARES MUY RUIDOSOS

Cuando hay que gritar para escucharse, la comunicación se rompe. El ruido excesivo limita el intercambio emocional y hace difícil crear un ambiente cercano.

PARQUES DE DIVERSIONES

Aunque divertidos, el exceso de adrenalina, filas largas y cansancio físico terminan robando espacio al diálogo. Son mejores para cuando ya existe confianza.



Una primera cita no se trata de impresionar, sino de conectar. Elegir un lugar tranquilo, cómodo y propicio para la conversación puede marcar la diferencia entre una experiencia forzada y una que fluya con naturalidad. A veces, menos ruido, menos presión y más autenticidad son la mejor invitación para que algo nuevo comience.



Foto: Pinterest

¿ENTONCES, QUÉ SÍ FUNCIONA?

Aunque la lista de evitados puede parecer larga, la clave está en optar por lugares que faciliten la conversación, ambiente relajado y una experiencia compartida sin distracciones extremas.

Algunas alternativas suelen ser: cafés tranquilos, heladerías, paseos ligeros en zonas culturales, galerías de arte o actividades ligeras donde el foco esté en platicar, reír y descubrir afinidades.



AETERNITAS
M E M O R I A L

¿Qué hacer cuando trasciende un ser querido?

Por Aeternitas Memorial Puebla

La muerte suele llegar sin aviso. En medio del dolor, la confusión y el impacto emocional, es común no saber qué hacer ni a quién acudir.

En esos primeros momentos, mantener la calma y contar con acompañamiento puede marcar una gran diferencia.

1. Respira y date un momento

Antes de tomar cualquier decisión, es importante pausar y respirar. Un ejercicio sencillo puede ayudar a disminuir el impacto inicial:

- Inhala profundamente por la nariz contando hasta 4.
- Sostén el aire 4 segundos.
- Exhala lentamente por la boca contando hasta 6.
- Repite este ciclo 3 o 4 veces.
- Este pequeño acto no elimina el dolor, pero sí ayuda a ordenar la mente para poder actuar.

2. Acude a una funeraria seria y bien establecida

Uno de los primeros pasos es contactar una funeraria reconocida, formal y con experiencia.

No todas las situaciones son iguales, y es fundamental identificar correctamente el tipo de fallecimiento (natural, hospitalario, accidental, entre otros), ya que de ello depende la rapidez y correcta gestión de los trámites.

Una funeraria profesional se encargará de:

- Orientarte desde el primer contacto.
- Explicarte claramente los pasos a seguir.
- Evitar errores que retrasen procesos en momentos tan sensibles.

3. Documentos que se suelen requerir

Tener a la mano cierta documentación puede agilizar mucho los trámites. Generalmente se solicita:

- INE del fallecido
- Acta de nacimiento
- CURP reciente
- Comprobante de domicilio
- Acta de matrimonio (en caso de serlo)

No siempre se cuenta con todo en ese momento, y es completamente comprensible. Un buen equipo funerario te ayudará a identificar qué es indispensable y qué puede gestionarse posteriormente.

4. No estás solo: el acompañamiento es parte del servicio

Una funeraria profesional no solo se encarga de lo operativo. También ofrece acompañamiento humano y digno durante todo el proceso.

En Aeternitas, nos encargamos de:

- La tramitación del acta de defunción.
- La coordinación de misas o ceremonias.
- El arreglo floral y los detalles de despedida.
- El acompañamiento respetuoso a la familia en cada decisión.

Todo se realiza con profundo respeto, sensibilidad y humanidad, entendiendo que cada despedida es única.

5. Permítete sentir

No existe una forma correcta de vivir una pérdida.

El llanto, el silencio, la confusión o incluso la calma son respuestas naturales. Permítete sentir y apóyate en quienes están para acompañarte.

Un mensaje final

Cuando trasciende alguien que amamos, lo más importante es saber que no tienes que hacerlo todo solo. Rodearte de personas y profesionales que sepan acompañarte con respeto, claridad y calidez puede aliviar una parte del peso en uno de los momentos más difíciles de la vida.

En Aeternitas estamos para acompañarte, cuidarte y honrar cada historia con la dignidad que merece.

- Sandra Herrada



📍 Av. de la Luna #4017
Reserva Territorial Atlixcáyotl

Atención inmediata y
acompañamiento 24/7 ☎ 222 115 5151
Conmutador ☎ 222 227 27 54

aeternitas.mx

AMOR.

Durante años nos han vendido una idea poderosa, casi sagrada: el amor verdadero no pone condiciones.

La frase suena noble, elevada, incuestionable. Pero también peligrosa.

Hablar de amor incondicional se ha convertido en una especie de mandato moral. Amar sin límites, sin reclamos, sin medida. Amar aunque duela. Amar aunque lastime. Amar incluso cuando nos borramos a nosotros mismos.

Y es ahí donde vale la pena detenernos y preguntar, sin romanticismos:

¿Todo amor debe ser incondicional?

¿O hemos confundido amor con sacrificio, lealtad ciega o miedo a perder?

