



**MUERE CARITINA
GOYANES A LOS 46 AÑOS**

Cari Lapique rota de dolor

Entierra a su
hija días
después de
enterrar
a su marido

Alemania: 7€. Bélgica: 5€. Finlandia: 3,80€. Francia: 5,50€. Reino Unido: 5€. Irlanda: 5,50€. Portugal: 5,50€. Suiza: 9€. Luxemburgo: 5,50€.



EXCLUSIVA

**TAMARA FALCÓ
E IÑIGO ONIEVA**
Se esconden
en Sotogrande



**ANA ROSA Y
SONSOLES**
Reavivan su
guerra televisiva



**CASO DANIEL
SANCHO**
Dos familias rotas
tras la condena

Escaneáme

Escanea el
código con
tu móvil
para ir a la
página web



#YoLeoSemana

WWW.SEMANA.ES

TODA LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN ESTÉS DONDE ESTÉS



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana_revista

PÁGINA
14FELIPE Y LETIZIA,
CENA PARA
DOS.PÁGINA
84CARMEN BORREGO:
RELAX CON SU MARIDO
TRAS SU AÑO MÁS DIFÍCIL.**4 Caritina Goyanes**
muere a los 46 años.**10 Tamara e Íñigo**
se esconden
en Sotogrande.**18 Leonor,**
nueva vida
en la Marina.**20 Daniel Sancho,**
el desenlace.**32 Jordi Cruz y**
Rebecca Lima:
boda y bautizo.**36 La tragedia**
del Bayesian,
el yate de los
millonarios.**38 Jennifer Lopez**
y Ben Affleck:
crónica de una ruptura
anunciada.**42 Samantha**
Vallejo-Nágera:
se relaja en Ibiza.**66 Alberto Dugarte:**
"Me he llevado
muchos palos de la
gente que pensaba
que era mi familia".**70 Marlene Mourreau:**"Mi familia me ha
desheredado".**82 Sofía Cristo** demanda
a su hermano.**88 Miki Nadal:**
su exmujer y su
actual pareja en pie
de guerra.**90 Federico y Mary,**
cada día más cerca.**92 Diana de Gales:**
la princesa que se
convirtió en mito.**98 Así hemos cambiado:**
Keanu Reeves.

*No te pierdas
nuestros
PASATIEMPOS
DE VERANO*

*y además no
te pierdas...***estilo** y vida**NUESTRA MEJOR**
COCINA*Fascículo 34
Descubre la gastronomía provincia a provincia**NAVARRA**

La deliciosa gastronomía de la Comunidad Foral es evidente: ocurren hasta 17 certámenes que muestran la mejor materia prima en la cocina

SEMANA

Fascículo 34

*no disponible en el formato
POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

PÁGINA
30
SARA
CARBONERO:
"NACHO Y YO NO
HEMOS ROTO"



Caritina Goyanes, adiós a una persona única

La inesperada muerte de la hija mayor de Cari Lapique y Carlos Goyanes, a los 46 años y poco después de la pérdida del patriarca, sume en la tristeza a su familia

Carla Goyanes, hermana de la fallecida, a su llegada al tanatorio, apoyada en su marido, Jorge Benguria.



Carla Goyanes, hermana de la fallecida, abatida a su llegada al tanatorio, apoyada en su marido, Jorge Benguria. Y su madre, Cari Lapique, destrozada tras aterrizar en Málaga.



El abrazo de Carla con el viudo y su sobrina.





La primera corona funeraria en llegar al tanatorio provenía "de su madre, marido e hijos", como símbolo de una tragedia que ha dejado en shock a todos los suyos

ES triste cuando la muerte toca la puerta de una casa, pero todavía más si esta llama a una persona joven y de una forma inesperada. Caritina Goyanes, la mayor de las dos hijas de Carlos Goyanes y Cari Lapique, por desgracia ya forma parte de esta tragedia. El lunes 26 de agosto encontró la muerte en Marbella y hoy todos lloran consternados por su repentina pérdida.

Caritina era una mujer de solo 46 años, madre de dos hijos pequeños, esposa, hija, hermana, una amiga muy querida... Encontró la muerte bajo un cálido sol, en el lugar de sus veraneos desde la infancia, donde ahora estaba disfrutando de los últimos días de vacaciones como siempre, junto a su familia.

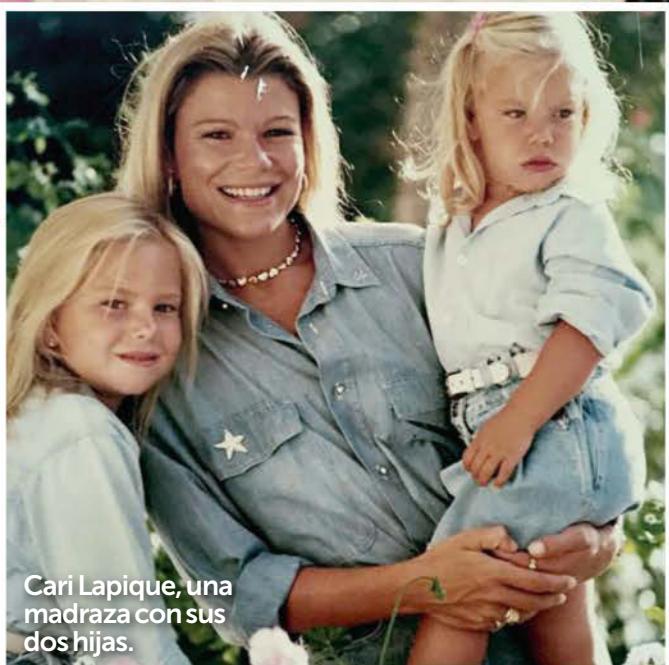
Un súbito malestar

Según su entorno, Caritina Goyanes estaba en la piscina de su casa, situada en la urbanización de Guadalmina, cuando alrededor del mediodía empezó a sentirse mal. Entonces decidió echarse un rato a la cama a descansar para ver si se le pasaba el malestar.





Cari Lapique compartía esta preciosa foto con su hija de pequeña, en los años ochenta.



Cari Lapique, una madraza con sus dos hijas.

Caritina admiraba muchísimo a su madre y eso mismo quería transmitírselo a sus hijos. No en vano vivían en pisos vecinos

►►► En un momento dado, su marido, el empresario Antonio Matos, decidió llevarla al médico para asegurarse de que no había un problema más serio. Caritina ingresó poco después en el Hospital Costa del Sol, pero allí poco pudo hacerse por salvarla y lamentablemente entró en paro cardíaco y tuvieron que certificar su muerte. El motivo: un infarto.

Varias tragedias

La noticia saltaba a los medios esa misma tarde dejando un rastro de incredulidad. No olvidemos que la familia Goyanes lleva décadas formando parte de la cara más amable del panorama social. Y además hacía solo tres semanas que había fallecido su propio padre, Carlos Goyanes, también a causa de un infarto.

Acabábamos de ver a Caritina vestida de luto, de la mano de su hijo mayor, Pedrito, tratando de conjugar la tristeza con la entereza que se procura mantener ante los más pequeños. Y como último giro dramático,



Carla y Caritina, dos hermanas felices y sonrientes, que compartían casi cada día de sus vidas.



Una imagen que se ha repetido durante años: madre e hijas siempre juntas en actos sociales, siempre inseparables.

solo un día antes que Caritina, también decían adiós a su tío Tito, hermano menor de padre, y a causa de un infarto. Demasiado cruel.

Cuando la familia Goyanes-Lapique aún estaba dirigiendo este terrible vacío, el mazazo sufrido con la primogénita ya parecía del todo insuperable.

En especial para su madre, Cari Lapique, a quien sorprendió la llamada mientras estaba pasando unos días

De su hermana menor, Carla, decía que eran caracteres opuestos, pero a la vez no podían estar más unidas y se lo consultaban todo

con su hermana Myriam en Mallorca. También para su única hermana, Carla, que tuvo que desplazarse desde Madrid hacia Marbella para

dar su último adiós a su adorada hermana. Dos viajes por separado que se vislumbran llenos de desolación, tal y como se aprecia en las fotos.

Emoción desbordada

Ha querido el destino que también se diera otra terrible casualidad: Caritina Goyanes fue trasladada al tanatorio San Pedro de Alcántara de Marbella, el mismo en el que su padre había sido velado solo 19 días antes. Ahora sus

seres queridos tenían que afrontar, una vez más, la más dolorosa de las despedidas.

"De su madre, marido e hijos". Este mensaje tan tremendo se podía leer en una de las primeras coronas fúnerarias que llegaron al tanatorio donde reposaban los restos mortales de Caritina. Su familia y sus amigos estaban en shock, todavía sin creerse lo sucedido.

Caritina Goyanes deja un viudo, Antonio Ma- ►►►



Caritina adoraba a su esposo, al que llamaba por su apellido, Matos.



El día de su boda con Antonio Matos, el 26 de julio de 2008, en Ibiza.



Una de sus últimas fotos en familia celebrando su 46 cumpleaños en Venecia.

tos, al que ella llamaba simplemente "Matos", con el que se casó el 26 de julio de 2008. Precisamente a él le dedica su última publicación en Instagram.

16 años de amor

Una foto de la pareja sonriente, con la que celebraban sus 16 años juntos. "¡Y 16.000 millones de veces te volvería a elegir para recorrer este camino juntos! Te quiero", declaraba la chef.

Fruto de este matrimonio han nacido dos hijos, Pedrito (14 años) y MiniCari (11), llamada así en honor de su "abuelona". Terrible fue el momento del emocionado abrazo entre la tía Carla con su sobrina al encontrarse a las puertas del tanatorio.

Ser mamá era su pasión y Caritina sacaba el tiempo de debajo de las piedras para pasar tiempo con sus hijos, consciente de que el tiempo volaba. Juntos habían cele-

Caritina Goyanes era una mujer alegre, vital y llena de vida, amante de su esposo y sus dos hijos, y empresaria de éxito

brado su 46 cumpleaños en Venecia, juntos habían cantado en el concierto de Taylor Swift... Caritina se sentía orgullosa de que su niña de-

seaba ser actriz y con humor temía la adolescencia...

Caritina transmitía felicidad, era una mujer vital, independiente, especial... Le gustaba la buena mesa, la alegría, la risa, disfrutar del amor y la familia, ¡vivir!

Además era emprendedora y su negocio de cátering, Sixsens by Cari Goyanes, era un éxito. Caritina creía en su sexto sentido, "aquel que nos hace crear cosas extraordinarias", decía su lema.

Su propia casa en Madrid era un reflejo de su personalidad. Moderna, colorista y con toques atrevidos de arte de vanguardia. Por cierto, Caritina admitía que ella, pese a su profesión, de cocinar en casa más bien poco... Y corriendo por ahí sus perritos, Gin y Birra.

Por cierto, en el piso de arriba vivían sus padres, y ahora sigue residiendo Cari. Esta era la estampa de una familia hasta hace muy poco, unida y adorada, que ahora atraviesa un cruel destino.

Una mujer especial

De Caritina también destacaban que era una persona muy religiosa y dueña de una profunda fe. Estas creencias la estaban ayudando a afrontar el duelo por la muerte de su padre.

Los que la conocían hablaban siempre de su humanismo, de su falta de tontería en un mundo a menudo más pendiente de las apariencias y lo superficial. Ella no pensaba en el 'qué dirán'. Ella vivió a su manera dejando una brillante estela. ■



Caritina Goyanes tenía una personalidad arrolladora con la sonrisa por bandera.



Con sus padres, su hermana y el hijo de esta y su hijo Pedrito en brazos del abuelo.

La reciente muerte de su padre, solo tres semanas antes, supuso un duro golpe para la familia, pero lo sobrellevaban con resignación y fe



Acudiendo al tanatorio de su padre de la mano de su hijo mayor.

Tamara e Iñigo se esconden en Sotogrande

El matrimonio, que acaba de celebrar su primer aniversario de boda, lleva más de un mes de lujosas vacaciones

LAS redes sociales son la ventana a la que muchos famosos se asoman para compartir su día a día... Aunque las cosas no siempre sean como las vemos. Y algo habitual es *jugar* con el tiempo, a veces para despistar y otras para evitar así que los amantes de lo ajeno sepan dónde estamos.

No sabemos si alguna de esas razones es la que ha llevado a Tamara Falcó (42) e Iñigo Onieva (35) a hacerlos creer estos días que estaban disfrutando de unas vacaciones de ensueño en las Maldivas (después de estar en París durante los Juegos Olímpicos y en las ►►►

El feliz matrimonio disfrutó de unos días de desconexión en tierras gaditanas antes de regresar a la rutina diaria





Mientras todos pensaban que Tamara e Iñigo seguían disfrutando del paraíso de las Maldivas, en realidad la pareja ya llevaba varias semanas en España



Como cualquier pareja, ellos también van a la compra al supermercado.

Tamara lleva años veraneando en Sotogrande.



►►► islas Seychelles), cuando la realidad es que estaban mucho más cerca de lo que nos imaginábamos.

Porque hemos sabido que el matrimonio lleva desde el 15 de agosto instalado en la lujosa urbanización de Sotogrande, en la localidad gaditana de San Roque. Considerado uno de los destinos más exclusivos de algunas de nuestras *celebrities*, es un lugar privilegiado, donde los famosos desconectan.

Destinos de lujo

Y esto es lo que han hecho la marquesa de Griñón y su marido. Han cambiado las aguas transparentes y las playas de arena fina del Índico, por el mar Mediterráneo y el lujo silencioso de Sotogrande, que alberga las residencias de veraneo de algunas de las familias más poderosas del país.

Y mientras nosotros pensábamos que Tamara e Iñigo seguían disfrutando de las maravillas de Maldivas, en verdad nos los hemos encontrado dando tranquilos paseos por la urbanización, haciendo la compra como cualquier otro mortal, dis-



frutando de un aperitivo en una terraza o comprando en una de farmacia de la zona.

También descubrimos cómo se pone en forma Iñigo. Él salía a correr temprano por las mañanas antes de que el calor apriete, mientras Tamara prefería quedarse en casa, relajándose. Y ya después salían juntos a pasear cuando caía la tarde.

La urbanización de Sotogrande sigue siendo uno de los lugares preferidos de las 'socialities' en la época estival

Debido al desajuste temporal, esta semana Tamara aún seguía subiendo a sus redes sociales lo que ella llamaba sus 'postales de Maldivas', cuando lo cierto es que ya está a puntito de regresar a Madrid y despedir sus vacaciones, que este año han durado más de un mes y que comenzaron en París, celebrando en la Ciudad del Amor su primer aniversario de boda. ■



Después del paseo, nada mejor que sentarse en una terraza a tomar algo.

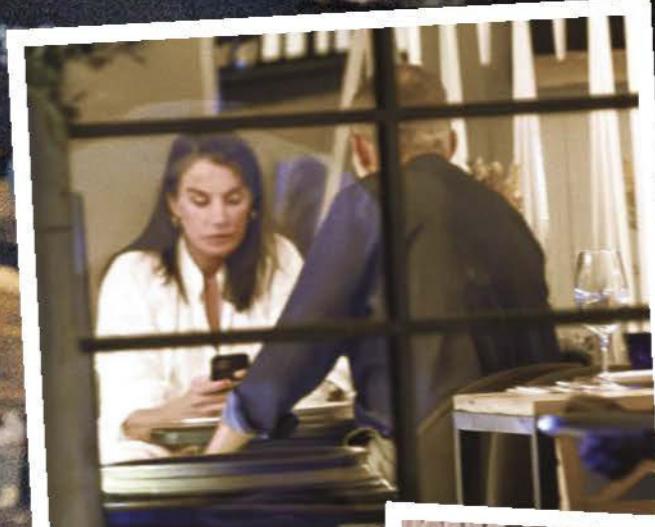


EN FORMA

Incluso en vacaciones Iñigo no se olvida de una de sus rutinas para mantenerse en forma: salir a correr. Vestido de lo más deportivo, nada como un buen rato haciendo ejercicio para empezar el día con energía.

Los Reyes Felipe y Letizia, cena para dos

Sorprendieron acudiendo a un restaurante frente al Palacio Real antes de retomar su agenda



La Reina Letizia, consultando su móvil en la mesa.

Los monarcas volvieron a elegir la marisquería La Lonja del Mar, uno de sus locales favoritos en la capital



JUEVES 22 de agosto, Plaza de Oriente de Madrid. Y en esas que aparecen los Reyes de España para compartir una especial noche de verano. Solo para dos. Toda una sorpresa que se producía a la salida de un restaurante con Don Felipe y Doña Letizia paseando como dos viandantes más.

La imagen era insólita. Dos reyes sentados en una de las mesas de La Lonja del Mar, una marisquería que habían visitado en otra ocasión, como si tal cosa, sin esconderse. Es más, se acomodaron en la zona más informal del restaurante, e incluso se les podía ver a través del ventanal, tal y como muestran estas imágenes que ofrecemos en exclusiva.

Su escapada privada

Los monarcas reaparecían así tras dos semanas sin agenda (con la excepción del viaje oficial de Don Felipe a República Dominicana).

Muy bronceados, los soberanos se mostraron muy relajados tras dos semanas fuera del ojo público

Un tiempo 'desaparecidos' en el que han disfrutado de sus vacaciones "privadas" junto a sus hijas, la Princesa Leonor y la Infanta Sofía.

Como es habitual, la Casa Real no ha informado del destino elegido por sus jefes, pero se apunta a que podrían haber estado en Grecia. Es más, habrían sido invitados por los reyes Guillermo y Máxima de Holanda, quienes poseen una magnífica residencia de recreo en la zona de Kranidi.

►►►

La Reina Letizia (51) eligió un conjunto blanco de aire boho, con bolso de croché de Deco Etxe.



REYES FELIPE Y LETIZIA

Los Reyes Felipe y Letizia, muy sonrientes a su salida del restaurante La Lonja del Mar, situado frente al Palacio Real de Madrid.



►►► También esta era la forma de los Reyes de dejarse ver para despejar dudas, aunque se tratara de una salida privada, poniendo fecha y lugar a lo que se vislumbraba como su fin de vacaciones.

Solos en La Zarzuela

Todo lo bueno se acaba y para la Familia Real ha llegado el momento de la separación. Tras vivir un intenso verano, con paradas

en Mallorca y los Juegos Olímpicos de París, ahora afrontan el nuevo curso con las pilas cargadas.

La Princesa Leonor se incorpora el 29 de agosto a la Academia Naval de Marín y la Infanta Sofía ya ha regresado a Gales para su segundo curso de bachillerato. Así que los Reyes vuelven a quedarse 'solos' en La Zarzuela. Aunque, eso sí, no descuidan sus planes de pareja. ■

Los Reyes sorprendieron a las personas que disfrutaban de las terrazas en la Plaza de Oriente.





VER CAMPAÑA

AL A CARRETERA
NO LE IMPORTA
CUANTO HAS BEBIDO



SUICIDIO
CONSEGUIMOS



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DEL INTERIOR



Dirección General
de Tráfico

La Princesa Leonor: así será su nueva vida en la Marina

La heredera al trono prosigue su formación militar, ahora en la Academia Naval de Marín (Pontevedra), que incluirá una vuelta al mundo en barco

Otro año, otro reto más. La Princesa Leonor pasa del verde al blanco, del Ejército de Tierra a la Armada. Y sigue sumando. Este 29 de agosto se incorpora a la Academia Naval de Marín (Pontevedra) continuando el plan de ruta marcado para su formación castrense de un total de tres años. Después de haber superado con éxito el primer curso en la Academia de Zaragoza, la heredera deja atrás sus galones como dama alférez cadete y ahora pasa a ser guardamarina.

El verano ha terminado para la Princesa de Asturias. Tras licenciarse en Zaragoza ha disfrutado de vacaciones en Mallorca, combinándolas con sus viajes a los Juegos Olímpicos de París, junto a su hermana Sofía, para apoyar a nuestros deportistas. Después la Familia Real se marchó de manera privada, dicen que a Grecia.

