



SPORT & style SUPLEMENTO DE ESTILO
DE VIDA DE **DIARIO SPORT**



CARME BARCELÓ

Está claro que **Jou** ya no cabe en el capazo y **Nil** es todo un hombrecito al que lo de colocarse un sombrero, como que no. Pero ahí están los tres, en plena pandemia, en la que han revivido aquella portada de 2014 y un Día de la Madre que hoy cobra más sentido que nunca. Porque para **Gemma Mengual**, "este confinamiento nos está permitiendo compartir mucho tiempo, reír y desesperarnos a partes iguales y ejercer de profesoras. La situación no es fácil de llevar para ellos. Soy bastante inflexible con los horarios de estudio, los hábitos de limpieza y las normas de casa pero cuando llega el fin de semana les doy más libertad".

Uno de los días más duros que ha vivido **Gemma** "fue cuando se confirmó el aplazamiento de los Juegos de Tokio. Varapalo total. Me meto en la piel de los deportistas y es tremendo.

"El aplazamiento de los JJ.OO. es un varapalo total. Pero estas situaciones te llevan a reinventarte y fortalece a los equipos"

GEMMA MENGUAL

Gemmamá



JOAN MONFORT (2014)

¿Si me hubiera pasado a mí? Como soy mujer de retos, me habría dicho a mí misma: 'Es lo que hay, así que no queda otra que seguir'. Estas situaciones te llevan a reinventarte. En nuestro caso, lo más importante no lo tienes en casa, que es el agua. Pierdes sensaciones, sí, pero puedes ganar otras. ¿Lo bueno de todo ello? Sirve para reforzar al equipo. Pasas por un 'bajón' que te une muchísimo".

Su 'team' de entrenamiento en este confinamiento lo forman sus hermanas **Bárbara** y **Vanessa**, su madre y su prima **Judith**. "Nos conectamos varios días a la semana y cada día le toca a una dirigir la sesión. A nivel individual, hago mi rutina de ejercicios y espero ese buen tiempo que me cambia la energía y me reactiva. Ahora viene lo bueno y todo esto pasará".

Última hora

Día de la madre

En pleno confinamiento, llega un domingo muy especial. Nunca es tarde para tener un detalle con una de las mujeres más importantes de nuestra vida y la compra on line nos permite llegar a tiempo para hacerle un merecido regalo.



Chaqueta impermeable de **BLAUER**

Funda para el teléfono móvil de **SWAROVSKI**



Abanico de tela de **THE VIANA FAN**

Capazo XL de **TWENTY VIOLETS**



Ramo de flores de **COLVIN**



Zapatillas 'todoterreno' de **MUNICH**



Kit de belleza de **BACKST AGE BCN**



Barra de labios de **DIOR**



Bolsito para el teléfono de **HUNTER**

En familia

Diversión en familia para hacer más llevadero el confinamiento



Nuestra sociedad está atravesando un momento complejo que sigue requiriendo de la colaboración de todos, para poder superarlo y afrontarlo desde el positivismo y la esperanza. Desde que se declaró el estado de alarma, hace ya más de 40 días, las familias han permanecido confinadas en sus domicilios para proteger a los suyos y al resto de personas de su entorno.

Ahora, con la colaboración y buen hacer de todos, los niños, acompañados de un adulto, pueden dar un paseo de una hora al día, y otras medidas de desconfinamiento en escalada empiezan a ser activadas. Estamos ante una situación sin precedentes, en la que toda la sociedad ha mostrado madurez y responsabilidad. Por fin se vislumbra un nuevo escenario optimista, pero todavía con mucho tiempo por pasar en casa. En este contexto, las ideas de qué hacer o con qué podemos distraernos pronto se agotan. Los expertos recomiendan, tanto para adultos como para niños, establecer rutinas y horarios diferenciados cada día. Aunque, también, es esencial reservar ratos diarios para el ocio, e intentar que estos sean variados para no caer en la monotonía.

Por esa razón **Danone** ha decidido lanzar varias iniciativas para amenizar el confinamiento, creando actividades y ejercicios online para que tanto pequeños como adultos puedan disfrutar y divertirse juntos:

#YOMEQUEODOENCASA es una iniciativa de **Actimel** para hacer más llevadero el confinamiento de adultos y niños. Esta propuesta apuesta por dar una nueva utilidad a las botellas vacías, convirtiendo un objeto tan simple en un elemento lleno de diversión. A esta iniciativa se han unido fami-



lias influencers que lanzan retos en los que todos puedan participar, entre ellas Ambartxu, Love.Chloe.Jon, TrillisSuperPower y Sara Guchi.

#ELCAMPUSENCASA es una propuesta presentada por **Font Vella Kids**, dirigida a familias con niños y niñas de entre 3 y 8 años, para seguir aprendiendo y divirtiéndose a través de actividades diarias dirigidas por profesoras de educación infantil. La idea de esta iniciativa es contribuir con el desarrollo creativo de los más pequeños a través de cuentos, manualidades, cocinatas, magia, baile y mucho más. Todas las



tareas están disponibles de lunes a viernes a las 17 h en el canal de Font Vella en Youtube #ElCampusEnCasa, hasta el próximo 8 de mayo.

La marca de agua mineral también nos trae **AGUAGYM BY FONT VELLA**. Esta propuesta ha sido ideada para que toda la familia disfrute de la actividad física con ejercicios originales y usando diferentes formatos de las botellas de Font Vella como material deportivo. Entrenadores y entrenadoras profesionales de Uesportsson los encargados de mantenernos en forma y de hacer del deporte en familia la nueva actividad favorita de todos. Las sesiones deportivas se emiten en el canal de Youtube de **Font Vella** hasta el próximo 20 de mayo.

Aunque ya hemos recorrido un largo camino, todavía tenemos que hacer un pequeño esfuerzo para superar la recta final y seguir un tiempo más en casa. La esperanza y una mente positiva nos ayudan a hacer más llevadero el confinamiento. Si además le añadimos diversión en familia, la felicidad está más que garantizada.

SPORT
&
STYLEDirectora:
Carme BarcelóEmail:
sportstyle@
diariosport.comTeléfono:
932279400

SÍGUENOS EN:



sport.es



@sportstyle



@sportstyle15

“Juntos somos más fuertes” Aguas Danone se une al movimiento #FuerzaBar

Aguas Danone se une a la iniciativa **#FuerzaBar** cuyo objetivo es conseguir que nuestros bares y restaurantes estén mejor preparados para el momento de su reapertura. A través de su marca de agua mineral natural **Lanjarón**, la compañía realizará una aportación de 300.000 botellas de medio litro para

colaborar a los bares y restaurantes que comparte con **Heineken** en toda España. **#FuerzaBar** se inició con el propósito de ayudar al sector a afrontar este parón temporal de su actividad para que, al reabrir sus puertas, resurjan más fuertes gracias a estas aportaciones que contribuirán a llenar sus almacenes.