EL ORIGEN DE LA IDEA

El concepto de amor incondicional tiene raíces profundas en la espiritualidad, la religión y la psicología humanista. Se asocia con un amor que no depende del comportamiento del otro, que no exige nada a cambio y que permanece incluso ante el error.

En teoría, es el amor más puro.

Pero el problema no está en el concepto, sino en cómo y dónde lo aplicamos.

No todos los vínculos funcionan bajo las mismas reglas. No todos los amores tienen la misma naturaleza, ni deberían cargar con el mismo peso.

CUANDO EL AMOR SE VUELVE EXCUSA

En la práctica cotidiana, el “amor incondicional” suele usarse para justificar lo injustificable:

- ✗ Permanecer en relaciones donde hay abuso emocional o físico.
- ✗ Tolerar faltas de respeto constantes.
- ✗ Normalizar el abandono, la indiferencia o la manipulación.
- ✗ Callar, ceder, aguantar...por amor.

Aquí surge una verdad incómoda: el amor sin límites, cuando se aplica mal, deja de ser amor y se convierte en autoabandono.

Amar no debería implicar dejar de existir.

AMOR DE PAREJA: DONDE LAS CONDICIONES SÍ IMPORTAN

El amor de pareja no es, ni debería ser, incondicional.

Es un acuerdo entre adultos conscientes. Un vínculo elegido, no impuesto. Y todo acuerdo tiene límites.

En una relación sana hay condiciones claras, aunque no siempre se nombren: respeto, honestidad, cuidado, reciprocidad. Cuando esas bases se rompen de forma constante, el amor no tiene por qué sostenerlo todo.

Amar a tu pareja no significa tolerar humillaciones, infidelidades, violencia o desprecio.

¿INCONDICIONAL?

Eso no es amor incondicional, es miedo a soltar, dependencia emocional o una idea distorsionada del compromiso.

El amor de pareja se cuida, pero también se retira cuando deja de ser digno.

AMOR A LOS HIJOS: EL VÍNCULO MÁS CERCANO A LO INCONDICIONAL

Aquí el terreno cambia.

El amor hacia los hijos sí se acerca, por naturaleza, a lo incondicional. No porque los hijos “lo merezcan” siempre, sino porque el rol parental implica responsabilidad, guía y presencia incluso en el error.

Sin embargo, amar incondicionalmente a un hijo no significa justificarlo todo.

Poner límites también es amor. Corregir también es amor. Decir no, sostener consecuencias y educar con firmeza no contradice el amor, lo fortalece.

El verdadero amor incondicional no sobreprotege, no anula, no incapacita.

Acompaña, incluso cuando incomoda.

FAMILIA CERCANA: ¿LA SANGRE OBLIGA?

“Es tu familia” suele ser la frase que clausura cualquier intento de poner límites.

Pero compartir apellido no garantiza vínculos sanos.

El amor familiar muchas veces se da por hecho, no se construye. Y ahí surgen dinámicas tóxicas normalizadas: control, culpa, chantaje emocional, silencios prolongados, exigencias disfrazadas de preocupación.

Amar a la familia no debería implicar permitir abusos emocionales ni vivir en constante deuda afectiva.

Incluso en la familia, el respeto no debería ser opcional.

Poner distancia también puede ser un acto de amor propio. Y el amor propio no es egoísmo: es límite.

Entonces... ¿existe el amor incondicional?

Sí, pero no como nos lo han contado.

El amor incondicional no es aguantar todo, no es traicionarte para sostener a otros, no es quedarte donde te rompes.

El amor más honesto —y más difícil— es aquel que sabe amar sin perderse, cuidar sin anularse y soltar cuando es necesario.

Tal vez la verdadera pregunta no sea si el amor debe ser incondicional, sino esta:

¿Desde dónde estamos amando: desde la conciencia o desde el miedo?

Porque el amor que nace del miedo nunca libera.

Y el amor que no libera, tarde o temprano, deja de ser amor.

club
alpha

**ENTRENA EN EL CLUB
MÁS COMPLETO DE PUEBLA**

CLUB ALPHA 2

📍 Blvd. Capitán Carlos Camacho
Espíritu 903, Prados Agua Azul, Pue.
☎ 221 101 9889

**UNA MEMBRESÍA
DOBLE BENEFICIO**

CLUB ALPHA 3

📍 Blvd. Xonaca, Humboldt 3601, Pue.
☎ 221 100 0428

El antojo también enamora:

COCINA PARA
ENCENDER
EL 14 DE FEBRERO

Aunque realmente para mí, todos los días son una excelente oportunidad para celebrar el amor y la amistad, febrero llega con flores, promesas y esa prisa por “hacer algo especial”. Pero si vamos a celebrar el amor o el gusto por la buena compañía, que sea alrededor de una mesa bien puesta. La comida afrodisíaca no promete hazañas imposibles: propone activar los sentidos, crear ambiente y darle ritmo a la velada. Comer también es un lenguaje: dice “aquí estoy”, sin discursos largos.