De fiesta en Málaga

Además, estos últimos días Leonor también ha sido noticia al sorprendérsela en la Feria de Málaga, a título privado, compartiendo la fiesta con sus amigos. Una escapada sin sus padres que, a



MARÍN
La Academia Naval de Marín forma a los marinos del Ejército español. Una institución que data de 1717, aunque el centro de Marín se abrió en 1943. El buque Elcano también presta servicio a la Armada para su instrucción desde 1927. Leonor navegará en él alrededor del mundo durante 6 meses.

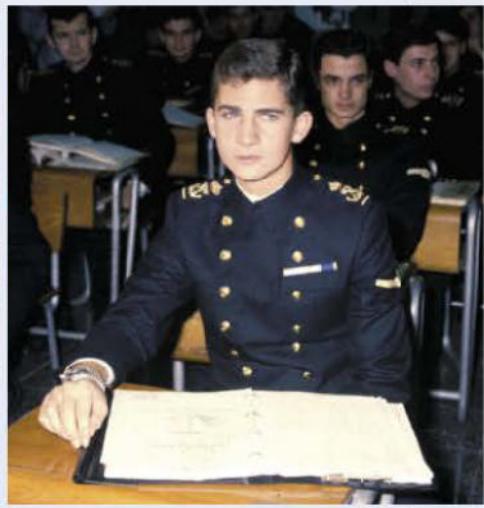


EL REY FELIPE, GUARDAMARINA 38 AÑOS ANTES QUE SU HIJA



Tradición familiar.

El Rey Juan Carlos y el Rey Felipe han sido alumnos de la Academia Naval de Marín. El padre de Leonor la precedió allí hace 38 años con un plan parecido: clases, guardias y maniobras, además de una larga travesía en barco, como parte de su nueva rutina.



La heredera, que ya está acostumbrada a la disciplina militar, también se embarcará en el buque Elcano

sus casi 19 años, denota su mayor independencia.

Ahora la Princesa Leonor retoma sus compromisos. Diez días antes que ella se incorporaron a la Academia de Marín 146 nuevos aspirantes, 17 de ellos mujeres.

Esta vez, Leonor entra en el centro sola, en un sencillo acto y sin sus padres, a diferencia del año pasado en Zaragoza, cuando estuvo acompañada por toda su familia. Nada tiene que ver aquella Princesa con esta tras un año de uniforme.

Este año Leonor se levantará a las 6:45 de la mañana y se acostará a las 22:40. Compartirá habitación con tres compañeras, en una planta solo para mujeres.

La academia de Marín ha introducido algunos cambios para este curso, entre ellos el reacondicionado de la piscina y un nuevo comedor. El desayuno y la cena seguirán de bufé, pero el almuerzo se servirá como un menú cerrado y en mesa.

Tras completar el primer ciclo de estudios, el próximo enero la Princesa Leonor se enrostrará en el buque escuela Juan Sebastián Elcano, con el que surcará los mares durante seis meses. Toda una experiencia con la que honrará la pasión por el mar de los Borbones. ■



Caso Sancho: el desenlace

Con la sentencia de la Corte de Koh Samui finaliza un largo proceso tras el que tanto la familia Arrieta como los Sancho pueden comenzar otro quizá mucho más duro: el de la aceptación



La familia de Edwin Arrieta ha luchado durante todo este año para que se honre su memoria

HACE un año que los focos, las cámaras y las miradas de medio mundo se dirigían hacia la remota isla tailandesa de Koh Samui. Daniel Sancho, hijo del famosísimo actor Rodolfo Sancho, había asesinado, presuntamente, al cirujano colombiano Edwin Arrieta, con el que mantenía una estrecha relación desde hacía meses, y después había desecuñizado el cuerpo esparciéndolo por la isla. Cada horrible detalle estremecía a España mientras el actor trataba de asimilar todo lo que ocurría con su hijo a miles de kilómetros.

Más allá del crimen, que pasaba inmediatamente a ser investigado por las autoridades tailandesas para posteriormente ser instruido por la justicia del país, lo que

quedaba al descubierto eran dos familias completamente rotas que hoy enfrentan el desenlace definitivo a doce meses agónicos.

Una sentencia, que, al cierre de esta edición, aún no se ha hecho pública, pero que los Arrieta esperan que honre la memoria del cirujano con un fallo ejemplarizante. ¿Los Sancho? Los Sancho solo quieren que Daniel no sea condenado a muerte. "Estoy preparado para lo mejor y para lo peor", ha declarado a EFE Daniel Sancho desde la cárcel tailandesa.

La condena

Sin embargo, todos saben que, en Tailandia, el asesinato se condena con la pena capital. Ese ha sido el mantra que se ha ido repitiendo a lo largo de estos doce meses y que la familia Sancho ►►►

▶▶▶ ha llevado como una losa. El peor de los augurios para un acusado. Por eso, han trabajado sin descanso en una premisa: que no hubo premeditación. En ello se ha centrado la defensa de Daniel y creen que han logrado demostrar que el joven se defendió ante un ataque del cirujano que acabó de la manera más horrible. Según García Montes, el hijo de Rodolfo actuó en defensa propia para evitar ser violado por el colombiano.

Los abogados de Daniel Sancho han defendido sin descanso que no hubo premeditación

Ambos mantuvieron una tensa pelea en la habitación del alojamiento y fruto del forcejeo, Arrieta resultó muerto. Sancho se asustó consciente de la legislación del país en el que había tenido lugar el suceso, y decidió descuartizar y esconder el cuerpo. Esa es la teoría de los Sancho y así es como se lo expusieron al juez.

Luego, está la otra parte, la de la víctima, cuyos abogados se han afanado por tratar de demostrar que el asesinato sí estaba planeado. "En Tailandia hay cuestiones que son indiscutibles. Ellos entienden y así lo consideran las personas que han vivido este procedimiento que hubo una muerte que estuvo planificada y planeada", ha dicho Juango Ospina, abogado de la familia Arrieta.

Y así, tras dos equipos de abogados que han tratado de demostrar si hubo o no premeditación, se encuentran dos familias destrozadas que han vivido una verdadera agonía durante este úl-



timo año; eso sí, en circunstancias muy diferentes: unos como padres del presunto asesino, con el dolor que puede suponer pensar o escuchar que tu hijo pudiera llegar a cometer tal atrocidad, algo que jamás se podían imaginar; otros como familiares de la víctima, padres y hermana que ya nunca más podrán abrazar a su ser querido y que por mucha justicia que se haga nada ni nadie les podrá devolver a Edwin.

Sin lágrimas

Y es que en el caso de los Sancho, al estupor inicial por la trágica noticia del suceso, se añadió después una para muchos inexplicable actitud del actor que a día de hoy mantiene. "Para esa parte de la prensa que creen que estoy tirado por los sue-

Rodolfo Sancho cogió las riendas de la situación, teniendo que rechazar proyectos profesionales

los llorando, ese no soy yo. Hay dos formas de tomarse las cosas cuando vienen en la vida, como una desgracia o como un reto, creo que con eso he dicho suficiente. No van a conseguir lágrimas de mí", decía en sus primeras palabras públicas tras el asesinato.

Aquellas palabras condenaron públicamente de alguna manera al intérprete. Sin embargo, él andaba en otras cosas. Principalmente en armar un equipo de defensa para ayudar a su hijo

en los tribunales tailandeses que bien sabía que no iba a ser precisamente barato.

Rodolfo cogió las riendas de la situación, teniendo que rechazar proyectos profesionales en estos doce angustiosos meses. Siempre tuvo claro que lo que necesitaban era financiación para poder contar con el equipo legal adecuado y aceptó la realización de una serie documental con HBO por una importante cifra económica (algunas voces llegan a cifrar en el millón de euros) que no hizo más que aumentar las críticas hacia su persona. Su primer capítulo, ya estrenado, le perjudicó sobremanera al mostrar una imagen que se llegó a calificar de fría, distante y carente de empatía con los Arrieta, la familia de la víctima.

Una relación rota

Pero, ¿qué ha pasado en todo este tiempo con Silvia Bronchalo, la madre de Daniel? La actriz se ha mantenido al margen de las decisiones que tomaba su exmarido, contando con su propio equipo legal y viajando a Tailandia con regularidad. Se afirma que la relación del propio Daniel con su madre ya no es tan fluida, sobre todo después de que se reabriese la guerra entre el matrimonio en plena tormenta mediática. Silvia decía demandar a Rodolfo por lo que entendía como vejaciones, justo cuando su hijo se enfrentaba al momento más difícil de su vida.

Un enfrentamiento judicial que quedó reducido a la nada cuando la jueza ordenó el archivo de la causa hace unas semanas, coincidiendo con el inicio del juicio de Daniel en la corte de Koh Samui, donde ambos se reencontraron (al menos físicamente) para apoyar a su

hijo en las semanas que duró las vistazas.

Los Arrieta

Por su parte, la familia de la víctima, los Arrieta-Arteaga, no han parado hasta el final con su lucha para que se haga justicia. Una de las últimas veces que pudimos ver a Darling, la hermana de Edwin, fue visitando a la embajada de Colombia en Madrid para agradecerles todo el apoyo brindado. En esos mismos días, trascendió que solicitaban 768.000 euros a Daniel a modo de indemnización para los padres de Edwin y como reparación al daño que les ha causado todo este proceso legal y emocional. Con la sentencia del tribunal de la Corte de Koh Samui, ambas partes pueden comenzar a descansar y a aceptar. O no. ■



ENFRENTADOS

Las diferencias entre Silvia Bronchaloy y Rodolfo Sancho se han hecho muy evidentes durante el transcurso del juicio de su hijo, Daniel.

Con SENTIDO:

Que te dé **un beso, no significa que quiera algo más.**

ESCUCHA

PREGUNTA

RESPETA

MARCA LA DIFERENCIA ENTRE UN SEXO SIN SENTIDO Y UN SEXO *ConSENTIDO*.

Álex González y Silvia Alonso, pareja de cine

● El guapo actor y la novia de David Broncano fueron 'pillados' juntos por Madrid con mucha complicidad, pero no hay que alarmarse, Álex González (44) y Silvia Alonso (34) forman una atractiva pareja en la nueva película que están rodando.



Victoria de Suecia vuelve al ejército

● La heredera sueca ha retomado su formación militar para obtener el grado oficial y profundizar en táctica, ciencia de la guerra y estrategia militar. "Estoy deseando pasar un interesante y gratificante tiempo de estudio con mis nuevos compañeros de clase", ha asegurado Victoria de Suecia (47).



El torero Juan Ortega rehace su vida tras su plantón en el altar

● El diestro jerezano saltó al centro del foco mediático hace un año cuando dejó plantada a su novia de toda la vida, Carmen Otte, en el altar, apenas unas horas antes de darse el "sí, quiero". Sin embargo, todo ha quedado en el pasado, ya que el diestro, quien también ha vuelto a torear recientemente, ha

pasado página en lo sentimental. Según ha desvelado Maika Vergara en *Fiesta*, el torero está de nuevo ilusionado con una joven relacionada con el mundo del toro a la que ha conocido hace pocos meses, y cuya familia está vinculada con la plaza de toros de Las Ventas.



Máxima de Holanda y el rey Guillermo disfrutan de la Fórmula 1

● La familia real holandesa acudió a una de las citas más esperadas del año: el Gran Premio de Fórmula 1 de los Países Bajos, celebrado en el circuito de Zandvoort. El rey Guillermo y la reina Máxima de Holanda acudieron con su hija, la princesa Alexia y su sobrino Claus, conde de Orange-Nassau, hijo del príncipe Constantino y la princesa Laurentien.

Kim Kardashian posa con Florentino Pérez

● Kim Kardashian ha visitado el estadio Santiago Bernabéu para que su hijo pequeño saliese al terrero de juego con el Real Madrid en los prolegómenos del partido contra el Valladolid. La fotografía ha corrido como la pólvora y más de 361 millones de personas ya han podido verla. Un partido de altura en el que resultó ganador el equipo merengue.



Rafa Nadal: vacaciones en familia

● Después de participar en los Juegos Olímpicos de París, el famoso tenista ha sido fotografiado con su hijo en brazos y acompañado por su madre, Ana María Parera, y su hermana Maribel en Como, una bella región italiana que ha acogido el Campeonato del Mundo UIM E1. Se trata de unas embarcaciones eléctricas que navegarán en el impresionante lago de la ciudad.



Frank Cuesta llega a un acuerdo con Yuyee

● Tras protagonizar una agria polémica por la propiedad del Santuario Libertad en Tailandia, Frank Cuesta ha llegado a un acuerdo con su expareja Yuyee. Así, esta pondrá a nombre de su hijo dicho refugio de animales a cambio de 160.000 euros.



José Ortega Cano sufre una cogida en Cuenca

● Una reciente corrida organizada para celebrar sus 50 años en el mundo de los toros le pudo salir caro a José Ortega Cano. El diestro fue cogido por un astado en la Plaza de toros de Provencio, en Cuenca, que le levantó por los aires. Por suerte, todo quedó en un susto sin consecuencias.



Georgina Rodríguez: rubia y más millonaria que nunca



● Seis millones de suscriptores en seis horas y 46 millones una semana después. Así fue el fulgurante lanzamiento del canal de Youtube de Cristiano Ronaldo que arrancó con Georgina Rodríguez como invitada. La pareja protagonizó un test de compatibilidad en el que la *influencer* demostró no conocer muy bien al futbolista al fallar preguntas como su color favorito. "No me conoce nada esta chica, ¿quién es esta chica?", bromeaba Cristiano, que podría embolsarse siete millones de euros al mes con su canal. Por su parte, Georgina también aporta su granito de arena a la economía familiar tras anunciar la tercera temporada de su reality de Netflix para el que ahora luce de rubia.

2024

La Infanta Elena despedire a los deportistas paralímpicos

● El pasado viernes 23 de agosto, la Infanta Elena hizo un parón en sus vacaciones para despedir a los deportistas paralímpicos que van a representar a nuestro país en los Juegos de París 2024. La hermana del Rey Felipe VI charló con algunos de los 50 deportistas que acudieron al acto, de los 150 que forman la delegación, entre los se encontraban Teresa Perales, Susana Rodríguez y Alejandro Zarzuela.



María Edite: "Pensaban que me moría"

● Despues de 13 días ingresada en estado grave tras sufrir un desmayo, María Edite (70), madre de Javier Santos, evoluciona favorablemente. "Pensaban que me moría... No me voy a morir hasta que se haga justicia. Julio Iglesias sigue sin reconocer a mi hijo", dice.

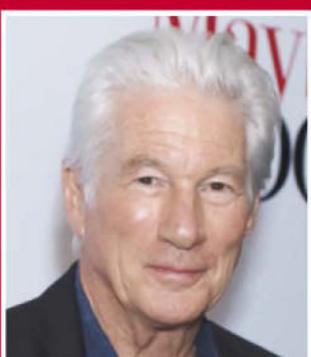
CUMPLEN AÑOS



44 WILLIAM LEVY
29-08-1980



32 ELENA RIVERA
29-08-1992



75 RICHARD GERE
31-08-1949



59 TERELU CAMPOS
31-08-1965

Justin Bieber y Hailey, padres de un niño

● El cantante canadiense y la modelo (y sobrina de Alec Baldwin) han anunciado que se convirtieron en padres el pasado 23 de agosto de un niño al que han llamado Jack Blues. Justin Bieber (30) y Hailey Baldwin (27) llevan juntos seis años.



Stella Banderas se compromete

● La hija de Antonio Banderas y Melanie Griffith, de 27 años, ha anunciado su compromiso con Álex Gruszynski, al que conoce desde la guardería y con quien vivió un romance adolescente. "Mi hija Stella del Carmen se casa. No podemos estar más felices y emocionados", ha dicho el actor malagueño.



Iñaki Miramón y Amparo Larrañaga, reencuentro teatral

● Los actores han vuelto al madrileño Teatro Maravillas con la obra *Laponia*, ya en su tercera temporada. Además de su éxito teatral, Iñaki Miramón (67) y Amparo Larrañaga (61), disfrutan trabajando juntos, ya que son buenos amigos desde que formaron una tierna y recordada pareja televisiva a mediados de los años 80 en la serie de TVE *Media naranja*. Amparo volvió al teatro el año pasado tras haber superado una cirugía cardíaca por una insuficiencia mitral severa, de la que está totalmente recuperada.



Prepara la vuelta al cole al mejor precio con PRIMARK®



▼Parka navy. 23€



▼Sudadera. 4,50€



▼Sudadera. 6,50€



▼Pantalón vaquero. 16,19€

Primark mantiene congelados los precios -que ya rebajó el año pasado- de una gran selección de básicos para la vuelta al cole

LA vuelta al cole puede suponer todo un reto. Y es que además del regreso a la rutina, también hay que lidiar con infinidad de gastos. ¡Pero calma! Porque este

nuevo curso escolar las familias van a contar con un gran aliado: Primark.

La mejor relación calidad-precio

Primark ha congelado los precios –que ya rebajó el

año pasado– de una gran selección de básicos para la vuelta al cole. Desde ya las familias encontrarán prendas básicas, esenciales y cómodas, pero también mochilas, tupper, calzado y artículos

de papelería con una gran relación calidad-precio. En definitiva, Primark cuenta con todo lo necesario para empezar el nuevo curso con mucho éxito. ¡Todo en una misma tienda!

Este nuevo curso las familias encontrarán todo lo necesario para la vuelta a las aulas en Primark: ropa, mochilas, tupper, calzado y artículos de **papelería**.
¡Todo al mejor precio!

Sara Carbonero tajante: "Nacho y yo no hemos roto"

La periodista confirma así la información que ya dio SEMANA en exclusiva.
"Queremos seguir juntos", dice

Ni ruptura, ni crisis de pareja. Sara Carbonero y Nacho Taboada siguen juntos y siempre lo han estado. Nunca han roto su relación. Todo ha sido fruto de unos rumores que saltaron hace unos días y que han alterado la actualidad de la periodista, quien se ha visto obligada a confirmar la noticia que adelantó SEMANA: "Nacho y yo no hemos roto".

Como ya informábamos en el número de la semana pasada, a las redacciones de algunos medios estaban llegando rumores que aseguraban que la pareja había roto. No aportaban más información, simplemente se-



La pareja lleva juntos más de dos años y son felices, pese a los rumores.

ñalaban, para dar consistencia a esa información, que la prueba era que no se les había visto juntos durante el verano. Desde SEMANA nos pusimos en contacto con el entorno más cercano de Carbonero, que desmintió inmediatamente y de forma tajante cualquier ruptura: "No es cierto. No sabemos de dónde sale eso, pero Sara y Nacho están juntos".

Una situación difícil

Y facilitaban unas explicaciones que justificaban que en las últimas semanas no se les haya visto juntos como se les podía ver en otros momentos: "Sara está atravesando desde hace un tiempo una situación personal que le ha cambiado su orden de vida y de prioridades. Tiene un familiar que requiere unos cuidados y ella ha dado preferencia absoluta a esta situación. Eso supone que no tenga todo el tiempo que le gustaría tener para pasarlo con Nacho, pero es lo que ahora toca. ¿Significa esto que han roto? No.

Y además, tiene todo el apoyo de Nacho".

Y así lo contaba la propia Sara Carbonero, que quiso desmentir la información de la ruptura en boca de la periodista Gema López en *Espejo Público*: "Sara Carbonero recibe una noticia referente a su entorno familiar. La familia decide que la ma-

dre de la periodista se traslade a vivir con ella. Esto implica cambios personales, trastocan la rutina de la pareja, pero el foco de atención de Sara estaba en lo prioritario, que en ese momento era cuidar a su madre y de sus hijos".

La decisión de Nacho

De hecho, según ha publicado *Informalia*, "Nacho y Sara ya vivían juntos y cuando la madre de Sara se traslada a su casa a vivir con ella, Nacho decide irse para darles su espacio. Así que el músico se alquiló una casa". "De ahí salieron los rumores, al saberse que Nacho no vivía con Sara", pero todo tiene su explicación.

"Nacho y Sara vivían juntos y cuando la madre de Sara se traslada a vivir con ella, Nacho decide irse y darles su espacio"

En este verano se ha visto a Sara con unas amigas en Almería y también con sus hijos en Cádiz, que son las imágenes que publicamos en SEMANA en exclusiva. Pero eso no significa que no se haya ido con Nacho Taboada. Simplemente que no se les ha podido fotografiar. Entre un viaje y otro, ambos disfrutaron de unos días en pareja, solos. Un plan romántico de cuatro días en el campo.

