

# Vivir Bien

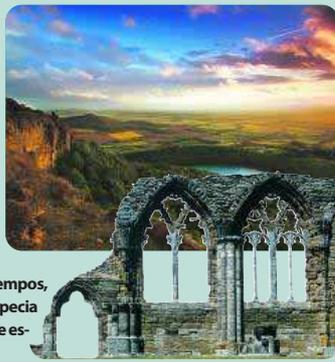
## Viajes

# Pequeñas escapadas para compartir con tu madre

Literatura, paisajes, balnearios... sorpréndela con algo mágico

### Yorkshire, como en los libros

Al noreste de Inglaterra se encuentra Yorkshire, uno de los mayores espacios verdes de toda Europa y que ha servido de telón de fondo para algunas de las historias más emocionantes de la literatura inglesa. Los Peninos, espina dorsal de Inglaterra, fue el lugar elegido por los protagonistas de *Cumbres Borrascosas* para vivir, alejados de todos, su apasionado amor; pasea por sus parajes y siéntete como parte de la novela en Salts Mill o Keighley & Worth Valley. La villa de Harrogate, en el centro del condado, se transformó en escondite secreto de la escritora Agatha Christie en 1926. Diez días bajo una identidad falsa en los que vivió en carne propia los misterios que rodean los personajes de sus propias obras. No te pierdas Harewood House. Un poco más al norte, en Whitby, junto a los acantilados, es donde el vampiro más famoso de todos los tiempos, Drácula, buscó refugio en su abadía para ocultarse durante su peripecia inglesa. Crescent Garden, Castle Howards y la abadía del pueblo te esperan para revivir la ficción. Más info: [www.yorkshire.com](http://www.yorkshire.com).



Unai García  
bien

### Aguas termales pirenaicas



Entre altas cumbres nevadas y valles angostos se extiende el departamento francés de los Altos Pirineos, un paraíso de montaña dedicado al cuidado de la salud en el que poder evadirte del estrés de la ciudad y disfrutar del descanso en plena naturaleza. Los seis centros de aguas termales con los que cuenta el departamento ofrecen desde masajes con aceites esenciales hasta cuidados orientales pasando por clases de *fitness* e incluso tratamientos con piedras calientes. El agua es la completa protagonista de esta escapada. *Jacuzzis*, camas de burbujas, cascadas, baños turcos y géiseres forman remansos de paz en los que escuchar lo que nos cuenta nuestro propio cuerpo. Además, este año, las estaciones termales han incorporado novedosas terapias como los masajes con plantas, las envolturas de chocolate y algas o los baños de nácar y cera. Lo mejor es que puedes contratar una ruta de más de un día en la que visitar varios de los centros termales y hospedarte en los más exquisitos hoteles de la zona. Más info: [www.pirineos-vacaciones.com](http://www.pirineos-vacaciones.com).

### Lisboa, la luz del Atlántico

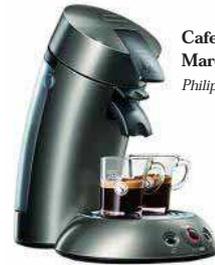
En la orilla norte de la desembocadura del Tajo se extiende una de las ciudades europeas con más encanto. Lisboa, famosa por su nítida luz atlántica, te ofrece infinidad de recorridos e itinerarios, ya sea caminando, en autobús o en tranvía, en los que descubrir cada callejuela, cada rincón y cada pequeña plaza. Con la plaza del Rossío como punto de partida, visita el Chiado y el Convento del Carmo subiendo por el ascensor de Santa Justa para después acabar en la rívera del río degustando una espetada de sardinas. No te olvides de visitar el barrio de Alfama, tradicional refugio de artistas y bohemios y donde los distintos miradores te regalarán paisajes difíciles de olvidar. Visita obligada es acercarse a Belén y pasear al borde del Tajo, donde se encuentra el famoso monumento a los conquistadores. Por la noche, el Barrio Alto es la mejor opción. Infinidad de restaurantes, bares y pubs se arremolinan en las estrechas calles donde acabar el día tomando una caipirinha es el mejor plan. Más info: [www.visitlisboa.com](http://www.visitlisboa.com).



## Compras

# Llega su día... ¿sabes ya qué regalo le gustará más?

Haz caso a nuestras ideas y no te equivocarás



Cafetera Senseo de Marcilla  
Philips, 89€



### Cartera burdeos y verde

Campo Marzio Design.  
Grande 80 €; pequeña, 70€



### Teléfono Siemens Gigaset SL 400

Siemens,  
149,99€



### Cofres regalo

Dakota Box.

*Máxima Adrenalina* para una o dos personas, 179€. Sólo para dos, 59€

*¿Te atreves?* Para una o dos personas, 99,90€. Sólo para dos, 59€



## Libros

1. *El legado de las madres*

Stephan B. Poulter  
Urano, 16€

2. *Dulces sueños, sin mimos ni lloros*

María Luisa Ferreros  
Planeta Prácticos, 16€

3. *Madres y malabaristas*

Nora Rodríguez  
Urano, 12€