Hay ingredientes que juegan a favor del antojo. El chocolate oscuro, intenso y persistente, eleva el ánimo y pide pausa. Las fresas, rojas y jugosas, despiertan el paladar con su acidez coqueta. Las ostras, con su ritual lento, invitan a comer sin prisas. La miel seduce por aroma y dulzor; la canela y el chile calientan la conversación y la circulación. No es magia: es química, textura y contexto, el arte de provocar sin forzar.

El secreto no está en el ingrediente aislado, sino en la experiencia: luz tenue, música que acompañe, porciones que reconforten sin noquear y tiempos bien marcados para que la charla respire. Una entrada ligera para abrir el apetito, un plato fuerte amable y un cierre con chocolate o frutos rojos bastan para dejar huella.

Cocinar (o elegir bien) es una forma de decir “me importas”. Este 14 de febrero, más que buscar el truco perfecto, apuesta por compartir la mesa sin prisas. A veces, el deseo empieza justo ahí.

Los veo en la próxima...



Daniel Vargas/ www.instagram.com/vargasverde.daniel/



¿Casarse o vivir juntos?

Decidir en pareja, decidir con conciencia, pero también es una elección personal.

La elección entre casarse o vivir juntos no tiene una respuesta universal. Cada relación es única, y lo que funciona para una pareja puede no ser ideal para otra.

En un contexto donde las formas de amar y compartir la vida se han diversificado, las parejas enfrentan una decisión que va más allá de lo tradicional. Casarse y convivir son hoy opciones válidas, siempre que estén sostenidas por acuerdos claros, comunicación honesta y objetivos compartidos.

LA CONVIVENCIA: COMPARTIR LA VIDA DIARIA

Vivir juntos permite conocer a la pareja en lo cotidiano: hábitos, rutinas, formas de resolver diferencias y manejo de responsabilidades. Para muchas personas, esta etapa funciona como un espacio de aprendizaje y ajuste mutuo. Sin embargo, especialistas señalan que la convivencia es más sana cuando se elige de manera consciente y no como una decisión automática.



La claridad y el autoconocimiento es fundamental. Definir expectativas y hablar sobre el rumbo de la relación evita confusiones y fortalece el vínculo, independientemente de si la convivencia es una etapa previa al matrimonio o una elección a largo plazo.

EL MATRIMONIO: COMPROMISO Y ESTRUCTURA

Casarse sigue siendo, para muchas personas, una expresión profunda de compromiso y una decisión que brinda estructura a la vida en pareja. Más allá del aspecto simbólico o emocional, el matrimonio ofrece beneficios legales y sociales que pueden resultar importantes, especialmente en temas como patrimonio, herencia, toma de decisiones médicas o protección económica.

A nivel emocional, el matrimonio puede representar estabilidad y certeza. No obstante, los expertos coinciden en que el éxito de una relación no depende del estado civil, sino de la calidad de la comunicación, la compatibilidad de valores y la capacidad de construir acuerdos sólidos.

En cualquier caso reflexionar en pareja es clave antes de dar cualquier paso.

EVALUAR EXPECTATIVAS Y OBJETIVOS

Hablar abiertamente sobre qué significa el compromiso, la convivencia y el matrimonio para cada persona. Definir si vivir juntos es una etapa, una prueba o un acuerdo sin plazos establecidos.



CONVERSAR SOBRE FINANZAS

Acordar cómo se manejarán ingresos, gastos y ahorros. La transparencia financiera fortalece la confianza y previene conflictos futuros.

CONSIDERAR ASESORAMIENTO

La consejería de pareja o la terapia prematrimonial puede ayudar a identificar áreas de mejora y reforzar la comunicación.

PARA CONVIVIR

Establecer acuerdos claros sobre tareas, gastos, tiempos personales y convivencia con familiares. También es útil plantear una revisión futura del acuerdo.

Confirmar que existen bases sólidas: comunicación efectiva, valores compartidos y proyectos de vida alineados. En algunos casos, la asesoría legal puede ser un apoyo importante.

UNA ELECCIÓN PERSONAL

Casarse o vivir juntos no es una meta en sí misma, sino una elección que debe responder a la realidad y al momento de cada pareja. Cuando la decisión se toma desde la conciencia, el respeto y el diálogo, cualquier camino puede convertirse en una relación estable y significativa.



Lyon:

LA CAPITAL MUNDIAL DE LA GASTRONOMÍA



Alejandro Cañedo Priesca
@alecanedop

Una vez me pasó algo curioso. Una persona con la que trabajaba me dijo: “Tengo que viajar a León.” Yo entendí que se refería a León, México, y le pasé opciones de vuelos. Al verlos, me respondió extrañada: “¿Por qué son tan cortos?” Fue entonces cuando comprendí que hablaba de Lyon, Francia.

Así, con “y”, como se escribe en francés.



Fotos: Pinterest

Y es que hay varios “Leones” en el mundo: uno en México, otro en España, y este, en Francia, que tiene un sabor muy especial. Hoy vamos a hablar precisamente de Lyon, la ciudad que se proclama la capital mundial de la gastronomía, y con toda razón.

Lyon no es tan grande como París, pero tampoco tan pequeña como para pasar desapercibida. Tiene el tamaño perfecto para ser descubierta caminando, a orillas de sus dos ríos —el Ródano (Rhône) y el Saona (Saône)— que se encuentran en una península natural en el corazón de la ciudad. Esa mezcla de agua, historia y piedra le da un encanto especial, casi poético.