Como ha dicho la propia Sara Carbonero: "Nos queremos, queremos seguir juntos y los planes que teníamos de futuro, aunque durante un tiempo ha habido que apartarlos, queremos seguir llevándolos a cabo". ■



Según ha comentado la periodista, estas fotos se las tomó el propio Nacho.

Jordi Cruz y Rebecca Lima celebran su boda y el bautizo de su hijo

El jurado de 'MasterChef' y la arquitecta y diseñadora brasileña se dieron el 'sí, quiero' en una boda de ensueño

En un entorno idílico con vistas al Mediterráneo y rodeados de un escogido grupo de amigos y familiares, así celebraron su boda Jordi Cruz (46) y Rebecca Lima (31) el pasado 24 de agosto, y, al mismo tiempo, el bautizo de su hijo Noah, que había cumplido un año unos días antes, el 20 de agosto.

Ha sido una doble celebración muy emotiva y cuyos detalles han sido cuidados al máximo, desde el lugar elegido, el histórico convento de Blanes (Girona), hasta el vestido de la novia, un diseño de su propia firma y, por supuesto, el menú, uno de los puntos más importantes del enlace

que ha corrido a cargo del cocinero Nandu Jubany, el chef del convento que cuenta con una Estrella Michelin y es uno de los referentes de la alta cocina catalana.

Menú excepcional

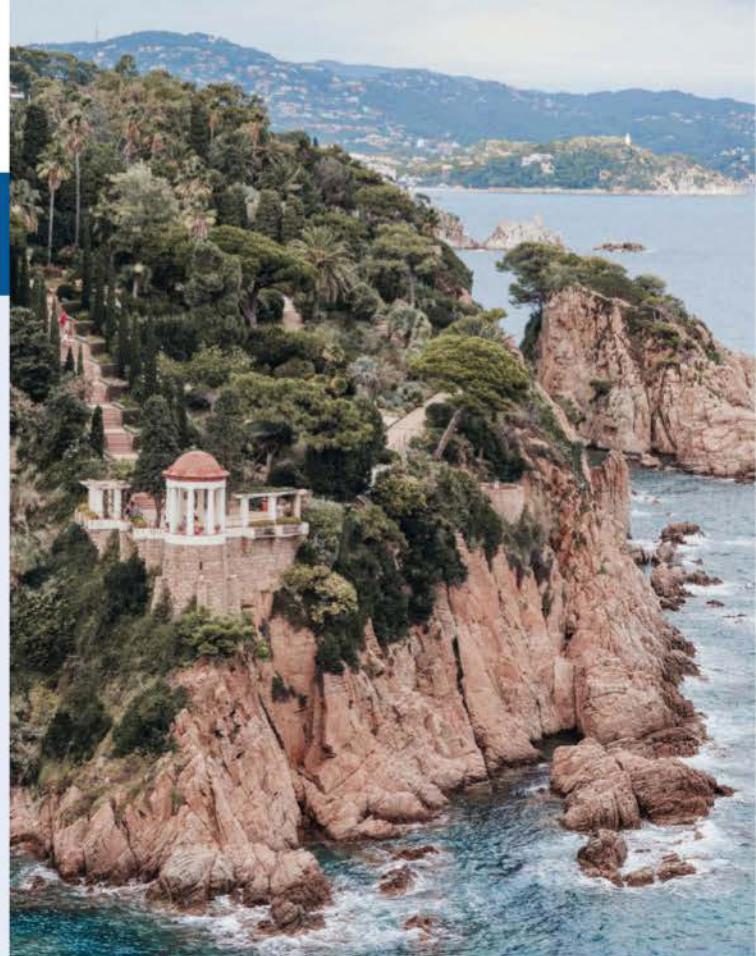
Según ha informado Vanitatis, los invitados disfrutaron de un ceviche de coco con gambas blancas, y langosta acompañada de patatas y huevo frito, entre otras exquisiteces. Pero fue el postre lo que no dejó indiferente a nadie. Se trataba de una Galaxia de Chocolate compuesta por un Saturno de cacao, que a su vez estaba bañado en chocolate caliente. Al derretirse el círculo por la ➤➤➤





EL CONVENTO DE BLANES

Este enclave situado entre pinares centenarios y con vistas al Mediterráneo ha sido el lugar elegido por Jordi y Rebecca para sellar su unión. El Convento de Blanes, situado en la Punta de Santa Anna, en la Costa Brava, fue construido en 1583 y está considerado patrimonio por su interés paisajístico.





La nadadora Ona Carbonell y su pareja, Pablo Ibáñez.



La pareja de influencer, Katia Gutiérrez Colomery y Daniel Illescas.



Mario Vaquerizo llegó sin Alaska.



El televisivo Boris Izaguirre.



El cocinero Martín Berasategui.

►►► temperatura aparecían profiteroles. Por si fuera poco, después se sirvió un baba de brioche, de sabor vainilla y aderezado con ron quemado.

La música en directo tuvo un papel destacado en esta ceremonia de ensueño. Frederic Obrador Cruz, primo hermano del novio, tocó el saxo tenor y cuando la novia iba a encontrarse con el novio, empezaron a sonar los violines para anunciar su llegada. Para la fiesta posterior al banquete, se contrató un DJ

que hizo bailar a los invitados hasta las 5 de la madrugada.

Para su gran día, Jordi quiso rodearse de muchos amigos de su oficio, como los cocinero Martín Berasategui y Quique Dacosta y, por supuesto, sus compañeros jueces de *MasterChef*, Pepe Rodríguez y Samantha Vallejo-Nágera.

También estuvieron presentes algunos de los famosos que han pasado por *MasterChef Celebrity*, como Álvaro Muñoz-Escassi, Boris Izaguirre, la nadadora Ona

La pareja se conoció a finales de 2018, dos años después se fueron a vivir juntos y en agosto de 2023 nació su hijo

Carbonell, Juanma Castaño, Mario Vaquerizo o el influencer (y exnovio de Laura Matamoros) Daniel Illescas. Entre los 180 invitados que acudieron al enlace no faltaron ami-

gos y familiares de Rebecca procedentes de su país, Brasil. Escassi, por cierto parecía muy cómplice con otra invitada, la estilista Hugo Rey.

Jordi y Rebecca se conocieron a finales de 2018 a través de una amiga en común, pero no fue hasta septiembre de 2019 cuando se hizo público su romance. Durante la pandemia, consolidaron su relación mudándose juntos a la casa de Jordi en Barcelona.

Fotos: Agencias



Durante la infancia, el sueño juega un papel fundamental en el crecimiento, el desarrollo y el bienestar de los más pequeños. Por eso, es esencial que los niños tengan un buen descanso

Descanso infantil: clave en el crecimiento de los pequeños

LA vuelta al cole es todo un reto. Y es que además de preparar los uniformes y todo el material escolar, también llega el momento de adaptar las rutinas y prestar atención al descanso. Lo cierto es que un sueño de calidad es fundamental para rendir cada día en la escuela, y por eso **Maxcolchon confía en su línea de colchones Kids, para el buen crecimiento de los pequeños de la casa.**

El descanso infantil es clave

Durante la infancia, el sueño juega un papel fundamental en el

crecimiento, el desarrollo y el bienestar de los más pequeños. Imprescindible para un adecuado desarrollo emocional, cognitivo y social. Por eso, es esencial que los niños duerman lo suficiente y tengan un buen descanso. Para ello, **el colchón Chipre de Maxcolchon** está

indicado para adaptarse a cada etapa del desarrollo infantil, ya que aporta la firmeza perfecta para la correcta alineación de la espalda. Un acierto seguro para que crezcan sanos y fuertes. ¿Otro plus? Este colchón incluye tratamiento Eco-Fresche antibacteriano.

Dentro de la línea kids de Maxcolchon también encontramos los **colchones Rose y Blue**. Ambos ofrecen el soporte perfecto imprescindible para cubrir las necesidades de descanso que los niños tienen en su crecimiento. Además, cuenta con tratamiento Sanitized, que actúa como barrera higiénica y mantiene la cama protegida contra hongos, bacterias y ácaros del polvo.



Los modelos Rose y Blue de Maxcolchon están disponibles en su versión colchoneta, ideal para la parte inferior de las camas nidos

La tragedia del Bayesian, el yate de los millonarios

Una manga marina hundió uno de los veleros más lujosos y vanguardistas del mundo, que llevaba 22 personas a bordo, de las cuales siete fallecieron



EL 'BILL GATES INGLÉS'

El magnate Mike Lynch (59), el 'Bill Gates británico', perdió la vida junto a su hija Hannah (18). Su esposa, Angela, logró salvarse. También perecieron las dos parejas de amigos que viajaban con ellos.

UNA racha de mal tiempo, una cadena de errores humanos y mucha mala suerte provovó el hundimiento del velero Bayesian, convirtiendo lo que iban a ser unas idílicas vacaciones en el Mediterráneo en una trágica pesadilla que costó la vida a siete personas.

Desde que se produjo el naufragio, el lunes 19 de agosto, el puerto siciliano de Porticello fue un hervidero de bomberos, buzos y agentes de la Guardia Costera. Ese mismo día se encontró el cuerpo del cocinero del barco, Reclado Thomas, en el interior del

casco hundido a 49 metros de profundidad pero no fue hasta el miércoles cuando consiguieron sacar cuatro cuerpos más que correspondían a Jonathan Bloomer, presidente de Morgan Stanley International, y su esposa, Judy y al abogado Christopher Morville y su esposa Neda Morville, diseñadora de joyas.

El jueves 22 de agosto, el equipo de rescate encontró el cadáver del magnate tecnológico Mike Lynch, conocido como el 'Bill Gates británico', y aún faltaba el de su hija, Hannah, de 18 años, la menor de las dos que tiene el empresario. La joven estaba de vacaciones con sus padres antes de empezar sus estudios en la Universidad de Oxford.

El cuerpo de Lynch se encontraba dentro de su camarote, al que resultó muy difícil acceder por parte de los buzos ya que las puertas estaban bloqueadas. Su esposa, Ángela Bacares, una de las supervivientes, contó que poco antes de la madrugada se levantó de la cama al notar que el barco se inclinaba y a partir de ahí se desencadenó el infierno.

15 supervivientes

El Bayesian llevaba 20 personas a bordo, 12 pasajeros y 10 tripulantes, y se encontraba anclado a pocos metros del puerto cuando una tromba marina lo hundió en menos de 6 minutos. Otro barco que se encontraba cerca pudo rescatar a los primeros supervi-





vientes y después se unió a ellos la Guardia Costera.

El velero de lujo había sido alquilado por un grupo de personas en su mayoría inglesas, pero también de otras nacionalidades, entre ellos una mujer con una niña de solo un año que lograron salvarse. Ha sido ella la que contó que, mientras dormían, la embarcación volcó y se llenó de agua, ella llegó a perder a su hija entre las olas pero consiguió recuperarla y rápidamente llegó un bote salvavidas de otro barco cercano que había presenciado el hundimiento.

Una vez recuperados casi todos los cuerpos y pasado el impacto inicial por la tragedia, la pregunta que todos se hacen es cómo pudo hundir-

se un yate tan lujoso y vanguardista a causa de una tormenta, anunciada, estando tan cerca de la costa.

¿Pudo haberse evitado?

El Bayesian fue tragado por una tromba marina que arrojó olas de agua sobre el barco que, al parecer, tenía las escotillas abiertas, y estaba mal fondeado, inundando el interior en poco minutos. También parece que hubo un retraso en la activación de la alarma que debía haber hecho salir a los pasajeros de sus camarotes.

Todos estos sucesos están siendo investigados por la naviera propietaria del barco que habla de "una cadena infinita de errores". ■



CUATRO DÍAS DE BÚSQUEDA

Los equipos de buzos de los bomberos y la Guardia Costera siciliana tardaron cuatro días en recuperar los cuerpos, que estaban a 49 metros de profundidad.



Jennifer Lopez y Ben Affleck: crónica de una ruptura anunciada

Tras meses de rumores, y el mismo día de su segundo aniversario de boda, la actriz presentó en Los Ángeles la demanda de divorcio



Su última foto juntos es del pasado mes de junio. Se supone que ya llevaban una semana separados.

La pareja parecía tenerlo todo: belleza, dinero, éxito... Pero al final les ha fallado lo más importante, el amor. Este es el segundo divorcio de Ben y el cuarto de JLo



El 20 de agosto de 2022 se casaron en la mansión que Ben tiene en Georgia.

No existe una fórmula mágica para la felicidad. Y mucho menos para el amor. Que se lo digan si no a Jennifer Lopez (55) y Ben Affleck (52) que a pesar de intentarlo con todas sus fuerzas no han conseguido salvar su matrimonio. El pasado 20 de agosto, el mismo día que se cumplía su segundo aniversario de boda, la actriz presentaba ante la Corte de Los Ángeles los papeles de su divorcio, acabando así con varios meses de rumores y especulaciones.

Jennifer y Ben, Ben y Jennifer... Ellos acuñaron el término *Bennifer* mucho antes de que a Brad Pitt y Angelina

Jolie les llamásemos *Brangleina*. Guapos, famosos, con dinero y éxito, lo tenían todo para ser felices y sin embargo han fracasado las dos veces que lo han intentado juntos. Y también las otras que lo han hecho por su cuenta. Porque este es el segundo divorcio para Ben Affleck, pero el cuarto para JLo.

Sin acuerdo nupcial

Ahora hemos sabido que Jennifer llegó al juzgado sin abogado, que en los documentos que presentó figura como fecha de su separación el 23 de abril (aunque las últimas fotos que tenemos de ellos juntos son del 2 de mayo) y que ella y Ben no

tenían ningún acuerdo prenupcial ni por tanto separación de bienes durante estos 24 meses que han estado casados. Y este último dato puede traerles complicaciones en su futuro más inmediato, porque cuando hay dinero de por medio los acuerdos amistosos no lo son tanto. Y en cuestión de dinero los dos tienen mucho.

Pero también tenían muchas ganas de que esta vez la relación funcionara, aunque hay quien dice que las señales estaban ahí, y eran pocos los que apostaban por ellos. Porque los problemas que los habían llevado a separarse la primera vez seguían ahí, sin solucionar.

La pareja se conoció en diciembre de 2001, en el rodaje de la película *Gigli*, y en noviembre del año siguiente anunciaban su compromiso.

Superado por la presión

Pero la boda nunca llegó y en enero de 2004 decidieron tomar caminos separados. El propio Affleck comentó en *La mayor historia de amor jamás contada*, el documental sobre la vida de JLo que se puede ver en Prime Video, que aquella ruptura estuvo provocada, sobre todo, porque a él le pudo la presión mediática. Estaba acostumbrado, aunque ya era un actor famoso, a pasar más inadvertido, a llevar ►►►

En 2021 celebraron el 52 cumpleaños de ella en el sur de Francia. Acababan de reenamorarse.



Estuvieron a punto de casarse en 2002, cuando se enamoraron por primera vez. Tras darse una segunda oportunidad, esta tampoco ha funcionado



▶▶▶ una vida tranquila, y el interés que despertó su relación lo desbordó. Curiosamente, cuando en 2005 se casó con Jennifer Garner, con quien había trabajado en *Pearl Harbor* y *Daredevil*, pareció llevarlo mucho mejor. Estuvieron 13 años juntos y tienen tres hijos: Violet (18), Finn (15) y Samuel (12). Su ruptura se debió a los problemas del actor con el alcohol y otras sustancias, algo que él asume y por lo que le pidió perdón a su exmujer. De hecho, ella es quien más ha peleado para que JLo y Ben no se separaran.

Tras separarse de Ben Affleck, Jennifer Lopez encontró consuelo muy rápido en los brazos del cantante Marc Anthony, con quien se casó en junio de 2004. Cuatro años más tarde nacían sus mellizos, Max y Emme (16), pero la pareja se separó en 2011, aunque el divorcio no fue oficial hasta 2014.

Ese era ya el tercer divorcio de JLo, que antes había estado casada con el modelo Ojani Noa en 1997 (aunque solo duraron 11 meses) y con

el bailarín Cris Judd, con quien se casó en septiembre de 2001. Un mes después ya estaban en crisis, a finales de ese año conocía a Ben Affleck y eso puso la puntilla a ese matrimonio fugaz que acababa en julio de 2002.

Tras Marc Anthony, Jennifer Lopez vivió una etapa sentimentalmente tranquila. Salió algún tiempo con otro bailarín, Casper Smart, y en

2017 empezó una relación con la estrella del béisbol Álex Rodríguez, toda una leyenda en su país, con quien también se comprometió en 2019. Otra boda que no llegó a celebrarse porque en 2021 se separaron.

El regreso de Ben

Fue entonces cuando Ben Affleck volvió a su vida, con un regalo especial, las cartas de amor que le había escrito a la cantante encuadradas en un libro y una promesa: "No voy a ir a ninguna parte". Esa era la frase con la que firmaba los *emails* que le mandaba a JLo y que grabó en su anillo de compromiso.

Algo que no va a poder cumplir.

El actor se prometió que esta vez no se iba a dejar dominar por la presión, pero... Si en 2002 JLo era ya una actriz famosa, ahora, más de 20 años después, es una estrella, y su fama ha crecido exponencialmente.

Ben Affleck lo intentó. En el documental incluso reconoce una conversación que tuvo con su mujer. "Le dije que una de las cosas que no quiero es una relación en las redes sociales. Pero me di

cuenta de que no es justo pedirlo. Es como si te fueras a casar con un capitán de barco y dijeras: 'Bueno, no me gusta el agua', explica.

Pues al final el barco se ha ido a pique y JLo suma otro anillo de compromiso a los que ya tiene. Seis en total, valorados todos, por cierto, en más de 17 millones de dólares! ■

¿DIARREA, DOLOR ABDOMINAL, GASES?

Este producto sanitario ofrece ayuda eficaz gracias al Efecto-Parche PRO

Las molestias intestinales recurrentes, como la diarrea, el dolor abdominal, la flatulencia o el estreñimiento, pueden limitar mucho la calidad de vida de los afectados. Pero los investigadores han desarrollado ahora Kijimea Colon Irritable PRO, un producto sanitario que promete una ayuda eficaz.

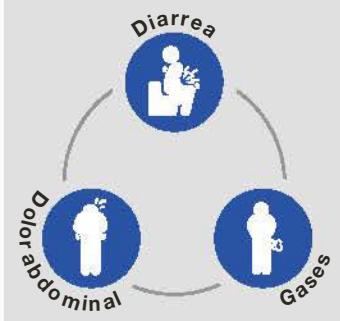
Muchas personas padecen regularmente diarrea, dolor abdominal, flatulencia o estreñimiento. Pero lo que sólo unos pocos saben es que la causa suele ser una barrera intestinal dañada, lo que puede dar lugar al llamado síndrome del colon irritable.

la barrera intestinal puede regenerarse, las molestias intestinales típicas como la diarrea recurrente, el dolor abdominal, la flatulencia o el estreñimiento pueden desaparecer.

