



Una nit a la lluna...

la lluna

menú d'autor



Ensalada de langostinos escabechados en "mojo rojo", trinxat, aceite de oliva y chips de yuca lluna

Carreró St. Bonaventura, 7

Sta. Anna, 28

Tf.: 933424479

www.lallunarestaurant.com

El regreso del Joven Príncipe

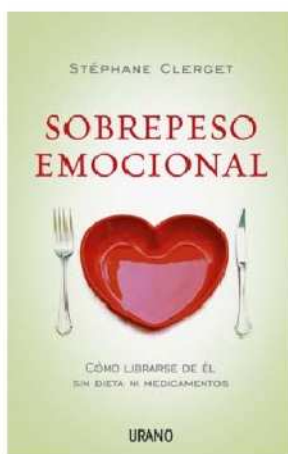
A. G. Roemmers

Planeta / Zenith | 170 páginas | 15 euros

Para quiénes hayan leído El Principito y muchas veces al igual que el autor se hayan preguntado, "lo que habría sido de este niño tan especial. ¿Cómo habría sido su adolescencia? ¿Cómo habría podido preservar inmaculada la inocencia de su corazón?" El regreso del Joven Príncipe es una historia de ficción que nos cuenta el regreso a la Tierra del príncipe que ya no es niño, con la misma visión humanística y espiritual del mundo, sus habitantes y los valores básicos que lo sostienen. La trama comienza con un hombre que viaja sólo en coche y encuentra a un adolescente desvalido que resulta ser aquel príncipe ya crecido, que regresa a la Tierra. Los dos viajeros, tan dispares, entablan un diálogo pro-



fundo y sorprendente que va desnudando con sencillez los grandes interrogantes de la existencia. Así, el viaje se transforma en un auténtico recorrido espiritual.



Sobrepeso emocional

Stéphane Clerget

Urano | 288 páginas | 15 euros

El sobrepeso no es sólo una cuestión de sumar y restar calorías, sino también de emociones. Puede ser una forma de consuelo, de huida de pensamientos. Un placer fácil, destinado a compensar alguna inquietud o contrariedad. Pero, ¿qué oculta en realidad? Las emociones influyen en la elección de los alimentos, en las cantidades que ingerimos, en la forma de comer e incluso en el lugar del cuerpo donde se almacenan las grasas. Pero, ¿qué revela, el ansia repentina de comer chocolate? ¿Por qué algunas personas sienten el impulso de darse atracones nocturnos? ¿Y por qué otras se dan una gran comilona para luego provocarse el vómito? En este libro encontraremos los factores que influyen en nuestras emociones, las razones que nos incitan a comer, los cambios durante el embarazo y la menopausia, cómo reducir el estrés. Y como evitar el sobrepeso de la depresión, cómo autoafirmarse sin engordar y cómo luchar contra la culpabilidad. Comprender que el sobrepeso no procede del cuerpo, sino de la mente.



Guía Esspa

Editorial T.C. de Prensa Hispanoamericana

322 páginas | 22 euros

Ya puedes disfrutar al máximo de los contenidos y recomendaciones de un producto de lujo y único por su naturaleza: **Guía Esspa**, los mejores Spa de España y Portugal, calificados con la **Gota Esspa**, reconocimiento a la excelencia y calidad, Una guía de consulta obligada, de máxima calidad, que no sólo incluye en sus páginas a los mejores y más prestigiosos centros Spa de España y Portugal, sino en la que también se premia, a través de sus **Gotas, 1, 2 y 3**, la excelencia de estas instalaciones, de su oferta y servicios. Los **Spa** distinguidos con Gota o Gotas, reciben el insigne Diploma de Calidad Guía Esspa y Distintivos de Exterior, para su mejor y óptima identificación por parte de los usuarios y clientes, además de su calificación con la Gota o Gotas Guía Esspa. Cientocinco centros repartidos a lo largo de nuestra geografía y la vecina Portugal, han merecido su inclusión en la misma. www.guiaesspa.com