Su centro histórico, el Vieux Lyon, es un laberinto de callejones empedrados, patios escondidos y pasadizos secretos llamados traboules, que conectan una calle con otra atravesando los edificios. Caminar por ellos es como viajar en el tiempo: un atajo entre siglos, donde las fachadas parecen guardar historias de comerciantes, artesanos y familias que vivieron allí hace cientos de años.

Lyon fue conocida desde tiempos romanos como Lugdunum, y desde entonces ha sido un punto clave entre el norte y el sur de Europa. Está muy cerca de los Alpes, de Suiza y de Italia, lo que la convierte en un excelente punto de partida para explorar otras regiones. Pero créanme: no hay prisa por salir de Lyon.

Porque si algo distingue a esta ciudad es la comida. Aquí, la gastronomía no es sólo una actividad, es una forma de vida. Los lyonenses hablan de sus chefs como en otros países se habla de sus futbolistas o cantantes. Y entre todos, uno brilla con luz propia: Paul Bocuse, el gran embajador de la cocina francesa moderna. Su legado sigue vivo en los famosos bouchons lyonnais, pequeños restaurantes tradicionales donde se sirve comida local, abundante y deliciosa, siempre acompañada de vino de la región.

Cada rincón de Lyon parece rendir homenaje al buen comer. Desde los mercados llenos de quesos, panes y embutidos, hasta los restaurantes que combinan lo clásico con lo contemporáneo. Comer en Lyon es, literalmente, un viaje dentro del viaje.

Y si hay una fecha en la que esta ciudad se ilumina como nunca, es en diciembre, durante la Fête des Lumières, la Fiesta de las Luces, que se celebra cada año alrededor del 8 de diciembre, día de la Inmaculada Concepción. Todo comenzó en 1852, cuando los habitantes encendieron velas en sus ventanas para agradecer a la Virgen María por protegerlos de una epidemia. Con el tiempo, esa tradición se convirtió en un espectáculo de luz, música y arte que transforma toda la ciudad en una enorme galería al aire libre.

Lyon también vio nacer a Antoine de Saint-Exupéry, el autor de El Principito, ese libro que nos recuerda que “lo esencial es invisible a los ojos”. Y tal vez por eso, visitar Lyon es descubrir lo esencial: la belleza que no grita, los sabores que se quedan en el recuerdo, y las luces que iluminan más el alma que el camino.

Una ciudad de ríos, de sabores y de luces. Así es Lyon, la ciudad que compite con París, pero que no necesita ganar: basta visitarla para saber que, en su estilo discreto y elegante, ya tiene un brillo propio.

Viajemos juntos.

VIAJEMOS JUNTOS



El amor no se piensa primero, se siente. Se manifiesta en el cuerpo: en el pulso que se acelera, en el pecho que se contrae, en una presión suave que no siempre tiene palabras. Tal vez por eso, cuando intentamos representarlo, elegimos el corazón. No como órgano, sino como señal de una experiencia.

Desde una mirada simbólica, el corazón no se convirtió en la imagen del amor por una razón única ni definitiva. Su uso responde a una construcción cultural que se fue conformando con el tiempo, a partir de la observación del cuerpo, la experiencia emocional y la necesidad humana de traducir lo intangible en imágenes comprensibles.

Durante gran parte de la historia, el corazón fue entendido como el centro de la vida interior. En distintas culturas antiguas se le atribuyeron funciones que hoy asociamos con la mente: la memoria, la intención y la emoción. Esta relación no partía de un conocimiento científico, sino de una experiencia compartida: las emociones intensas parecían manifestarse físicamente en el pecho. El corazón se hacía perceptible cuando algo importante estaba ocurriendo.

Desde ese punto de vista, no resulta extraño que el amor —una de las experiencias humanas más complejas de definir— encontrara en el corazón un referente simbólico. No como una certeza, sino como una

forma de
señalar
dónde se
siente.

La forma gráfica del corazón es una figura estilizada que comenzó a consolidarse visualmente a partir de la Edad Media.

Su diseño sugiere unión y encuentro: dos curvas que convergen en un punto común. Más que describir el cuerpo, la imagen sintetiza la idea de vínculo y entrega.

El corazón

La representación
gráfica
del
amor





sentación

ca

or

El color ha reforzado este significado. **El rojo, asociado culturalmente con la sangre y la vitalidad, fortaleció la relación entre el corazón y la vida emocional.**

El rosa, como una variación más suave, se vinculó con el afecto, la cercanía y el cuidado. No se trata de códigos universales, sino de convenciones visuales que encontraron eco en la experiencia colectiva.

En la actualidad, el corazón sigue siendo uno de los símbolos más utilizados para expresar emociones. Su presencia constante en la comunicación cotidiana no nece-

sariamente lo vacía de sentido; más bien confirma su eficacia como signo capaz de condensar una experiencia compleja en una imagen simple.