Eficacia clínicamente probada

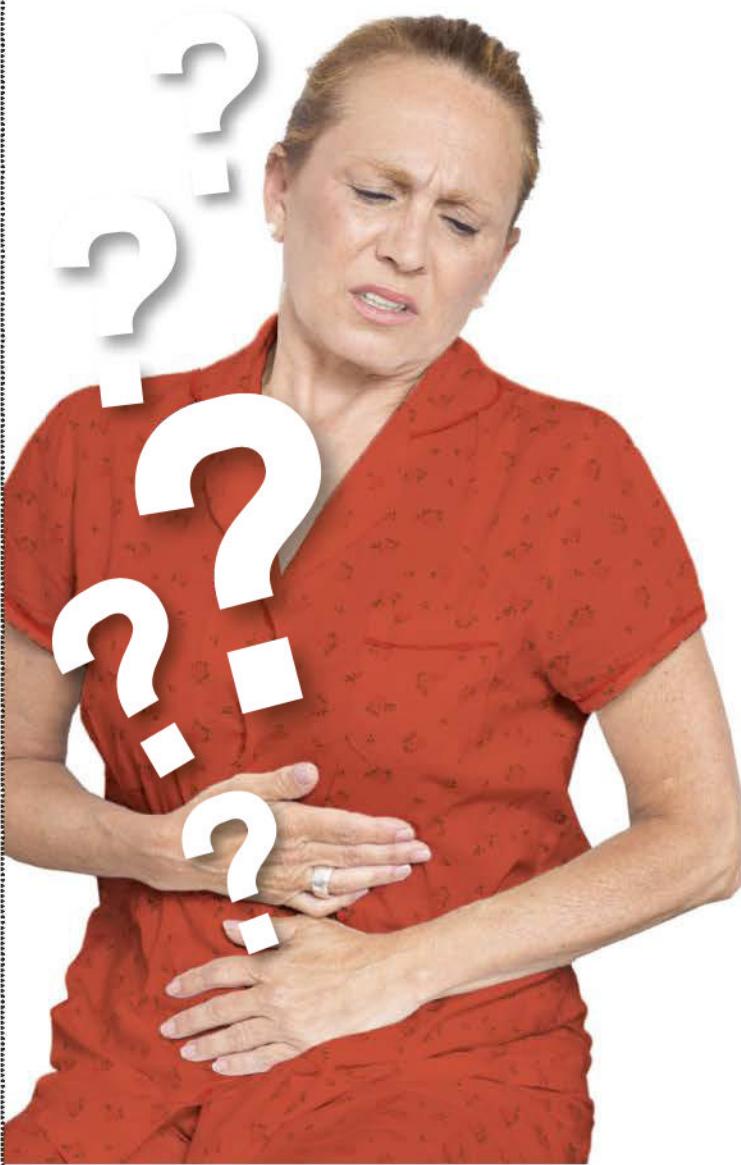
Un estudio a gran escala sobre el colon irritable ha demostrado recientemente la eficacia de Kijimea Colon Irritable PRO para tratar la diarrea, el dolor abdominal, la hinchazón y el estreñimiento. Compruébelo usted mismo, pregunte en su farmacia específicamente por Kijimea Colon Irritable PRO (sin receta médica).

¿Cómo se manifiesta el colon irritable?



El efecto-parche PRO

Con Kijimea Colon Irritable PRO (de venta libre en farmacia), los investigadores han desarrollado un producto sanitario que actúa exactamente en la barrera intestinal y ayuda con el síndrome del colon irritable y sus síntomas. Las bifidobacterias únicas de la cepa HI-MIMBb75 (contenido exclusivamente en Kijimea Colon Irritable PRO) se adhieren a las zonas dañadas de la barrera intestinal, como un parche protector. Bajo este parche,



La imagen representa a una afectada.

Kijimea Colon Irritable PRO cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios. **Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable.** CPSP21233CAT

Kijimea Colon Irritable PRO

- ✓ Con Efecto-Parche PRO
- ✓ Mejora significativamente las molestias intestinales
- ✓ Más calidad de vida

En su farmacia:
Kijimea Colon Irritable PRO
(CN-195962.1)



www.kijimea.es

Anunciado en
TV

Samantha Vallejo-Nágera se relaja en Ibiza

La cocinera y jurado de 'MasterChef' pasa las vacaciones en familia en la isla pitiusa, donde acude todos los veranos



La cocinera y jurado de *MasterChef* apura sus últimos días de vacaciones en Ibiza, junto a su numerosa familia. Samantha Vallejo-Nágera recarga pilas en las aguas mediterráneas acompañada por su marido, Pedro Aznar, 'Peru'; y sus cuatro hijos: Cloe (21), Pedro (20), Patrick (16), al que familiarmente llaman Roscón, y Diego (13).

Junto a otros amigos y familiares, salieron a navegar en un yate y pudimos comprobar la estupenda figura de la cocinera, a punto de cumplir 55 años, que combinó un



Samantha y su familia junto a otros amigos estuvieron navegando en un yate.



biquini de la firma francesa Eres (que cuesta alrededor de 400 euros) con una camisola amarilla que reconvirtió en pareo.

La chef ha comentado en varias ocasiones que cuida su alimentación durante todo el

año para mantenerse bien y no tener que realizar la famosa 'operación biquini' cuando llega el verano.

Tras estos días de descanso, Samantha volverá al trabajo y la veremos en septiembre en TVE en la novena edición de

En septiembre,
volveremos a verla
en su papel de
jurado de la
novena edición de
'MasterChef
Celebrity', en TVE

Samantha
cumplirá
55 años en
octubre.

MasterChef Celebrity, aunque el programa ya se grabó a principios de este año. Pero además, de su papel de jurado del talent culinario, Samantha gestiona una casa rural con restaurante en Pedraza (Segovia) y tiene una empresa de catering, además de ser madre de cuatro hijos, por lo que es una mujer muy ocupada durante todo el año. Estos días en su adorada Ibiza le han servido para relajarse con sus seres queridos y aprovechar al máximo el tiempo antes de comenzar la nueva temporada.

Fotos: Agencias

MADRAZA

Samantha está muy unida a su hija mayor, Cloe (21), que ha heredado su pasión por la cocina y está estudiando en la Escuela de Hostelería de Lausanne.



Hiba Abouk y el amor: "Si me tengo que estrellar, lo haré"

La actriz se muestra firme y contundente. La apuesta por su relación con Álvaro Muñoz Escassi sigue adelante, le pese a quien le pese

El romance de la actriz con el exjinet Álvaro Muñoz Escassi, o como quieran definirlo, ha sido una de las comidillas del verano y parece que así va a seguir siéndolo. Porque Hiba Abouk se mantiene discreta al respecto, pero tampoco calla. Y sus últimas declaraciones tienen un trasfondo de lo más interesante.

"Pese a todo lo que he sufrido, sigo creyendo en el amor. Si me vuelvo a estrellar, lo haré". En estas llamativas palabras, que ha ofrecido a la revista de moda Elle, no alude directamente a Escassi ni a su convulsa separación del futbolista Achraf Hakimi, pero a buen entendedor...

Ruptura difícil

La protagonista de *El Príncipe* se separó de su marido en 2023, después de tres años de matrimonio, y juntos tienen dos hijos. Tras vivir en París los últimos años, ahora Hiba ha regresado a Madrid. "No me di cuenta de cuánto había echado de menos la ciudad hasta que volví. 'No me pienso mover de aquí por nada ni por nadie", dice.

Su especial amistad con Álvaro Muñoz Escassi, tras

vérseles muy cariñosos en una fiesta de *El Turronero*, ha hecho correr ríos de tinta.

Como informó SEMANA, Hiba y Álvaro fueron pillados saliendo de un restaurante en Madrid. Y luego se les fotografió durante una escapada a Túnez, lo cual afianzaba la historia amorosa.

La ex Miss España ha asegurado que llamó a Hiba Abouk para avisarla de la clase de hombre que era Álvaro... En definitiva, un seductor irredento de mujeres, con las que no suele acabar bien, a excepción de Lara Dibildos, madre de su hijo pequeño.

La actriz, de 37 años, ha iniciado una nueva etapa en Madrid, separada del padre de sus hijos y plena de ilusiones

Se desconoce el efecto en Hiba Abouk. El hecho es que la actriz, a la que veremos en *MasterChef Celebrity*, confía en su instinto: "No deseo desgastarme con nada ni con nadie. No me apetece dar explicaciones, soportar dramas innecesarios, excusas o indiferencias", asegura. ■



estilo y vida

www.semana.es
SEMANA

MODA

Zendaya: el gran ícono de estilo del momento

SALUD

Claves para vivir más y mejor

TRUCOS

Elimina los atascos de las tuberías

Y ADEMÁS

Pasatiempos, ocio, horóscopo, ideas, recetas saludables...

BELLEZA

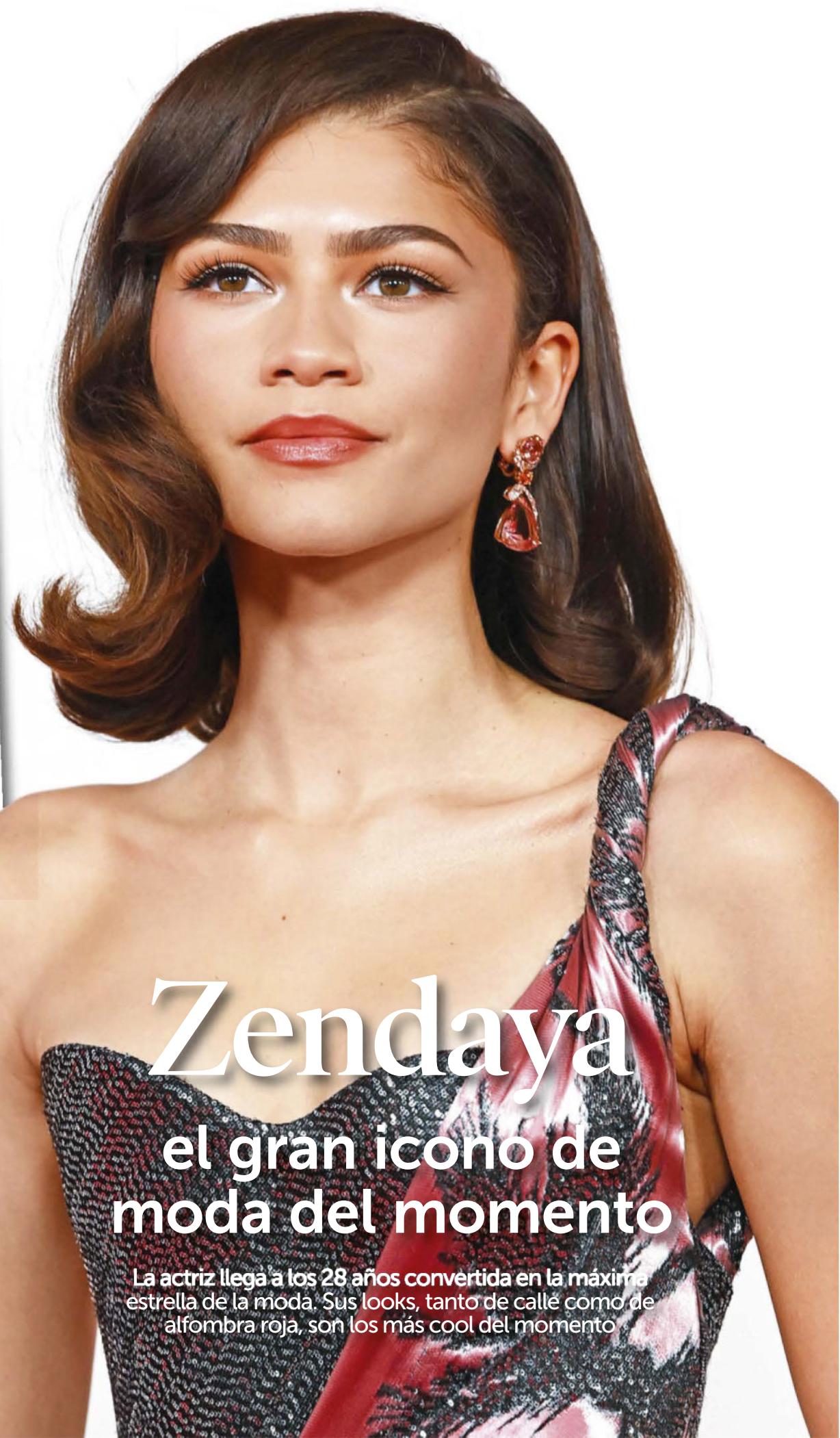
RESETEA TU PIEL

tras el sol y la playa



**Transgresora**

Durante la gira promocional de *Dune: parte dos* la actriz sorprendió con los estilismos más arriesgados y rompedores. Entre ellos destacó el modelo Cyborg que Jean Paul Gaultier presentó en su desfile de 1995.



Zendaya el gran ícono de moda del momento

La actriz llega a los 28 años convertida en la máxima estrella de la moda. Sus looks, tanto de calle como de alfombra roja, son los más cool del momento

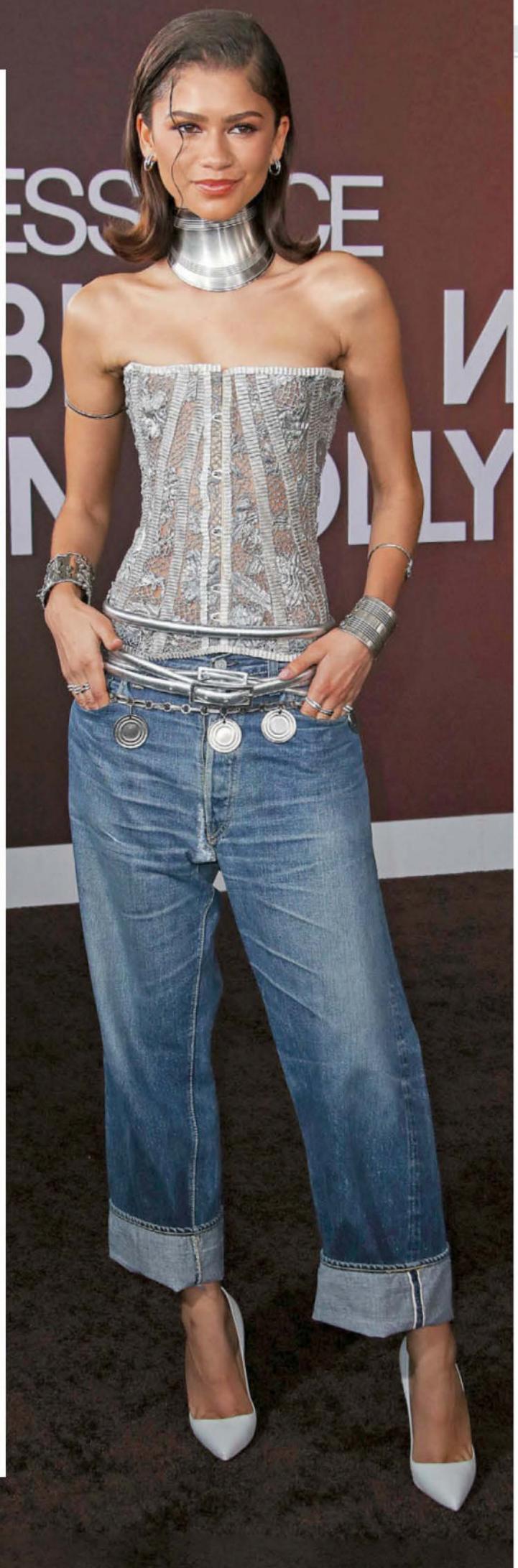


Los vestidos con más estilo

Zendaya sale triunfadora de todos los estilos posibles. Desde los coquetos looks de los sesenta de clara inspiración Mary Quant a los vestidos largos más vaporosos, con aberturas, volantes, lazos o plisados. El color es una de sus apuestas.



ZENDAYA
ELEVA EL
TOTAL LOOK
DENIM CON
STILETTOS PARA
DARLE EL PUNTO
SOFISTICADO



El comodín de los vaqueros

La conocimos siendo una adolescente y ya desde entonces nos enamoró con sus estilismos, aunque se han ido puliendo con el paso de los años. Como en el armario de cualquier mujer los vaqueros tienen un lugar especial: pitillo, boyfriend, bootcut... todos le sientan estupendamente y los combina tanto con tops convencionales como con corpiños armadura muy sexys.

LA MODA DEL BARBIECORE SE HA COLADO EN SU ARMARIO CON EL TRAJE MÁS ORIGINAL DE VALENTINO



Reinventando los trajes

La actriz de *Euphoria* sabe reinterpretar mejor que nadie las prendas más clásicas del armario y el estilo de oficina dándoles un estilo más juvenil y tendencia. El traje de chaqueta convencional en ella adquiere otra categoría, con colores más vivos como el rosa o el amarillo satinado, las líneas depuradas en un tono gris o el terciopelo con camisas de maxi lazo y boinas parisinas.

La estrella de la alfombra roja

Junto a su estilista, Law Roach, Zendaya ha conseguido los looks más impactantes de los últimos años en las alfombras rojas, algunos de ellos modelos *vintage* de las grandes firmas. Desde el look más dramático firmado por Maison Margiela Artisanal por John Galliano, al más clásico, en rosa con flores 3D de Valentino, pasando por el más sexy, con aberturas y escote corazón de Versace, o el más espectacular, con estampado de loros de Dolce & Gabbana.



NUESTRA MEJOR COCINA

Descubre la gastronomía provincia a provincia



San Fermín, en julio, es un buen momento para conocer Navarra y para probar sus alcachofas 'blancas'.



NAVARRA

La distinción culinaria de la Comunidad Foral es evidente: acumula hasta 17 certificaciones de calidad, que aseguran la mejor materia prima en la cocina



Diversa y comprometida

Por la riqueza de sus microclimas, Navarra, que se nutre de la despensa natural del Pirineo y de la ribera del Ebro, disfruta de una situación excepcional, que ha convertido en ejemplo de gastronomía sostenible

BOSQUES como la selva de Irati o el de Leitzalarrea, los huertos de Tudela, las mesetas de Urbasa y Andía, el desierto de las Bardenas Reales... El Reyno de Navarra, marca turística, es la región española con mayor variedad de climas y paisajes por su cercanía del Cantábrico y la influencia de los Pirineos y del valle del Ebro. Una situación que propicia que la gastronomía se diversifique de norte a sur. En el Bartzán, en la zona septentrional, es popular el chuleton de terneras autóctonas, con Identificación Geográfica Protegida (I.G.P.), así como el asado de cordero latxo y navarro. De la leche cruda de estas ovejas se elabora el queso del Valle del Roncal, con su propio museo de la Trashumancia en Uztároz y que comparte Denominación de Origen (D.O.) con el de Idiazábal. Del Bidasoa, su río de referencia, llegan a la mesa salmones, el objeto más codiciado por los pescadores cada lehenbiziko, al inicio de la temporada;

sábalos, lampreas marinadas y truchas; y de sus masas forestales, platos de pato y malvives, combinados con frutos de otoño, como la seta perretxiko. La repostería artesana abunda en este escenario montañoso: canutillos de crema y tortas de txantxigorri (chicharrones), y postres como la cuajada, venerada en Agoitz por una cofradía.

Con huevos fritos

Ya en la cuenca del Ebro, la capital, Pamplona, ensalza a la tradicional chistorra, como mejor tentempié con unos huevos fritos y lo que se tercie en Sanfermines, y considera otros embutidos como la birika, con pulmón, y el relleno, una morcilla blanca. La huerta de Navarra se sitúa en torno al municipio de Tudela. Su producto estrella son las alcachofas, que se distinguen porque sus brácteas u hojas no llegan a juntarse. Y también son admirados los espárragos cojonudos, con I.G.P.; los pimientos de piquillo de Lodosa, con D.O. e imprescindible



Es el embutido más vinculado a Navarra, parecido al chorizo pero más delgado y largo. Además de carne de cerdo, contiene especias, ajo y pimentón.



La calidad y sabor de los quesos navarros, como los de Roncal e Idiazábal, que comparten con el País Vasco, se complementan con el membrillo y los frutos secos.



Su nombre proviene del término basarana (ciruela del bosque).



Así son conocidos los espárragos blancos de Tudela, de gran calibre.



La selva de Irati ofrece un espectáculo de la naturaleza con su hayedo, el más grande de Europa, o el paisaje kárstico de Larra.

Navarra tras-pasa fronteras con los Sanfermines, pero también es líder en producción cuidadosa, que se refleja en los sellos de sus alimentos artesanales y ecológicos

bles para llenar; los cogerollos de Tudela, variedad autóctona de la lechuga, o las pochas (alubia blanca) de Sangüesa. Sabores que se potencian con aceite de oliva virgen de la Zona Media, con D.O. y el que más al norte de Europa se produce.