En el arte contemporáneo, el corazón continúa reapareciendo como un elemento en constante resignificación. En el arte pop, suele dialogar con la cultura de masas, la repetición y la emotividad inmediata. En el arte mexicano, adquiere matices propios: aparece ligado a lo espiritual, lo popular y lo identitario. Desde los exvotos y corazones votivos hasta sus reinterpretaciones en la gráfica y el arte urbano, el símbolo se asocia con la memoria, la herida, la gratitud y la experiencia colectiva, más allá del amor romántico.

Desde el análisis simbólico, el corazón no explica qué es el amor ni busca definirlo. Funciona como una herramienta cultural que permite señalarlo y compartirlo. Tal vez por eso sigue vigente: no porque contenga una verdad absoluta, sino porque ofrece una imagen abierta donde cada persona puede reconocer algo de su propia experiencia.



PUEBLA CONSOLIDA

su posicionamiento
internacional con resultados
históricos en Fitur 2026

La entidad participó con una comitiva sin precedentes, fortaleció alianzas estratégicas y fue designada sede del Foro Internacional de Turismo Cultural.

Con un rotundo éxito, Puebla fortaleció su posicionamiento internacional, amplió la promoción del destino y consolidó alianzas estratégicas durante su participación en la **Feria Internacional de Turismo (FITUR) 2026**, afirmó el gobernador Alejandro Armenta.

Señaló que el gobierno estatal acerca los talentos poblanos como el ejemplo de las cocineras tradicionales o **los maestros mezcaleros que acudieron al FITUR** como parte de la comitiva de más de 60 integrantes, conformada por los 12 Pueblos Mágicos, municipios con vocación turística, Puebla capital, tour operadores, agencias de viajes, empre-



Gobierno de
México



PUEBLA
Gobierno del Estado
2024-2030

sarias y empresarios del sector, así como artesanas y productores, quienes fueron el eje central de la promoción del estado.

La secretaria de Desarrollo Turístico, Carla López-Malo Villalón, presentó los resultados de la participación de la entidad en FITUR 2026, donde Puebla promovió la gastronomía poblana como eje de identidad, la diversificación de productos turísticos y las rutas gastronómicas, culturales y comunitarias.

Como resultado, **se llevaron a cabo más de 450 reuniones de trabajo con operadores turísticos, agencias de viajes, aerolíneas y aliados estratégicos**, lo que derivó en la incorporación del estado en los catálogos de ocho operadores europeos para los años 2026 y 2027, **así como la proyección de 3 mil 500 viajeros españoles entre junio y septiembre de este año.**

En materia de promoción y **con el liderazgo del gobernador Alejandro Armenta, el estado desarrolló una campaña exterior en Madrid durante 17 días**, con un alcance superior a 1.8 millones de personas, más de 2.7 millones de visualizaciones y 42 mil interacciones digitales. Asimismo, **se firmaron acuerdos de intención con Grupo Despegar, Viajes El Corte Inglés, Expedia y Skål Internacional**, lo que permitirá la venta directa de rutas turísticas y la presencia del destino en **más de 430 puntos de promoción en Europa.**

Como parte de la agenda en Madrid, **López-Malo presentó el destino "Puebla, El Latido de México"** ante el mercado europeo y se realizó la **Cena Gala "Dos fuegos, dos técnicas, un mismo origen"**, encabezada por el chef poblano Ángel Vázquez y la cocinera tradicional Victoria Serrano, quien destacó que **llevar el mole poblano a España** permitió mostrar al mundo la riqueza, diversidad e identidad de la cocina poblana elaborada desde las comunidades.

En este mismo espacio, el productor mezcalero Raúl Persino subrayó que la participación en FITUR visibilizó al mezcal poblano como



parte del patrimonio cultural y productivo del estado, además de abrir oportunidades con importadores europeos y ferias especializadas internacionales.

En el ámbito del turismo comunitario, una experiencia originaria de Santiago Tepeixco, en el Pueblo Mágico de Zacatlán, fue seleccionada entre las nueve mejores iniciativas a nivel mundial en FITUR Next 2026, acción que consolida que **el gobierno estatal trabaja por ser referente en turismo sostenible y con impacto social.**

Como resultado del trabajo coordinado con **la Secretaría de Turismo federal y ONU Turismo, se anunció que el territorio estatal será sede del Foro Internacional de Turismo Cultural en octubre de 2026**, con la participación de representantes de más de 20 países, miembros afiliados



de ONU Turismo y la colaboración del estado de Tlaxcala.

Con estos resultados, **el Gobierno del Estado de Puebla, en coordinación con la presidenta Claudia Sheinbaum, refrenda su compromiso de impulsar un turismo con identidad, visión social y proyección internacional**, que genere bienestar y desarrollo para las comunidades poblanas.



MARK CARNEY: Llega un líder



Nadie lo esperaba, pero surgió. Y es que, en tiempos de crisis, los líderes aparecen y se consolidan. Tal fue el caso del primer ministro de Canadá, Mark Carney, quien el pasado fin de semana hizo un llamado – Foro Económico Mundial de Davos, Suiza- a las potencias intermedias para que dejaran de complacer a EE. UU.