Bebidas con historia

Esta diversidad de microclimas se repite en los vinos. La D.O. Navarra, que conecta con el camino de Santiago por Valdizarbe, Tierra Estella y Olite, se asienta en secano y regadío, con distintos cultivos. Además, por motivos históricos, Mendavia y Viana producen cava con D.O., y en torno a la sidra se mantiene la tradición milenaria del txotx (pallito de la barrica), cada enero. Pero si algo aprecian los navarros es el pacharán. Este licor de endrinas, con D.O. y conocido internacionalmente, ya era considerado por su valor medicinal en la Edad Media.

En el Parque Natural de Urbasa y Andía, en la comarca de Tierra Estella, es habitual observar ponis y caballos pastando.



Las Bardenas Reales y su ambiente lunar constituyen un tesoro navarro, como la iglesia de San Pedro de la Rúa, en Estella, en el camino de Santiago.





Cogollos con ventresca



Ingredientes:

- ♦ 8 cogollos de Tudela
- ♦ 2 tomates rojos
- ♦ albahaca
- ♦ 1 lata de ventresca de bonito al natural
- ♦ 1 diente de ajo
- ♦ 8 cucharadas de aceite
- ♦ sal
- ♦ una pizca de azúcar

Preparación:

Cortar los cogollos a la mitad, lavarlos y centrifugarlos. Dar un corte en forma de cruz a los tomates, escaldarlos durante unos segundos en agua hirviendo, pelarlos, quitarles las pepitas y cortarlos en dados.

Calentar la mitad del aceite, saltear los dados de tomate con sal, el azúcar y la albahaca picada. Reservarlo. Picar el diente de ajo y freírlo en resto de aceite.

4 raciones 30 minutos

Colocar los cogollos de lechuga en los platos, poner encima el tomate concasé (escaldado) y el bonito. Espolvorear con más albahaca picada y regar con el ajo frito y su aceite.

Los cogollos que se riegan con aguas del Ebro son más grandes que en otras regiones de España; miden unos 10 cm de altura y su sabor es intenso



Alcachofas con almejas

Ingredientes:

- ◆ 1 kg de alcachofas
- ◆ aceite para freír
- ◆ ½ kg de almejas
- ◆ 1 cebolla
- ◆ 8 cucharadas de aceite
- ◆ perejil
- ◆ una hoja de laurel
- ◆ 1 vaso de vino blanco
- ◆ 1 cucharada de harina
- ◆ 1 vaso de agua
- ◆ sal y pimienta

Preparación:

Freír la cebolla y el perejil picados muy finos
hasta que empiecen a tomar color. Añadir la harina y mover sobre el fuego hasta que empiece a dorarse.

regar con el vino y el agua, incorporar el laurel, sazonar y cocer durante 15 minutos, moviendo de vez en cuando. Añadir las almejas limpias y cocer hasta que se abran.

4 raciones 45 minutos

Quitar las hojas y puntas duras de las alcachofas y freírlas, hasta que se abran, en aceite abundante no demasiado caliente. Después, darles un hervor con las almejas.

La estrella de la huerta de Tudela es una verdura muy versátil en la cocina y con importantes valores nutricionales. Cuenta con la certificación I.G.P.



Trucha a la navarra

Ingredientes:

- ◆ 4 truchas evisceradas y abiertas
- ◆ 8 lonchas de jamón serrano
- ◆ harina de trigo
- ◆ 1 diente de ajo
- ◆ perejil fresco
- ◆ aceite de oliva
- ◆ sal
- ◆ pimienta negra molida
- ◆ 150 ml de vino blanco

Preparación:

En primer lugar, precalentar el horno a 200 °C. Limpiar las truchas ya evisceradas, secarlas y colocar un par de lonchas de jamón en el interior de cada una. Cerrarlas con ayuda de unos palillos para que no se salgan.

Enharinar las truchas y freír en aceite de oliva bien caliente en una sartén grande, durante solo un minuto por cada lado, de modo que la piel quede crujiente y, al comerlas, se desprenda fácilmente.

4 raciones 30 minutos

Una vez fritas, colocarlas en una fuente de horno y echar por encima el perejil y el diente de ajo bien picados y el vino blanco. Meterlas en el horno y cocinar durante 15 minutos. Retirar los palillos y servir de inmediato.

En los ríos de la Comunidad Foral (Oria, Urumea, Bidasoa...) es especialmente abundante esta especie, que resulta más jugosa al ser horneada



Pimientos del piquillo rellenos

Ingredientes:

- ◆ 1 lata grande de pimientos del piquillo
- ◆ 1 cucharada de harina
- ◆ 1 vaso de leche
- ◆ 200 g de bacalao desalado
- ◆ 4 cucharadas de aceite
- ◆ ½ cebolla
- ◆ sal y pimienta
- ◆ ralladuras de nuez moscada

Para la salsa:

- ◆ 2 pimientos del piquillo
- ◆ 1 vaso caldo de pescado
- ◆ 2 cucharadas de la bechamel de bacalao del relleno

Preparación:

Pelar y picar la cebolla muy fina y freír con el recipiente tapado durante 5 minutos a máxima potencia. Añadir el bacalao y la harina y rehogar durante un minuto.

Incorporar la leche caliente, sazonar con la pimienta, sal y nuez moscada y cocer durante 4 minutos, parrando a la mitad para mover la bechamel. Dejar enfriar y rellenar los pimientos con cuidado de no romperlos.

4 raciones 45 minutos

Para hacer la salsa, mezclar el jugo de la lata de los pimientos con el caldo y la bechamel, añadir los pimientos y triturar. Comprobar el punto de sal, cocer 2 minutos, verter sobre los pimientos y cocer 2 minutos más.

Para degustar crudos, confitados o como guarnición, estos pimientos se cultivan y elaboran para su conserva exclusivamente en la comarca de Lodosa



Canutillos de crema

Ingredientes:

- ◆ 400 gramos de hojaldre
- ◆ 1 huevo
- ◆ 400 ml de leche
- ◆ 2 yemas de huevo
- ◆ 130 g de azúcar
- ◆ 40 g de harina de maíz
- ◆ ralladura de limón
- ◆ azúcar glas

Preparación:

Para preparar la crema de relleno, batir las yemas con el azúcar en un cazo de fondo grueso. Hervir la leche con la ralladura de limón y verter sobre las yemas, moviendo a fuego suave. Añadir la maízena disuelta en unas cucharadas de leche fría y dejar espesar. Introducir en una

manga pastelera y guardar en la nevera.

Extender el hojaldre con un rodillo hasta obtener una plancha fina. Cortar en 8 rectángulos iguales, y enrollar cada uno en un cilindro de metal o utensilio similar, apto para el horno, para que quede hueco en

8 raciones 60 minutos

el interior. Pincelar con huevo e introducirlos en el horno precalentado a 220 °C. Hacer durante 14 minutos y dejar enfriar.

Retirar el cilindro y llenar con cuidado de no romperlos. Servir con azúcar glas espolvoreada por encima.

Para facilitar la elaboración de este postre típico en Ultzama y Bartzán se pueden usar bandejas de aluminio fáciles de cortar y enrollar en forma de caña

Abandono animal

Es clave identificar cuándo un animal ha sido abandonado y ayudar a encontrarle un hogar

CADA verano se abandonan más de 100.000 animales, especialmente perros y gatos, por eso es clave identificar cuándo un animal ha sido abandonado y ayudar a encontrarle un hogar, tanto por la seguridad del animal como del entorno que le rodea. **Entre los signos más comunes para detectar** que un animal ha sido abandonado están: ausencia de correa o de placa de identificación o microchip; signos de descuido como pelaje sucio o enmarañado y aspecto desaliñado; comportamiento errático o asustadizo o deambular sin rumbo fijo y evidencias de desnutrición, heridas o parásitos.

¿Qué debe hacerse si se encuentra un animal abandonado? Llamar a la Guardia Civil (Seprona) o al centro de Protección Animal que opere en la región en la que nos encontramos: ellos pueden orientar

sobre los pasos a seguir y coordinar la ayuda necesaria. También puedes contactar a un veterinario: para verificar si el animal tiene microchip y que te ofrezca asesoramiento sobre su cuidado inmediato y el contacto de centros de recuperación de animales. Acudir a protectoras de animales: Existen más de 1.600 protectoras en España que pueden proporcionar refugio y atención a los animales abandonados. Muchas de ellas operan tanto a nivel nacional como regional y disponen de páginas web y atención las 24 horas del día para este tipo de casos.

Si se desea adoptar un animal, existen plataformas como Kiwokoadopta que ha ayudado a encontrar hogar a más de 30.000 animales y cuya página web conecta potenciales familias con animales sin hogar. www.kiwoko.com/servicios/kiwokoadopta



CADA VERANO, EN ESPAÑA SE ABANDONAN MÁS DE 100.000 ANIMALES, LA MAYORÍA PERROS Y GATOS

Las ideas más nuevas

EXPERIENCIA INOLVIDABLE La Dolce Mesa con Amaro del Capo

● Amaro del Capo, el licor nº 1 en Italia elaborado con ingredientes naturales, se ha unido al Grupo Isabella's para crear la Dolce Mesa, una selección de postres para acompañarlo y crear una sobremesa inolvidable.



REFRESCANTE Y CALMANTE Bruma de Arturo Alba



● La Bruma Fitoactiva Calmante de Arturo Alba es un auténtico *match* para pieles apagadas, irritadas, enrojecidas y con pigmentaciones leves. Su acción calmante es inmediata, además de ser un potente antioxidante, anti-radicales libres y despigmentante de una manera suave.

Pvr: 28,95 € www.arturoalba.com

DOS EN UNO Colorete y bronceador

● IT Cosmetics ha lanzado Glow With Confidence Sun Blush, el colorete y bronceador en crema 2 en 1 para un acabado luminoso y natural. Además, tiene efecto hidratante al instante y se funde en la piel.

Pvr: 39 €



PACK VR6 Contra la caída del cabello

● El pack VR6 Summers Essentials contiene la combinación perfecta para reducir la caída del cabello y recuperar su vitalidad: las cápsulas anticaída y el probiótico.

www.dermofarm.com

Vegetarianas

Mucho más que ensaladas

Tubérculos, legumbres y hortalizas son la base de estas recetas aptas para aquellos que no quieren comer carne, ni pescado, ni marisco



Coliflor con ajada y frutos secos

4 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES

- 1 coliflor pequeña
- 2 patatas
- 2 cucharadas de frutos secos
- 8 cucharadas de aceite
- 1 diente de ajo grande
- 1 cucharada de pimentón de la Vera
- sal

PREPARACIÓN

Lavar la coliflor cortada en ramitos y cocerla en agua hirviendo con sal 20 minutos (o tapada en el m.o., 7

minutos al 100%). Comprobar si está tierna, escurrirla y reservarla tapada. Cocer las patatas lavadas y en dados grandes 15 min y reservarlas al calor.

Tostar los frutos secos sin nada de aceite en la sartén, sacarlos y ponerlos entre dos papeles de cocina, para triturarlos con el rodillo. Calentar el aceite y freír el diente de ajo cortado en láminas hasta que se doren.

Fuera del fuego, añadir el pimentón y mover en el aceite caliente para evitar que se queme, dejarlo reposar hasta que se pose. Colar el aceite rojo despreciando el poso, añadir los frutos secos tostados y verter sobre la coliflor y patatas calientes.

COCINA EN AUGE

Motivos

En los últimos años ha cobrado especial importancia la cocina vegetariana, debido al aumento de personas que no quieren consumir carne ni pescado por diversos motivos, por ejemplo, por salud o como protesta por el maltrato animal en las macrogranjas.

Muchas opciones

La dieta vegetariana menos estricta no incluye ningún tipo de carne, pero sí pescado, marisco, huevos, miel y productos lácteos. Una dieta de este tipo, bien organizada, puede aportar todos los nutrientes que necesitamos y repercutir positivamente en nuestra salud, además, generalmente, esos alimentos tienen menos calorías y más elementos como fibra o vitaminas.

Lentejas con vinagreta

INGREDIENTES

- 300 g de lentejas o un bote de lentejas cocidas al natural
- 1/2 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 ramita de apio
- granos de pimienta y sal
- 3 zanahorias
- 1 tallo de apio

Vinagreta:

- 1 cebolleta
- 1 diente de ajo
- 1 huevo duro
- perejil picado
- 1 cucharadita de mostaza
- 9 cuch. de aceite
- 3 de vinagre
- pimienta
- sal

4 RACIONES 45 MIN

PREPARACIÓN

Si las lentejas no son de bote, cocerlas en agua fría con sal, junto con la ramita de apio, la media cebolla y 1 zanahoria, raspada y lavada. Cocer durante 45 min. o 1 hora hasta que estén tiernas. Escurrirlas y reservarlas hasta que se enfríen. Cortar el tallo de apio en trocitos, la zanahoria en juliana y mezclar con las lentejas escurridas.

4 RACIONES 45 MIN

Vinagreta:

Unir la cebolleta en rodajas con el ajo, el huevo y el perejil picados. Agregar la mostaza, salpimentar y diluirlo con el vinagre, añadir el aceite, y batir bien. Mezclar la vinagreta con las lentejas y espolvorear con perejil picado. Debe dejarse un rato para que se impregnén bien los sabores pero no debe enfriarse en la nevera, mejor comer del tiempo.



Parrillada de hortalizas con queso de cabra

INGREDIENTES

- 1 calabacín
- 1 berenjena
- 1 batata pequeña
- 1 patata
- 2 cebolletas blancas con bulbo
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento galo
- 200 g de queso de cabra fresco en dados
- aceite de oliva virgen
- sal gorda
- hierbas frescas

4 RACIONES 60 MIN

PREPARACIÓN

Cortar la berenjena a lo largo en lonchas gruesas, remojarlas en agua con sal 1/2 hora para que pierdan el amargor y escurrirlas. Cocer la patata y batata con piel 1/4 de hora y cortarlas sin pelar en rodajas. Quitar las hojas externas a las cebolletas y cortarlas a la mitad o

en cuartos. Lavar y cortar en rodajas el calabacín, lavar y cortar los pimientos en trozos grandes.

Engrasar una parrilla con aceite, calentarla y dorar las hortalizas sazonadas. Servir las hortalizas calientes con el queso en dados, regar con el aceite y adornar con ramitas de hierbas.



USA POCO ACEITE Y FUEGO FUERTE PARA QUE LAS HORTALIZAS CONSERVEN TODAS SUS PROPIEDADES

Vivir más y mejor

Claves para tener una mejor vejez

Ralentizar el proceso de envejecimiento, y mejorar tu calidad de vida, es posible si tienes en cuenta algunos consejos importantes. ¡Toma nota y empieza ya!

AUNQUE no existe una fórmula mágica para conseguir llegar a los 100 años libre de problemas de salud, sí existen algunos consejos avalados por la ciencia que te pueden ayudar a vivir más y, lo más importante, mejor.

La hipertensión, el tabaquismo, una dieta pobre en vitaminas y la obesidad encabezan el listado de los principales factores de riesgo que amenazan nuestra salud. Te contamos qué tienes que hacer para empezar a cuidarte desde hoy.

Duerme del lado izquierdo

Dormir sobre el lado izquierdo favorece el drenaje linfático y ayuda a que el corazón bombee con más facilidad. Además, recuerda que dormir mal acarrea nervios, cansancio e irritabilidad, pero también aumenta el riesgo de padecer un ataque al corazón. De hecho, las personas con problemas para conciliar el sueño tienen un 45% más de posibilidades de sufrir un infarto.

1 Muévete cada día

Un estudio de la Universidad de Sidney (Australia) alertó de que pasar más de 4 horas al día sentada aumentaba el riesgo de cáncer y se incrementaba todavía más a partir de 8 horas. No hace falta que te machaques en el gimnasio, saca tus deportivas, ponte algo cómodo y sal a caminar. **Si lo haces 30 minutos al día reducirás los niveles de colesterol malo (LDL) y aumentarás los de colesterol bueno (HDL).** Además, caminar a paso rápido ayuda a prevenir y

controlar la presión arterial alta, reduciendo el riesgo de accidentes cardiovasculares hasta en un 30%.

2 Reduce el azúcar que tomas

No hace falta ponerse radical. Pero no debes abusar del azúcar, ya que su consumo está estrechamente relacionado con la diabetes, enfermedades cardiovasculares y la obesidad. El problema es que muchos alimentos llevan azúcar oculto, por lo que puedes estar tomando demasiado sin darte cuenta. **Lee bien las etiquetas y detecta todos los ingredientes acabados en 'osa': maltosa, dextrosa, sacarosa, fructosa, glucosa...** Aunque no ponga azúcar, estas sustancias sí lo aportan.

3 No abuses del móvil

Uno de los principales problemas que se derivan de pasar tanto tiempo frente al móvil o la tablet está relacionado con la vista. Aunque no lo creas, llegamos a pasar entre 4 y 5 horas al día mirando una pantalla y, ciertos factores



No caminas descalza

✓ Al caminar descalza en casa de forma habitual nos provocamos una inflamación innecesaria en los pies que puede tener secuelas en todo el organismo, ya que esto se ha relacionado con enfermedades degenerativas como el Alzheimer, el cáncer, las enfermedades autoinmunes o la diabetes. Si lo que buscas es liberar la carga de las articulaciones y la zona lumbar, lo mejor es que utilices unas zapatillas que tengan 2 o 3 centímetros de tacón ancho, para repartir bien toda la presión entre el talón y el antepié.



Pasar más de siete horas al día sentada puede reducir la esperanza de vida hasta en un 15%

como la luz que estos dispositivos emiten, así como el esfuerzo de tus ojos para enfocar los objetos que constantemente estás visualizando, **dañan progresivamente tus ojos, en especial tu retina, la misma que se encarga de recibir las imágenes** y enviarlas a tu cerebro a través de los nervios ópticos. Por ello lo mejor es que disminuyas su tiempo de uso.