Explicó Carney que el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, había creado una “ruptura” irrevocable del orden mundial. Abogó por volver a revitalizar las instituciones que defienden el derecho y el orden internacionales, y apostó fuertemente por dotar de musculatura real y eficacia comprobada a la ONU, la OEA, el FMI, la OMS, el Banco Mundial y un largo etcétera.

Se opuso frontalmente -como también los han hecho en los últimos días, potencias como Alemania, Francia, España...- a integrarse en la llamada Junta de Paz, organismo creado por el presidente Trump y que apunta a una sustitución clara de las funciones de la ONU. En ese club ya se han integrado, en los últimos días algunas dictaduras de varios continentes, así como algunos presidentes de gobiernos de ultraderecha, como por ejemplo el presidente argentino Javier Milei, el primer ministro húngaro, Viktor Orban, el primer ministro de Pakistán, Shehbaz Sharif, o el presidente de Paraguay, Santiago Peña.

De alguna manera, el valiente discurso del socialdemócrata Carney nos recordó -salvando las distancias- a aquella fluida oratoria de Winston Churchill quien, en los años 30, avisaba ya del peligro imperialista de la Alemania del Tercer Reich de Hitler.

¿Y por qué es relevante este discurso de Carney? En esencia, por dos razones muy claras.

La primera es que el presidente de Canadá podría liderar una vía alternativa a las autocracias de los gobiernos de Xi Jinping en China, Vladimir Putin en Rusia y el intento autoritario

de Donald Trump en Estados Unidos. Autocracias que juegan a repartirse el mundo, de forma imperialista, con Rusia ambicionando Europa del Este, China haciendo lo propio con todo el sudeste asiático, y Estados Unidos anhelando todo el continente americano (doctrina Monroe).

En la línea de lo que hicieron, en los años 60 del siglo XX, los Países No Alineados, liderados por la India del presidente Nehru, la Indonesia de Sukarto o el Egipto de Nasser, en el contexto de la Guerra Fría, buscando posiciones equidistantes del capitalismo de Estados Unidos y del comunismo de la extinta URSS.

Para ello Canadá sabe que debe de contar con los miembros de la Unión Europea, por ser estos países estados donde las democracias están consolidadas y la separación de poderes se respeta, en términos generales.

Y la segunda razón es que Mark Carney se atreve con este discurso en plenas negociaciones del tratado de libre comercio entre Estados Unidos, México y Canadá. El famoso T-MEC. Echarse de rival a su vecino del sur es algo muy notable.

Y otra pregunta que sin duda surge es ¿Qué va a hacer México? ¿Cómo va a reaccionar? ¿Se integrará en la Junta de Paz de Trump o seguirá la estela del reforzamiento de los organismos internacionales ya existentes que apuntó Carney.

Difícil papeleta sin duda para la presidenta Dra. Claudia Sheinbaum, en plena renegociación del T-MEC. El tiempo lo dirá.

Facebook: Oscar Tendero

IG: @oscar_tendero

X: @oscar_tendero

TikTok: oscar.tendero

Spotify: Claves del Mundo

- Oscar Tendero

YouTube: @ClavesdelMundo

CLAVES DEL MUNDO



Dr. Oscar Tendero
Catedrático de Historia y de
Geopolítica internacional.
Conferencista. Asesor.

INICIA EL AÑO

REGULARIZANDO

TUS ESTUDIOS

Centro  de día



¡INSCRÍBETE AHORA!

Sistema abierto en **educación básica primaria y secundaria**
Menores de 10 a 17 años