4 Limita el consumo de alcohol

Lo mires por donde lo mires, el alcohol es una sustancia tóxica para el cuerpo y puede acarrear

muchos problemas de salud. Es un error creer que la señal de alarma es que se nos suba a la cabeza. Podemos no notar ningún efecto cerebral y que el hígado, el páncreas o el corazón estén padeciendo agresiones sin quejas aparentes. Además, el cerebro tiene tendencia a habituarse y con los años cada vez acepta mejor dosis más altas de alcohol. Por ello lo mejor es limitar su consumo y, a poder ser, reservarlo sólo para los fines de semana. ¿La cantidad recomendada? En los hombres no se debe superar los 25 gramos al día, lo que equivale a dos

latas de cerveza o dos copas de vino tinto. **En el caso de las mujeres se recomienda la mitad, unos 12 gramos al día: una lata de cerveza o una copa de vino.**

5 Controla la tensión arterial

No se trata solo de renunciar al salero, también hay muchos alimentos que consumes a diario que contienen grandes cantidades. Antes de comprar, lee las etiquetas, si tiene menos de 140 mg de sodio por porción se considera que su contenido es bajo, **si tiene entre 140 y 400 mg es moderado y si tiene más de 400 mg es alto.**

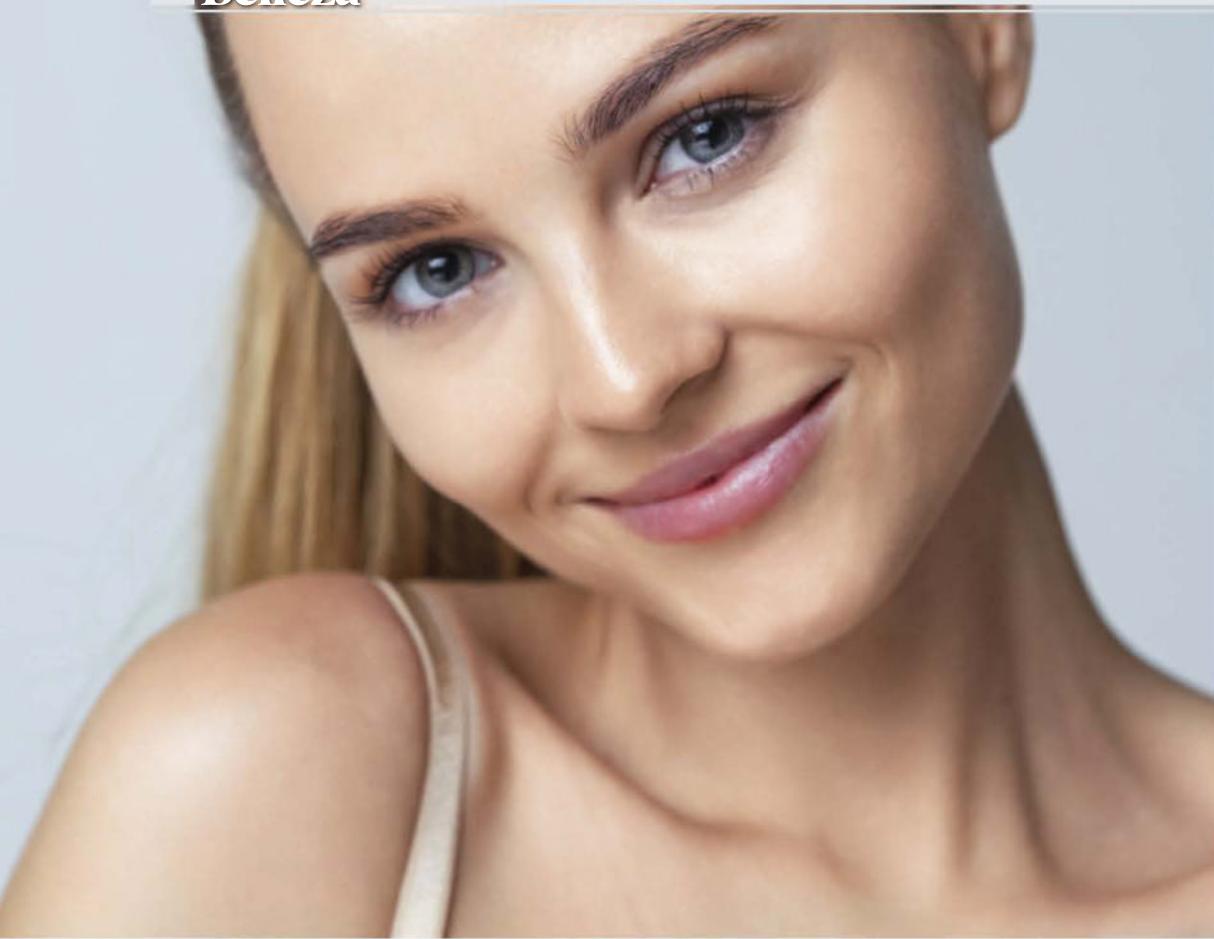
2 tips que debes poner en práctica

Come 3 piezas de fruta al día

Si a las dos piezas de fruta que debes comer obligatoriamente al día le sumas una tercera, reduces un 15% el riesgo de sufrir un infarto. Y si, además, le añades una cuarta pieza, lo disminuyes un 20%. ¿El motivo? La fruta es cardioprotectora por su riqueza en potasio, fibra, ácido fólico, antioxidantes y fitoquímicos. Decántate por las naranjas, que ayudan a reducir la presión sanguínea; y las frutas del bosque, que reducen el colesterol malo.

Cambia el café por el té

Si eres fan del té, ya sea verde, rojo, negro... debes saber que, además, es tu aliado estrella para cuidar tu corazón. Y es que las personas que toman una taza de té al día tienen un 35% menos de posibilidades de sufrir enfermedades cardiovasculares, ya que esta bebida previene los depósitos de calcio en las arterias. Eso sí, para beneficiarte de todas sus propiedades, tómalo siempre sin azúcar. Y si eres de las que no pueden sobrevivir sin café, al menos reduce su ingesta a uno o dos al día, ya que el café es irritante y puede dañar el estómago.



Resetea tu piel

y prepárala para el nuevo curso

El sol, la sal del mar, la humedad y los cambios de horarios acaban pasando factura a tu piel. Te contamos qué debes hacer para resetearla en tiempo récord

EN vacaciones hemos disfrutado y desconectado, pero nuestra piel no ha descansado tanto como nosotras. Exponernos demasiado al sol, el cloro o la sal puede causar estragos, y ahora toca trabajar para reparar daños. ¡Apunta!

Recupera tu rostro

El sol, con sus rayos ultravioleta (UV), estimula

la dispersión de la melanina en la piel. La producción de melanina hace que nos pongamos morenas, y eso actúa como un escudo natural frente al sol. Sin embargo, esto se convierte en una pesadilla para quienes comienzan a generar arrugas y manchas. ¿La razón? La excesiva exposición supera la capacidad de nuestra piel

para protegerse, y pueden iniciarse procesos degenerativos: dermatitis solar, queratitis actínica y, por supuesto, melanomas y envejecimiento en la piel. Además, son especialmente vulnerables las personas de piel blanca, pues tienen menos melanina y el ADN de las células de su piel queda muy expuesto a los potentes rayos del verano.

Cuida más tu rostro

✓ Limpieza exhaustiva

Si quieres que tu bronceado dure durante semanas, no cometas el error de dejar a un lado la limpieza del rostro, solo hazla bien. La mejor manera es aplicar con cuidado un poco de agua micelar. Además de realizar una función calmante, este producto limpia sin arrastar la melanina.

✓ Cura de choque

Apícate una mascarilla una vez por semana para devolver la luminosidad a tu rostro y combatir las posibles manchas. ¿Tus mejores aliadas? Las de velo. Son de celulosa biológica y contienen una gran cantidad de principios activos.

✓ SOLUCIÓN

Apuesta por los cosméticos que contengan ácido hialurónico (perfecto para rehidratar y combatir la aparición de arrugas), vitaminas A, C y E, y antioxidantes (que previenen los daños a la piel provocados por la radiación solar o por la exposición a ciertos contaminantes atmosféricos). Y si ya tienes manchas instaladas en la

► Crema Antioxidante Antiedad Regenerante Noche, de Atashi. 38,05€



► Sérum concentrado fortificante Minéral 89, de Vichy. 21,50€



LA
FALTA DE
HIDRATACIÓN
ES EL PRINCIPAL
PROBLEMA DE LA PIEL
TRAS EL VERANO.
ELÍGELAS CON
ACTIVOS
REAFIRMANTE



► Tratamiento corporal nutritivo Hialurónico Thé Des Vignes, de Caudalie. 23,55€



► Leche Reafirmante Ultra Firm Skin, de Farma Dorsch. 32,40€



► Leche hidratante revitalizante Rêve de Thé, de Nuxe. 24,60€

piel, también puedes realizarte algún peeling químico, pero después de estos tratamientos huye del sol. Incluso en la ciudad, aunque no te vayas a exponer directamente, deberás usar protectores solares de alto efecto.

Revitaliza tu cuerpo

Tras los excesos del alcohol y las comidas copiosas disfrutadas durante las vacaciones, habrás acumulado algún kilo. Además, con la exposición continuada al sol, tu dermis habrá sufrido una rotura de las fibras elásticas, lo que hará que tu piel tenga un aspecto más flácido de lo habitual. Y, ojo, porque la aparición de estrías también es frecuente.

✓ SOLUCIÓN

Ahora debes apostar por cosméticos más nutritivos y que sean muy ricos en los siguientes activos: colágeno, antioxidantes, ácido hialurónico y vitaminas, sobre todo retinol. Todo ello ayudará a devolver a tu piel su tersura y a eliminar las células muertas y los excesos de toxinas.

Además, **durante un par de meses es clave que utilices un body milk que tenga gran efecto reafirmante**.

Por último, no olvides que es clave exfoliar. Este paso hará que tu bronceado sea más duradero. Exfoliate una o dos veces a la semana, pero con ingredientes suaves y agua tibia.

CONSULTORIO DE

Carmen Navarro



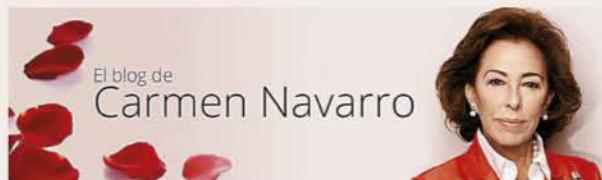
ESTRENA PIEL EN CABINA

Sí, hemos disfrutado de las vacaciones, de ese tiempo de descanso y de desconexión. Algo magnífico para nuestra salud mental y física. Pero, a la vuelta, tu piel llegará deshidratada, quizás con escamaciones, posiblemente con manchas, y estará pidiendo con urgencia los mimos que le devuelvan su esplendor.

Una evidencia es que la mezcla de sol, sal y cloro deshidrata e irrita. Lo primero que debemos hacer es analizar el estado de tu piel y agendar un tratamiento acorde en cabina. Son varias las opciones, pero debe tratarse de uno que complete las fases fundamentales: exfoliar, renovar y tratar las temidas manchas. El objetivo es, una vez liberada la piel de las células muertas, aportarle una solución rica en vitaminas antioxidantes. De esta manera conseguimos una piel renovada, blanqueada, suave, hidratada, revitalizada y radiante. Hydrafacial, Hydralift, la Cápsula del Tiempo... Hay varios sistemas con los que trabajar, y todos con óptimos resultados.

Pero hay pieles que, a la vuelta del verano, necesitan algo más: trabajar la hiperpigmentación y el envejecimiento prematuro. Sabemos que el peor enemigo de las manchas son los rayos solares. Activan la producción alocada de melanina en aquellas zonas más expuestas, no solo el rostro, sino también el escote o las manos. Aunque existen varios protocolos para combatirlas, el número uno en nuestros centros sigue siendo Cosmelan. Es una mascarilla que se aplica en cabina (se mantiene sobre la piel entre 6 y 8 horas) y gracias a sus principios activos realiza una renovación integral del cutis, disminuyendo, y en muchos casos eliminando, las manchas. El protocolo es indoloro, enrojece durante unos días, pero no impide llevar a cabo una vida normal. Eso sí, es muy importante continuar el tratamiento a domicilio y, por supuesto, con un factor de protección solar para bloquear la acción de los rayos UV.

SÍGUELA EN SU BLOG:



www.semana.es

Pon un poco de achicoria en tu vida

● Es muy beneficiosa para el sistema digestivo, evitando el estreñimiento, los gases, el reflujo y la acidez.

● Reduce el colesterol y previene enfermedades cardiovasculares.

● Tiene efectos diuréticos, ayudando a eliminar toxinas y mejorando la retención de líquidos.

● Palia los síntomas de estrés y ansiedad, favoreciendo la relajación.

● Es un gran antioxidante y antibacteriano, fortaleciendo el sistema inmune y protegiendo la salud de nuestra piel.



Escote sin manchas

Para lucir un escote bonito y sin manchas, apícate una mezcla compuesta por 2 cucharadas de yogur, 1 cucharada de miel y unas gotitas de zumo de limón. Dejá actuar durante 20 minutos y aclara con agua tibia.

REMEDIO EFICAZ

CÓMO AHUYENTAR A LAS HORMIGAS

Guarda en sacos de tela menta, laurel, granos de café o ajo y ponlos en rincones estratégicos de tu casa o jardín para ahuyentar a las hormigas, que tanto abundan en esta época del año.

Plátanos: ¿dentro o fuera de la nevera?

Se recomienda conservarlos a temperatura ambiente fuera de la nevera. Pero si tu cocina no está bien ventilada, puedes meterlos con la punta envuelta en papel del film para ralentizar su maduración.

Elimina los atascos de las tuberías

1 Agua hirviendo con sal

Hierve dos litros de agua con dos puñados de sal y viértelos en ebullición por el desagüe.

2 Bicarbonato, vinagre y agua

Vierte media taza de bicarbonato sódico en el desagüe y acto seguido, media taza de vinagre. Después, echa poco a poco tres litros de agua hirviendo.

3 Jabón en polvo y agua

Si el atasco no es muy grande, puedes optar por el jabón en polvo. Echa media taza del mismo por el desagüe y después, vierte dos litros de agua hirviendo.

Revive tus plantas tras las vacaciones

✓ **No te dejes llevar por el impulso de tirarla a la basura.** Revivir una planta seca es posible.

✓ **Lo primero es hacer limpieza.** Elimina las flores y los tallos marchitos para evitar que la planta tenga que seguir, en las condiciones de sequedad en las que está, enviándolos salvia y nutrientes.

✓ **Y llega el momento del riego.** Elimina la capa superficial de la tierra, que está apelmazada y dificulta el paso del agua. Después puedes proceder al riego, sin encharcar la planta. Pero una forma más efectiva de hidratar la planta, es sacar el cepellón (masa de tierra pegada a las raíces de la planta que coge la forma de la maceta en la que está),

sumergir este en agua templada unos 10 minutos y, tras escurrir el exceso de riego, volverlo a poner en su maceta. También puedes trasplantarla a otra maceta más grande con sustrato nuevo.

✓ **Revisa si ha sido objetivo** de plagas y, si es así, comienza el tratamiento para eliminarlas.



Pasatiempos de verano



AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 23 cuadros en blanco	UN PEZ DE RÍO, PL.	CERVEZA LIGERA INGLES	COMIENCE UN PROCESO	ARTÍCULO NEUTRO	NOMBRE DEL ACTOR DE LA FOTO	UNA CON- SONANTE	DIOS DEL VIENTO	ABREV., AT- MÓSFERA	HIIJA DEL HIJO O DE LA HIJA
	CUBRIR CON AZÚCAR GLAS	PATRONA	PRÓXIMA, INMEDIATA	CONJUNTO DE ACÉM- LAS, PL.	UNA FELINA ENGALANA	PUSO EN EL EJE NORTE	HACER AL HORNO	MUJER CASADA	PULCRA
	Diecisés						LIMOSNA	ASUNTOS JUDICIALES	JUNTA POR EL DORSO
							CALAÑA		
COLOQ., BAILAN									
ALISOS, ÁRBOLES BETULACEOS									
UNA ORGANIZACIÓN DE TV									
TECLA DE GRABACIÓN									
SOSIEGUE, TRANQUILICE									
PRIMERA CONSONANTE									
ATARDECER									
TONELADA									
LANZARA UNA OJEADA									
INTERJECCIÓN PARA ANIMAR									
SU EXCELENCIA									
TIERRA ARCILLOSA AMARILLA, PL.									
FIGURA MUSICAL									
ABREVIATURA DE "SANTA"									
FLUIDO AERIFORME									
TROZOS DE PAN EN CALDO, PL.									
EN ROMANOS, 50									
PREPARE UN PRODUCTO									
MALIGNOS									
PRIMERA LETRA DEL ABECEDARIO									
COLOQ., SENSATEZ									
INSTRUMENTO MUSICAL DE CUERDA									
ENERGÍA CINÉTICA									
PREFIJO QUE SIGNIFICA "NUEVO"									
NAVARRA									
ENCOLERIZAN, MUEVEN A IRA									
SÍMBOLO DEL CERIO									
RADIO NACIONAL DE ESPAÑA									
DISPUESTA EN ERAS									
DES ACOGIDA									
ABREV., DON									
EN NÚMEROS ROMANOS, 10									
DOCTOR EN UROLOGÍA									
PERCIBAN CON LA VISTA									
LAS QUE ESTÁN AHÍ									
MALSANA									
AHORA MISMO, EN EL ACTO									



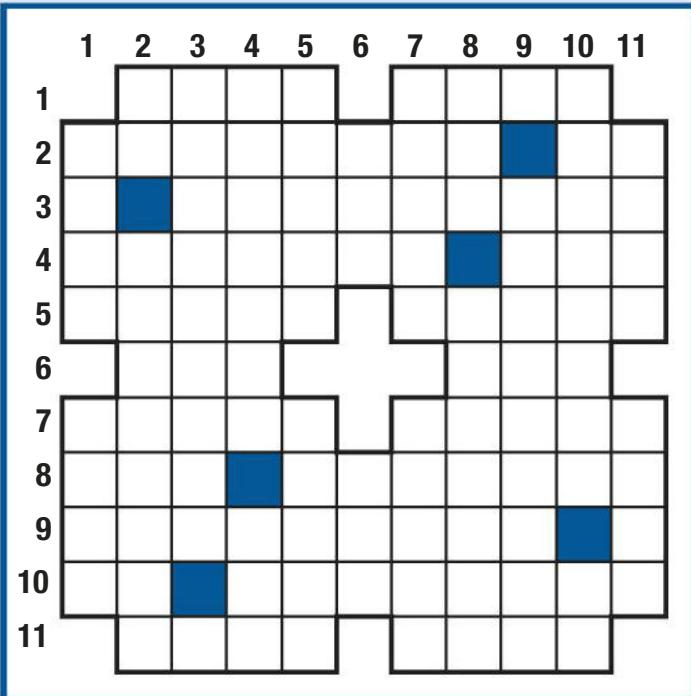


CRUCIGRAMA

Nº 2.807

HORIZONTALES

- 1: Aureola. En Asturias, judia blanca gorda.
- 2: Acción y efecto de heredar. Consonante doble.
- 3: Golpe dado con la rodilla.
- 4: Ocupara el trono. Una técnica diagnóstica.
- 5: Casas de madera. Solución salina.
- 6: Hombre muy valeroso. Abrev. de "señora".
- 7: Padezcan tos. Río del levante español.
- 8: En inglés, arte. Atascase, obstruyese.
- 9: Originario del Piamonte.
- 10: Abreviatura de "a la atención". Formó una pareja.
- 11: Me ..., me exhibí. Pelo de las ovejas.



VERTICALES

- 1: Mata ..., famosa espía. Cubierta de un libro.
- 2: Símbolo químico del helio. El ..., famoso monasterio.
- 3: Trepa, oportunista.
- 4: Del color del pelo del león, fem. Minist. Educación y Cultura.
- 5: Rizos suaves en el pelo. ... Watts, actriz.
- 6: Central de Información de Riesgos. Tratado de no proliferación nuclear.
- 7: Hileras. Totalidad.
- 8: Academia Argentina de Letras. La que presta con usura.
- 9: Causasen terror.
- 10: Subierais. Onomatopeya de la risa.
- 11: Enajenado, perturbado. Prefijo que significa "aire".

SUDOKUS

Las reglas del Sudoku son muy simples: No hay dos números iguales en una misma fila, ni en una misma columna, ni en un mismo cuadrado parcial de 3x3 casillas. El juego consiste en completar las casillas con cifras del 1 al 9 a partir de las pistas que se dan.