 **Lunes a viernes de 09:00 hrs - 16:00 hrs.**

 **14 "A" Sur #3912, Colonia Anzures**

 **(222) 214 00 00 ext. 223 y 229**

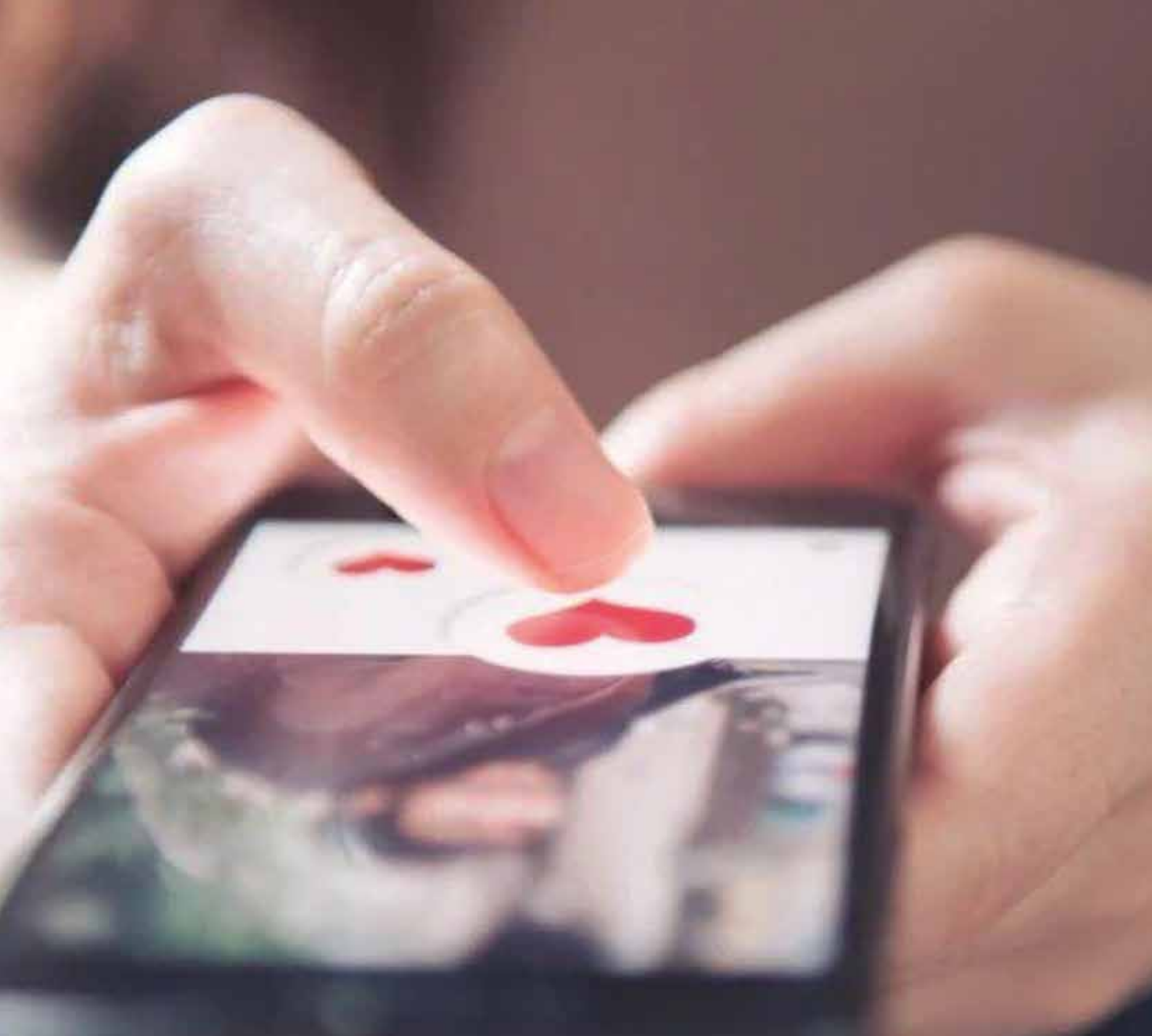
 @DifPueCapital

 @difpuecapital

 @SistemaMunicipalDIF

 dif.pueblacapital.gob.mx





El amor en versión app

ANTES EL AMOR TOCABA LA PUERTA.
HOY VIBRA EL CELULAR.

Las apps de citas dejaron de ser “algo raro” para convertirse en parte de la vida diaria. Un swipe puede llevarte a una cita increíble, a una conversación eterna... o a un ghosting épico. Así funciona el juego digital del amor: rápido, intenso y sin garantías.

Nota para quienes todavía creen que swipe es un paso de baile:

Swipe es simplemente deslizar el dedo en la pantalla.

👉 A la derecha: *sí me interesa*
👉 A la izquierda: *mejor no, gracias.*

Match pasa cuando ambos dicen “sí”. No es boda, es conversación habilitada.

Ghosting: cuando alguien desaparece sin avisar.

Ayer hablaban diario, hoy... silencio total. 🙊

No hubo pelea, no hubo explicación, solo ausencia.

Elige tu mood (y tu app)

No todas buscan lo mismo, y eso está bien:

📱 **Tinder** – Para conocer gente sin expectativas rígidas. Casual, divertido y sorpresivo.

💬 **Bumble** – Aquí las mujeres mandan. Más control, menos drama.

💖 **Hinge** – Para quienes dicen “ya no quiero perder el tiempo”.

🌍 **Happn** – Coincidencias reales convertidas en destino digital.



APPS DE CITAS:

LIGAR, CONECTAR...

¿O APRENDER?

SWIPE, MATCH...

¿Y LUEGO QUÉ?



 **Grindr / Her** – Espacios de identidad, comunidad y conexión. La app que eliges habla mucho de **en qué etapa emocional estás**.

Lo cool de ligar online

- ✓ Conoces personas fuera de tu burbuja
- ✓ Tú decides cuándo, cómo y con quién
- ✓ Menos nervios, más conversación
- ✓ Claridad desde el inicio (a veces)
- ✓ Te obliga a definir qué quieres

A veces no hay cita... pero sí aprendizaje.

Lo no tan cool

- ⊗ Ghosting sin aviso
- ⊗ Conversaciones que no llegan a nada
- ⊗ Demasiadas opciones, poca conexión
- ⊗ Idealizar perfiles irreales
- ⊗ Cansancio emocional

Spoiler: no todo match significa química.