Fácil

	7			2	9	6	3	
	9		1		3			
4	3				7		2	
		5	2			9		7
				9			5	
					8		3	
	6				4		2	
7	4			8	2			6
2		9	7		6			8

Difícil

	6				8	5		1	4
7					2		6	8	9
8				6					
5		4			7		3		
	8				3		2		
					8	4			
1	5					6			
4			8			9		3	
	3							5	

AUTODEFINIDO

Tipos de calzado



1



2



3



4

FOTO 7 VALLA VEGETAL	CORROÍ PONGA LA TAPA	ABREV., IBIDEM	FOTO 5 ANIMAL ALADO	BAILE CANARIO	RADÓN APUNTAS	Océano ENTREGÓ	GIRONA LAGUNA, PANTANO	SE ATREVE DUENO, PROPIE- TARIO
NACIÓN TIPO DE MÚSICA	INTERJ. DE DESPRECIO ECHÓ EN SAL	ENCALLAN UNA PRE- POSICIÓN	FOTO 1 REAL ACADEMIA ESPAÑOLA	FOTO 2 ORIGINARIO DE CEUTA	PLANTI- GRADO CUIDAD DE JAÉN	FURIA TÍTULO HONORÍFICO INGLES	MASURIO NOMBRE DE LETRA	
REHALA, REBANO PLATINO	ENTRIS- TECE SENDA PEATONAL	ORIGINARIO DE CEUTA QUIZÁ, TAL VEZ	TIERRA Y AGUA GOBER- NALLE	TIERRA Y AGUA GOBER- NALLE		POLICIA ESPECIAL UN REVÓLVER		DESPRO- VISTAS DE BELLEZA
ELEVE LAS VELAS MEZQUINA	DEL CORO CAPITAL AMERICANA	OBEDEZCAS SUMO SACERDOTE JUDÍO	AGARRAD CAM- PEONES	DAÑOS LEVES MUCHE- DUMBRE	FOTO 3 SIGLAS DE "CÓDIGO POSTAL"	NOMBRE DE LETRA ARCA PARA ROPA	DOBLE CURVA NOMBRE DE IRLANDA	IN AGRO LUGAR DON- DE PONEN LAS AVES
MENTIRAS ADJETIVO DEMOSTRA- TIVO, FEM.	SE ..., SE DEJÓ VER LABRARIAS	SE ..., SE DEJÓ VER LABRARIAS	ORIFICIO RECTAL GANSO	PLUTONIO ESCUCHE		RÍO EUROPEO SANTA		FOTO 8
CASUALI- DAD, CASO FORTUITO	SE ..., SE UNA EN MA- TRIMONIO FOTO 2	SOCORRO ASE LIGE- RAMENTE UNA COSA	EN ROMA- NOS, NUEVE LEVANTA, ALZA	PATRIARCA BÍBLICO EN ROMA- NOS, 42	FOGÓN BAJO LLENA DE HUESOS	ANSIA DE BEBER VILLA DE GIRONA	REZA LETRA GRIEGA	LLENA DE RABIA
UTILIZAS PREF., REPETICIÓN	SE DESPLOMA PARQUE NACIONAL	SE DESPLOMA PARQUE NACIONAL	QUE COME- TE LOÍSMO SELENIO	ELOGÍO EXPRESADO VERBAL- MENTE		UN ÁRBOL ABREV., "A LA ATENCIÓN"	PREF., SE- PARACIÓN MEGATO- NELADA	
CUIDAN Y NUTREN FOTO 4	VESTI- MENTA REMITENTE	SEVERO SÍMBOLO DEL LANTANO	LEVANTA LAS ANCLAS	ABREVIATU- RA DE "SU SANTIDAD"	ABREV., AVENIDA ABREV. DE "SEÑOR"	... TAC, EL RELOJ OBSERVE	INTERJ. DE SORPRESA LÍNEA DE TIERRA	
COLOO, CABEZA				FOTO 6				



5



6



7



8



DAMERO

Nº 2.860

1	I	2	V	3	V	4	H	5	○	6	V	7	U	8	○	9	○	10	V	11	○	12	D	13	M	14	○	15	E		
16	M	17	A	18	○	19	U	20	I	21	K	22	F	23	C	24	○	25	A	26	G	27	○	28	V	29	I	30	I		
31	Q	32	S	33	U	34	○	35	G	36	C	37	G	38	U	39	M	40	A	41	○	42	J	43	S	44	○	45	H		
46	J	47	P	48	L	49	O	50	C	51	Q	52	H	53	V	54	○	55	J	56	F	57	H	58	F	59	P	60	T		
61	G	62	R	63	○	64	E	65	C	66	J	67	○	68	C	69	D	70	K	71	R	72	N	73	Q	74	R	75	A		
76	O	77	○	78	R	79	N	80	○	81	P	82	T	83	D	84	○	85	T	86	Q	87	S	88	F	89	T	90	○		
91	E	92	K	93	S	94	B	95	L	96	P	97	N	98	J	99	N	100	S	101	○	102	L	103	N	104	A	105	J		
106	○	107	B	108	R	109	K	110	N	111	R	112	R	113	G	114	K	115	○	116	B	117	U	118	S	119	S	120	B		
121	E	122	Q	123	M	124	L	125	L	126	○	127	K	128	L	129	T	130	M	131	T	132	T	133	H	134	B	135	○		
136	B	137	Q	138	D	139	D	140	E	141	H	142	F	143	P	144	G	145	P	146	Q	147	○	148	P	149	O	150	D		
151	E	152	A	153	O	154	I	155	○	156	I	157	C	158	○	159	F	160	O	161	U	162	M	163	U	164	V	165	...	166	○

Fragmento de "Soneto de la liberación". Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerán el nombre y los apellidos de la autora.

A. 25 40 17 104 152 75

Mordisquead.

B. 94 107 134 120 116 136

Defiendes en juicio.

C. 65 23 68 36 50 157

Leía de nuevo.

D. 138 139 150 69 12 83

Acción de gemir.

E. 91 15 64 140 151 121

Insecto social.

F. 22 142 88 159 58 56

Cadencias, compases.

G. 26 144 37 35 61 113

Pedid con urgencia.

H. 141 4 57 45 133 52

Palpada.

I. 29 30 20 1 156 154

... la voz, la agudice.

J. 105 42 98 66 46 55

Intencionadamente.

K. 21 92 114 127 70 109

Compositor alemán.

L. 48 125 102 128 95 124

Cantó.

M. 130 13 16 39 123 162

Vería lo escrito.

N. 99 103 79 72 110 97

Diminutivo de "Lola".

O. 160 9 149 153 49 76

Economizo.

P. 96 47 81 148 59 145 143

Salió un líquido a chorros.

Q. 73 122 137 51 31 86 146

Asistías a algún lugar.

R. 71 78 62 111 112 108 74

Tendrán peso.

S. 118 43 87 119 93 32 100

Aparte, guarde.

T. 60 132 85 89 129 131 82

Hacer inhalaciones.

U. 19 7 117 161 33 163 38

Capital de La Rioja.

V. 2 28 6 10 53 164 3

Cubrir con yeso.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.859

Ya alegra la campiña la fresca primavera, el bosque y la pradera renuevan su verdor, con silbo de las ramas los árboles vecinos acompañan los trinos del dulce ruiseñor.

Clave: Iriarte. *La primavera*.

AUTODEFINIDO



7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

5	1	4	8	9	2	6	3	7
7	2	8	6	3	5	1	4	9
6	9	3	4	1	7	5	2	8
1	8	6	3	2	9	4	7	5
3	5	9	7	4	8	2	1	6
4	7	2	5	6	1	8	9	3
9	4	5	2	8	3	7	6	1
8	6	1	9	7	4	3	5	2
2	3	7	1	5	6	9	8	4

FÁCIL

DIFÍCIL

AUTOBLANCO

P	A	B	I	L	O	S	U
I	T	Z	U	R	D	O	S
N	S	A	C	I	A	B	A
A	V	A	I	N	T	E	R
S	O	C	I	A	I	N	A
N	A	R	V	A	L	I	T
G	D	A	I	S	S	S	S
U	F	O	L	A	T	A	A
Y	E	S	A	L	I	A	N
A	C	M	A	R	A	B	U
N	A	T	A	L	E	S	B
A	L	I	N	O	S	P	E
E	M	A	N	A	D	A	A
A	S	A	D	B	O	G	O
R	B	O	B	I	N	A	S
O	R	A	L	O	A	B	A
M	A	S	C	O	R	A	D
A	F	O	C	E	A	N	O

CRUCIGRAMA Nº 2.806

HORIZONTALES.

- Haba. Iría.
- Hez. Banasta.
- Alabarderos.
- Ya. Atoará. E.
- Arano. Siete.
- Acá. Ale.
- Asirá. Imita.
- R. Diurno. RD.
- Aguardáseis.
- Saliese. MCL.
- Seso. Muto.

VERTICALES.

- Haya. Aras.
- Helaras. Gas.
- Aza. Acidulé.
- B. Banáriais.
- Abato. Áureo.
- Aro. Rds.
- Indas. INAEM.
- Raeríamos. U.
- Israelí. FMT.
- Ato. Tétrico.
- Asee. ADSL.

LIBROS

● **El último crimen de la escritora Emilia Ward.**

Emilia, una escritora de éxito, vive feliz con su marido y sus hijos, mientras acaba su última novela. Y de repente un incidente sacado de uno de sus libros ocurre en la vida real. Y luego otro. Y otro... Hasta que alguien es asesinado siguiendo el mismo método que ella ha descrito en el manuscrito que solo lo ha leído su editora y sus más allegados. **Planeta. 21,90 €.**

● **Un gato en el palomar.**

Un príncipe árabe logra sacar de su país una fortuna en piedras preciosas, que acaban en un internado en la campiña inglesa. Pero alguien más quiere las joyas y cuando tres profesores son asesinados, una alumna pide ayuda a Hercules Poirot. **Espasa. 15,90 €.**



● **Corazón de ceniza.** Para su primer año en la universidad, Sky planea deshacerse de su imagen de niña buena. Para conseguirlo se fija en Ash, un chico malo atractivo pero insoportable.

Dispuesta a aceptar esta relación sin futuro, Sky se sumerge de lleno en el juego de la seducción, pero pierde miserabilmente... Ash se aleja, pero ella no se rinde. **Ed. MR. 18,90 €.**

● **La enfermera del Bellevue.** Nueva York, década de 1880. Huyendo de la policía, una joven acusada de un asesinato que no ha cometido, se esconde donde nadie la buscará: la escuela de enfermería del hospital Bellevue. Pero no puede huir del pasado. **Maeva. 22,90 €.**

● **Los veranos siempre regresan.** Gaby y Liam eran los mejores amigos hasta que algo los separó. Ocho años después, ella vuelve a su ciudad; es una escritora famosa y quiere recuperar la inspiración y pasar tiempo con su familia. Pero volver a ver a Liam la hace enfrentarse a su pasado, a la amistad que traspasó una línea invisible y al recuerdo de la chica feliz que fue y que hace tiempo desapareció. **Titania. 22,50 €.**

CINE ESTRENOS 30 DE AGOSTO



Un regalo para papá y mamá

Nac: EE.UU. **Dir:** Christian Ditter. **Int:** Greg Kinnear, Isla Fisher, Easton Rocket Sweda, Shay Rudolph.

El pequeño de los Diehl descubre que puede manipular el tiempo utilizando el reloj de pared heredado de su abuelo. Con la ayuda de sus hermanos mayores, regresa una y otra vez al día en que sus padres, Jen (Isla Fisher) y Eric (Greg Kinnear), les anuncian su separación, esperando poder cambiar el destino de la familia.



Héroes de Central Park

Nac: Francia. **Dir:** Jérémie Degruson.

Las desventuras de un títere de Don Quijote fugitivo y con una imaginación ilimitada, y de DJ Doggy Dog, un peluche abandonado que necesita un amigo. Una pareja imposible que cruzará sus caminos en Central Park y se unirá contra viento y marea para una épica aventura en la ciudad de Nueva York, demostrando que incluso los más pequeños pueden lograr grandes hazañas.

Horóscopo

DEL 28 DE AGOSTO AL
3 DE SEPTIEMBRE

ARIES

21/3 - 20/4

SALUD: Trata con un especialista algo autoinmune que podría perjudicarte.

DINERO: Septiembre traerá oportunidades y mejoras económicas.

AMOR: Contarás con el apoyo de los tuyos. Alguien trabajará para mejorar tu situación.

Pon flores amarillas en agua para atraer abundancia.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Fortalece tu organismo ante la sensación de fatiga o agotamiento creciente..

DINERO: Algunos sucesos inesperados provocarán tensión, pero será algo pasajero.

AMOR: Cambios necesarios para los que estarás receptivo a lo que la vida te ofrezca.

Cultiva con mimo una planta del dinero.

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Riesgo de infecciones de orina o temas de riñón.

DINERO: Optarás por la precaución. No te obsesiones ni te pongas en modo austero.

AMOR: Esfuérzate en dedicar tiempo de calidad y tomar la iniciativa para sorprender a tu pareja.

Una piedra obsidiana será excelente protectora.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Reduce tu actividad mental y procura descansar y desconectar.

DINERO: Economía algo ajustada y con la necesidad de organizar septiembre de manera disciplinada.

AMOR: Cuanto más hables, más probabilidades tendrás de equivocarte.

Pon cinco monedas en arroz para la prosperidad.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Casi todo lo que padeces tendrá un origen en la somatización de tus emociones.

DINERO: Resolución de algún asunto legal a tu favor.

AMOR: Sé amable, evitando la brusquedad al decir las cosas. Recuerda que tus palabras tienen poder.

Quema palo santo a diario para alejar la negatividad.

VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Posible rehabilitación, cirugía o tratamiento para tu recuperación.

DINERO: No es momento de arriesgar ni de precipitarte a los cambios. Sé paciente.

AMOR: Periodo de tranquilidad y paz mental en lo relacionado con tus relaciones.

Pon orden en todo lo que esté pendiente.

LIBRA

23/9 - 22/10

SALUD: Encontrarán el diagnóstico o tratamiento adecuado y mejorarás rápidamente.

DINERO: Vivirás relajado en lo económico. Posible cambio laboral o de negocio.

AMOR: Sanarás de pensamiento y sentimiento. Recobrarás confianza e ilusión.

Una rosa de Jericó en agua para la buena energía.

El mejor signo



Mar
Saura

16 de octubre
de 1975
(48 años)



ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Tratamientos y cuidados específicos de toda la piel.

DINERO: Te concederás prioridad y buscarás satisfacer tus necesidades por encima de otros asuntos.

AMOR: Revisa si esperas demasiado de los demás y si ofreces lo mismo que demandas.

Las perlas te protegerán y atraerán tu buena suerte.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Deberás aprender a gestionar cómo te afectan las conductas de los demás.

DINERO: Tendencia a sufrir una crisis de la que saldrás fortalecido y con las ideas claras.

AMOR: Evita enviar lo que otros aparentan poseer, porque no conoces su situación.

Quema incienso de ruda que favorezca la suerte.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Apostarás por el autocuidado con el ejercicio y disciplina.

DINERO: Propuestas ventajosas en lo laboral. Cambio de rumbo favorable y necesario.

AMOR: Sabrás reconocer qué debes cambiar para que mejoren tus relaciones, así que hazlo.

Rodéate de vida y de buena energía con plantas.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Alcanzar tus objetivos requerirá de un esfuerzo adicional.

DINERO: Deberás establecer prioridades aceptando el hecho de que todo no estará a tu alcance.

AMOR: Posible reencuentro o viaje que, además de divertido, será sanador.

Pon una ramita de olivo cerca de la puerta de casa.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Algun asunto del que no eras consciente saldrá a la luz y podrás resolverlo.

DINERO: Satisfacción general al hacer balance de lo pasado este verano.

AMOR: Los astros favorecerán tus buenas relaciones y los encuentros felices.

La cruz de Caravaca te protege frente a lo negativo.

Tel. gabinete: 91.013.11.21 - 806.408.522

Por el futurólogo Rubén Barea www.rubenbarea.com



LA HONESTIDAD DEL TAROT DE
MARGARITA SAN ROMÁN

TAROTMARGARITASANROMAN.COM

NO SIEMPRE ES FÁCIL AVANZAR EN LA VIDA,
PERO CON ESFUERZO Y ACTITUD ES POSIBLE.

RESUELVE TUS DUDAS DE AMOR



91 217 48 72
806 40 30 04

ATIENDO
PERSONALMENTE



Coste máx. €/min Red Fija: 1,21 Red Móvil: 1,57. IVA Inc.
Mayores 18 años: JRF Apdo Correos 7 46007 Valencia



922 679 362
806 514 514

Coste Máximo 806: 1,21 €/minuto red fija, 1,37 €/minuto red móvil. IVA incluido. Mayores de 18 años. Aljedado S. L. Aparcado de correos 145. Código Postal 38200. Santa Cruz de Tenerife.

Servicio de Ocio y Entretenimiento.

PREDICIONES
2024
aliciagalvan.com

factoría de medios · 91 217 41 59

SOMBRA AQUÍ Y SOMBRA ALLÁ



Alberto se ha estrenado recientemente como colaborador del programa 'Fiesta'. Allí tiene su propia sección de maquillaje.

Alberto Dugarte: "Me he llevado muchos palos de gente que pensaba que era mi familia"

El maquillador de personajes como Isabel Pantoja o Ana Obregón se sincera con SEMANA y nos confiesa sus problemas con la báscula y las decepciones que ha sufrido

Su constancia y esfuerzo lo han convertido en uno de los maquilladores más famosos y reconocidos de nuestro país. Por sus manos pasan reconocidos talentos como Isabel Pantoja o Georgina Rodríguez, pero llegar hasta aquí no ha sido un camino de rosas. Decepciones, luchas y sortear obstáculos se han convertido en el día a día de nuestro protagonista, que nos asegura que, a pesar de todo, está viviendo uno de los mejores momentos de su vida.

¡Te vemos en plena forma!

Estoy en un momento muy feliz de mi vida, tanto por dentro como por fuera. He llegado a un equilibrio mental y corporal que necesitaba. He pasado por un proceso bastante difícil para poder conseguirlo.

¿Difícil por qué?

Porque en la vida tienes que superar diferentes miedos, complejos, inseguridades, traiciones, amigos que creías amigos, hermanos que desaparecen y no están, tra-

bajos que a veces se hacen muy cuesta arriba...

Afirmas sentirte bien tanto por dentro como por fuera, pero lo de fuera es evidente.

Yo siempre he tenido una lucha con la báscula. Toda la vida he tenido que controlarme.

¿Has tenido que recurrir a algún tipo de tratamiento para adelgazar?

No me avergüenza decirlo porque creo que esto puede ayudar a mucha gente que esté leyendo esto. Di el paso de hacerme una bibliopoescultura, que es una reconstrucción entera del cuerpo.

¿Cuánto es el máximo que has llegado a pesar?

El máximo fueron 116 kg. Y ahora estoy en 86 kg.

¿Cuándo miras fotos tuyas de antes, qué piensas?

Lo relativizo. El doctor Tarraso, que me ha hecho un seguimiento durante estos últimos ocho años, me ha dicho que tengo mente de gordo. Eso no va a cambiar nunca, pero lo que sí he cambiado es la manera de enfocar

los problemas. Cuando tengo un problema y sé que tengo ansiedad, en lugar de enfocarme a que me voy a comer todo por la noche, lo enfoco en hacer deporte. De esa manera me quito la ansiedad y llego a mi casa limpio y con ganas de dormir.

Te llaman el maquillador de las estrellas ¿Cómo llevas ese título?

Amo lo que hago y eso es lo principal. Es lo único que hacía desde bien niño y gracias a Dios mi familia siempre me apoyó.

¿Ellos siempre han sido tu gran bastión?

Mi familia es mi motor para todo. Mi primera motivación cuando quise dedicarme a esto no era tener academias de maquillaje, ni ser famoso, ni estar en televisión. Mi motivación era que mi familia estuviera orgullosa de mí (se emociona). A día de hoy todos trabajan conmigo, han dejado sus trabajos, mi padre odontólogo, mi madre periodista y mi hermano su trabajo de marketing. Ahora todos están todos trabajando en mi empresa con- ►►►

"En 22 años de carrera nunca he hablado de ninguno de los personajes con los que trabajo y he vivido mil cosas"

►►► migo, Necesito tener a mi familia cerca y poder ser feliz.

La última vez que te entrevistamos en SEMANA, posaste con Alfonso (su pareja de entonces y con el que rompió de manera abrupta y sin explicaciones por parte de él) diciendo que había planes de boda ¿Qué ha pasado?

A mí la vida siempre me da y me quita las cosas cuando tienen que ser o no para mí. Cuando yo empecé con él, por supuesto, sentía que era una persona maravillosa. Alfonso llegó a mi vida para enseñarme a tener autoestima y a quererme más. Yo no tengo nada que reclamarle. A él no le gustó la situación que teníamos de fama y se agobió.

¿No le gustaba o no soplaba tu éxito?

No, él no es nada envidioso y no es ese tipo de personas. Además, que mi éxito era su éxito.

¿Y por qué desapareció?

Cada cabeza es un mundo y cuando estás frente a un problema, a lo mejor actúas de una forma que no es la que esperas. Yo lo entiendo y también entiendo que no era para mí. Hubiese sido un gran error haberme casado con una persona que no iba a ser para mí. La vida a mí me lo quitó antes de que pasara todo lo que iba a pasar, que iba a ser muchísimo más complicado después y más doloroso.

¿Existe posibilidad de reconciliación?

No, no existe posibilidad.

Me hablabas al principio de decepciones ya tanto no



"Jorge Javier Vázquez una vez contó que yo sabía mil cosas de él y que si un día hablara se caería España"

en el amor, sino de amistades y gente del trabajo ¿Qué ha pasado?

Yo me he llevado unos palos tremendísimos con gente que para mí era familia, amigos de años que me han utilizado y no los nombro porque no son gente conocida, pero que el palo te lo llevas, también es verdad. Yo he tenido empleados que daba la vida por ellos.