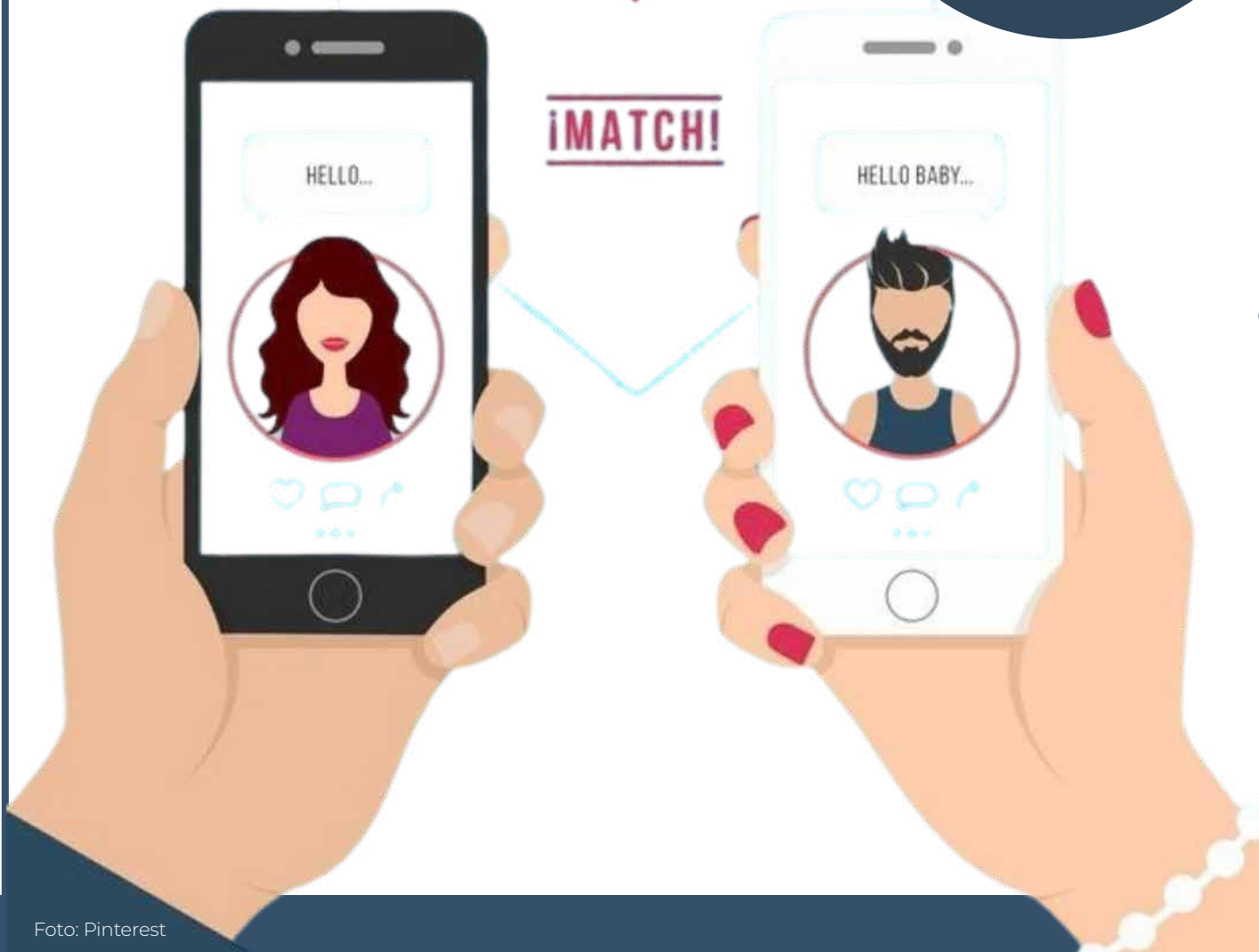
El perfil es el nuevo espejo

Una foto, una bio y unas cuantas frases intentan resumirte. **¿Auténtico o estratégico?** **¿Gracioso o misterioso?** En las apps no solo eliges a otros, también te eliges a ti.

La tendencia hoy apunta a perfiles más reales, menos poses, más verdad. Porque el algoritmo puede hacer match... pero la conexión se siente.



¡MATCH!





SISTEMA MUNICIPAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA
AYUNTAMIENTO 2024-2027

CONTIGO CONTINUAMOS
el **Cambio**
de **Rumbo**

1.^a FERIA DE ESPECIALIDADES MÉDICAS OFTALMOLOGÍA Y AUDIOMETRÍAS

Valoraciones Médicas

CUPO LIMITADO

*Personas adultas mayores
deberán presentarse
acompañadas de un familiar*

Informes

DEPARTAMENTO ESPECIALIZADO
PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD



222 296 6233



221 570 7909 (SOLO MENSAJES)



LUNES A VIERNES DE 9:00 A 15:00 HRS.

CUOTA DE RECUPERACIÓN
\$200 MXN



SÁBADO • 21 • FEBRERO



SISTEMA MUNICIPAL DIF
3 SUR 1520, SANTA MARÍA CUACO



PUEBLA

• EL LATIDO DE MÉXICO •

fortalece su
presencia
internacional en

(Fitur)

Alianzas,
promoción
turística y
proyección
global.

Resultados históricos posicionan a Puebla
como referente de turismo cultural
y comunitario a nivel internacional.