¿Pero de qué estamos hablando?

academia. Yo salí de la academia, pasaron 15 años hasta que empecé a trabajar y a cobrar mi primer trabajo.

¿Pasaste muchas calamidades hasta llegar aquí?

Yo lo he pasado muy mal y no he tenido ni un euro, como te conté hace dos años, ni para comer, ni para salir a la calle. Si yo formo a una persona con las mejores técnicas, enseñándole todo lo que sé, porque encima no me guardo nada, es para que sea el mejor maquillador del mundo y yo me sienta el hombre más orgulloso.

¿Cómo llevas que te pregunten por temas que no tienen que ver con tu trabajo?

Eso lo llevo fatal, fatal. Porque, aunque parezca mentira, solo soy bastante tímido. Yo soy dicharachero y echado para adelante en lo que yo sé defender. Cuando me pones a hacer otra cosa que no es de lo mío, me vengo un poquillo abajo. ¿Qué beneficios sacaría yo hablando de Isabel Pantoja cuando no lo he hecho nunca en mi vida?

¿Darías el paso de hablar?

¡Jamás! Nunca en mi vida he hablado, porque al final yo trabajo con muchas artistas nacionales e internacionales que depositan su confianza en mí. En 22 años de carrera que llevo nunca he hablado de nadie y he vivido mil cosas. Hasta Jorge Javier Vázquez en una entrevista dijo: "Alberto sabe cosas de mí y si hablara España se quedaría seca".

¿Entiendes que te preguntamos?

A mí me pueden preguntar cómo está maquillada, pero que me pregunten si tiene una enfermedad o si tiene

Tras anunciar que se casaba, Alberto Dugarte rompió su relación.



deuda, qué sé yo, ¿qué sabe ella también de mí? ¿Yo trabajo con ella, pero qué sabe ella de mi cuenta de banco? No sabe nada. Y es lo normal, estamos trabajando. He llegado a un punto en el que no sé ni en qué hotel me hospedo y qué día trabajo y ni en qué hotel dónde está. Porque cuando no tengo información me siento tranquilo. Es que todo parece el juego del Cluedo.

¿Las puertas abiertas al amor?

Sí, soy enamoradizo, pero no me enamoro fácil.

Eres uno de los nuevos fichajes de 'Fiesta' ¿Cómo te sientes?

Muy bien, me encanta porque a mí siempre me ha gustado la tele. Yo era tan vergonzoso y tímido que con 14 años me metí a estudiar arte dramático y estudié teatro para superarlo.

Iván Reboso

Fotos: Alberto Bernárdez

Agradecimientos: Bocanegra

Maquillaje: Alberto Dugarte

Institute



Alberto nos confiesa que no se siente cómodo cuando le preguntas por los temas personales de Isabel Pantoja.

Marlene Mourreau: "Mi familia me ha desheredado"

La ex vedette nos confiesa la difícil situación que está viviendo con su familia, en especial con su madre y su hermana

NUNCA nos hubiéramos imaginado que detrás de su contagiosa sonrisa se esconde un auténtico drama. **Marlene Mourreau** (55) está viviendo como toda su familia en Francia le ha dado la espalda. La artista se ha enterado que, tras el fallecimiento de su padre en 2012, su madre ha decidido desheredarla y dejarle todo a su hermana, con la que la artista tampoco tiene contacto.

Marlene ha decidido romper con todos y no volver a tener relación con ellos. Nos asegura que ha sido una situación bastante meditada y que, sin el apoyo de su hijo, Gabriel Guevara (23) al que siente su único bastión y con el que consigue no perder la ilusión del día a día, no hubiera sabido gestionarlo.

"No hablo con ningún miembro de mi familia desde que vivo en España y, ahora, después del fallecimiento de mi padre, han decidido desheredarme"



"Mi hijo Gabriel quiere ser conocido por su trabajo de actor y no por ser hijo de Marlene Mourreau", nos confiesa

¿Qué ha pasado con tu familia?

No me hablo con ninguno de ellos. No hablo ni con mi madre ni con ningún miembro de la familia desde que vivo aquí en España y, ahora, después del fallecimiento de mi padre, han decidido desheredarme. Me han quitado todo lo que me pertenece por ser mi familia.

¿Y no te han dado ninguna explicación?

Me han dicho que como yo ya no vivo en Francia, pues que no necesito nada. Mi madre le ha dejado todo a mi hermana y yo sigo sin entender qué he hecho mal en mi vida para que hayan decidido quitarme todo. Menos mal que gracias a Dios no necesito nada de nadie.

Pero enterarte de que te han desheredado tiene que haber sido un palo muy duro.

Mi padre se murió en 2012 y ha sido ahora cuando me he enterado de que han hecho unos chanchullos a mi espalda para no dejarme con ninguna casa, ni ningún bien material. Me han desheredado, pero insisto, gracias a Dios he trabajado toda mi vida y he sido siempre independiente.

¿Has ganado mucho como para vivir tranquilamente?

Trabajo desde los 18 años y he invertido en muchos negocios. Gracias a eso es de lo que vivo, porque si tengo que esperar a las herencias de la familia...

¿Cómo llevas no tener relación con tu madre y hermanos?

Yo no tengo contacto con nadie. Desde antes del confinamiento dejé de tener

La conocida actriz reconoce que en estos momentos se encuentra soltera y sin compromiso.



SU ÚNICO APOYO

Marlene se está apoyando en su hijo Gabriel, fruto de su relación con el bailarín Michel Guevara. El joven, que ha conseguido hacerse un hueco en el complicado mundo de la interpretación, no quiere que le reconozcan por ser su hijo.

contacto con todos los miembros.

¿Esperas recuperar, al menos, el contacto con tu madre?

Yo no quiero hablar más con ella. En los últimos años nuestras únicas llamadas han sido solamente para discutir y llegó un día en el que dije 'nunca más'. Yo no quiero personas negativas ni tóxicas en mi vida.

¿Cómo ha vivido tu hijo toda esta situación?

Gracias a mi hijo estoy viva y es lo que me da ganas de seguir adelante siendo madre y siendo quien soy. De otra manera estaría sola. Hasta el padre de Gabriel se fue a otro país. Está viviendo en Bélgica.

Tu hijo se ha convertido en un rostro conocido por méritos propios.

Sí. Cuando era más pequeño es verdad que hicimos una exclusiva del nacimiento porque en esa época era muy

famosa, pero el problema llega cuando los niños se hacen mayores y quieren hacer su camino solo sin ser el hijo de nadie. Ese es el problema que yo tengo con el mío, porque no quiere ser el hijo de Marlene Mourreau, quiere ser Gabriel Guevara y punto.

¿Eso lo entiendes?

Él quiere ser conocido por su trabajo de actor y no por ser hijo "de". Y yo creo que tiene razón, porque puede molestar a la hora de trabajar.

¿Cómo estás llevando el verano?

Yo amo el verano, aunque entiendo a esos padres que el verano les cansa porque tienen niños pequeños y es un jaleo. Cuando mi hijo era más pequeño quería hacer de todo y acababa agotada.

¿Y no has encontrado a ningún amor de verano?

No. Estoy soltera y sin compromiso.

Carlos Latre:

"Mi mujer me dice que me pongo unas metas altísimas"

● *Babylon Show*, el nuevo programa de Carlos Latre que se emite de lunes a viernes a las 22:00. El cómico viene cargado de grandes dosis de humor y diversión. Sabe que no lo tiene fácil y que la competencia (David Broncano y Pablo Motos) también vienen pisando fuerte. Aún sí, se le nota ilusionado y piensa luchar con hacerse con el liderazgo en las noches televisivas.

Has dejado Antena3 después de doce años, ¿tuviste que pensar mucho?

Sí, necesitaba algo muy bonito como para dejar 'Tu cara me suena' y 'El hormiguero'. Me ofrecieron un contrato de cadena. Me fui con mucha pena, pero la vida es así, riesgo y juego, y a mí eso me gusta.

¿Preparado para la guerra de las audiencias?

No nos preocuparemos demasiado, intentaremos gustar a todo el mundo.

Llevo 25 años de televisión sobre mis espaldas, ya salgo sentenciado y estoy súper tranquilo. Es un poco el culmen de toda mi carrera, un momento muy ilusionante.

¿Sientes vértigo?

Cero, soy un inconsciente total. Después de 25 años de carrera, no tengo nada que demostrar. Me siento como un chaval, tengo la misma sensación que cuando empeza. Mi mujer siem-



Latre presenta de lunes a viernes *Babylon Show*, el nuevo programa de Telecinco para su acceso prime Time.

pre me dice que me pongo unas metas altísimas y sí, lo hago, pero sin obsesionarme. Disfruto del camino y todo lo que voy consiguiendo me va llenando.

Te enfrentas a David Broncano y a Pablo Motos.

No los veo como competencia. Mi idea es crear un universo propio, nuestra propia forma de hacer y de ser. Pablo es imbatible, un transatlántico, el mejor progra-

ma de televisión de los últimos años. Todos tienen propuestas diferentes y todos son buenos.

Producís tú junto a tu mujer Yolanda. ¿Qué hacéis para que el trabajo no cope vuestra vida personal de pareja?

Respeto, nos respetamos mucho. Hay mucha admiración entre nosotros, llevamos toda la vida en esto, pero somos todo lo opuesto

el uno al otro. Yo soy el loco soñador y ella raíz en el suelo.

¿Tenéis algún secreto?

Tener claro que nada es tan importante porque lo importante es estar bien.

Tu hija Candela sigue ya tus pasos. ¿Cómo lo llevas?

Estoy encantado. Lo único que la digo es que sea ella.

Iván Reboso

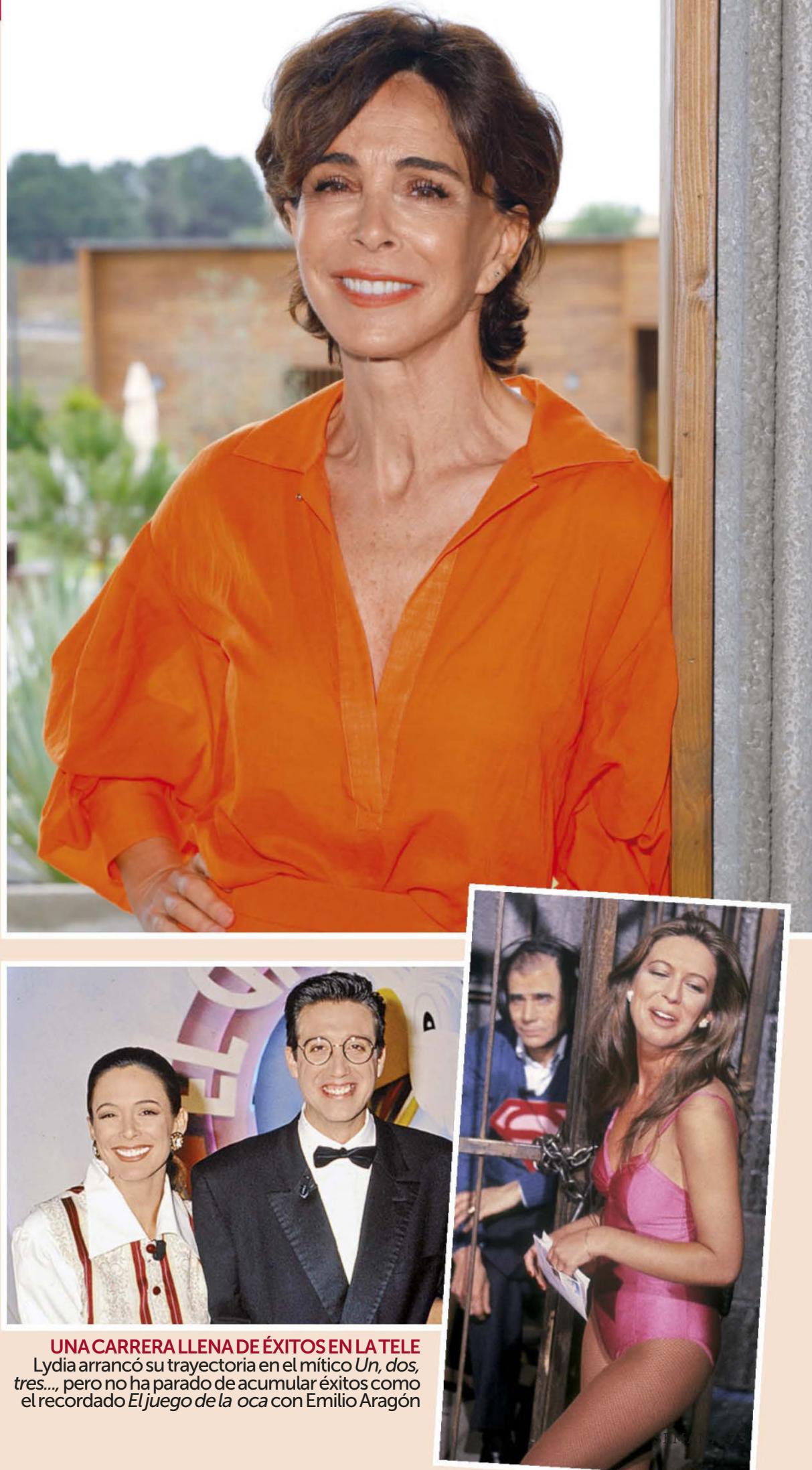
Lydia Bosch, de nuevo presentadora

● Dicen que uno siempre vuelve al lugar en el que fue feliz. Y eso es justo lo que le ha pasado a Lydia Bosch. La actriz regresa a la casa que la lanzó a la fama a principios de los 80 como azafata del *Un dos tres... responda otra vez*, para ponerse al frente de la nueva gran apuesta de los mediodías de Televisión Española, *El gran Premio de la cocina*.

Bosch, que saltó a la fama junto a Chicho Ibáñez Serrador y se consolidó al frente del recordado *Juego de la oca* en Antena 3 al lado de Emilio Aragón, regresa a la televisión como presentadora casi dos décadas después de conducir su último programa en Telemadrid.

"Está radiante. Muy feliz. Agradecida con la oportunidad y muy ilusionada desde el mismo día que hizo el casting", dice su entorno

Este nuevo reto frente a los fogones y con cocineros anónimos lo llevará a cabo junto al periodista Germán González (*Sálvame*). Según ha podido saber SEMANA a través del entorno de la actriz, "está radiante. Muy feliz. Agradecida con la oportunidad y muy ilusionada desde el mismo día que hizo el casting junto a Germán. Necesitaba este chute de energía". Ella misma hizo público en redes su entusiasmo: "¡Por fin lo puedo gritar!".



UNA CARRERA LLENA DE ÉXITOS EN LA TELE

Lydia arrancó su trayectoria en el mítico *Un, dos, tres...*, pero no ha parado de acumular éxitos como el recordado *El juego de la oca* con Emilio Aragón



Ana Rosa y Sonsoles, la batalla por las tardes continúa

● Julio Iglesias cantaba aquello de *La vida sigue igual*. Y parece que en la competición de las tardes televisivas también va a ser así. La nueva temporada ya ha tenido sus primeros estrenos y todo sigue igual, aunque todo haya cambiado. Y es que Carlos Latre, David Broncano y Pablo Motos se disputan ahora la franja de las 10 de la noche; Jorge Javier ha entrado de lleno en las sobremesas y Adela González y Verónica Dulanto se han incorporado a la reñida batalla matinal. Pero si hay algo que parece que no va a cambiar en mucho tiempo son las tardes. Ana Rosa Quintana y Sonsoles Ónega siguen disputándose su reinado en una batalla cada vez más ajustada, exactamente igual que hace un año, aunque ambas han introducido cambios en sus formatos. En el caso de Ónega, la cadena la ha premiado estirando su programa una hora más tras el final definitivo de la serie turca *Pecado Original*. Durante semanas fue un secreto a voces, hasta que Antena 3 terminó de confirmarlo y estrenó su renovado *Y ahora Sonsoles* el pasado lunes 26 de agosto. Llega con nuevas caras, como Jesús Manuel Ruiz, Maestro Joao, la periodista Carmen Pardo o la modelo María José Suárez. La ex miss ha sido el gran fichaje de la temporada del espacio de Atresmedia, el plato fuer-

Ana Rosa ha apostado por la continuidad y ha lanzado dardos a su rival: "Mi programa es más moderno"

te del arranque de Ónega, que se había mantenido en sepulcral secreto hasta el día del estreno. Sin promoción y sin fuegos artificiales, la periodista regresa avalada por el liderazgo de su anterior temporada.

"Estas cosas de la tele siempre sabes cómo empiezan, pero no cómo acaban. Estamos muy contentos, el programa se consolida en su franja, los espectadores siguen siéndonos fieles y eso es muy difícil de conseguir. Hemos afinado mucho más, aún nos queda, pero estoy feliz. El truco es trabajo, trabajo y trabajo. Creo que es lo que hacemos y lo que hace todo el mundo, sin trabajo las cosas no funcionan.

"Tenemos un programa más moderno que el de Sonsoles. Me gustaría empezar a las cinco para competir con ella", ha dicho Ana Rosa

"Yo tengo miedo todo el rato. Miedo siempre hay, pero también muchas ganas", confiesa Sonsoles

Los trucos o recetas no existen, si las hubiera sería más fácil. Yo lo que hago es escuchar el programa, sentir el **programa, analizarlo mucho** y luego fluir. Ya está. Hoy estamos aquí y mañana no sabemos. Yo tengo miedo todo el rato, miedo siempre hay", decía Sonsoles en una de sus últimas apariciones públicas antes de su vuelta. *TardeAR*, sin embargo, apuesta por la continuidad.

El formato comandado por Ana Rosa estrenó su nueva temporada manteniendo su tradicional mesa VIP, con la que sorprendió a la audiencia en el curso pasado, a la que se suma Sheila Casas, hermana de Mario Casas, como fichaje estrella. Además, continúan secciones tan exitosas como *SalseAR*, que sigue contando con la presencia de Jorge Borrado, director de SEMANA, y a la que se ha sumado el periodista Juan Luis Galiacho. El formato de Unicorn Content se mantendrá muy pegado a la actualidad, sobre todo con el caso de Daniel Sancho, por lo que el abogado penalista de la familia Arrieta, Juan Gonzalo Ospina, se suma a la mesa de sucesos del programa dirigida por Manuel Marlaska. Y si Sonsoles ha sido más parca en palabras, sin mencionar a Ana Rosa, su rival ha sido más beligerante y ha hecho numerosas declaraciones en los últimos días demostrando que va a por todas.

"Tenemos un programa más moderno que el de Sonsoles. Me gustaría empezar a las cinco para competir directamente con ella, pero la clave está en si Antena 3 va a ponerle o no publicidad. En televisión se tarda mucho tiempo en crear hábito. Y esto no se hace de un día para otro. Estamos contentas con nuestro producto, con nuestro programa y vamos a seguir apostando por él", confesó la presentadora a *El Televisero*.



Sonsoles ha dado un giro a su programa, apostando por otro tipo de contenidos.

Lara Álvarez habla de su nuevo concurso

● Su salida de Mediaset y posterior fichaje por TVE ha sido una de las noticias del año en la televisión. La presentadora conducirá *La Conexión* en la pública, un concurso del que, hasta ahora, teníamos pocos detalles: "Creo que la gente va a jugar desde casa. No solo contamos con una parte de cultura pura y dura, sino también de recuerdos de la tele. La tele que une".



Los Mozos de Arousa suman otro récord

● La historia de los Mozos de Arousa en *Reacción en cadena* no deja de pulverizar todos los récords. El trío más famoso de Villagarcía de Arousa han conseguido sumar en su bote la friolera de 2.300.000 euros. Una cifra estratosférica que ya ha firmado otro récord: superar los 2.272.000 euros de Rafa Castaño, que triunfó en *Pasapalabra* hace justo ahora un año y

medio. Esta cifra se sitúa en el top 3 de los premios más altos ganados en un concurso en España. Y es que no para de crecer, porque Raúl, Borjamina y Bruno siguen sumando euros a su abultada cuenta en cada uno de los programas. El trío lleva demostrando su 'complicidad ganadora' en más de 400 programas del concurso de Telecinco. ¿Llegarán a los tres millones?



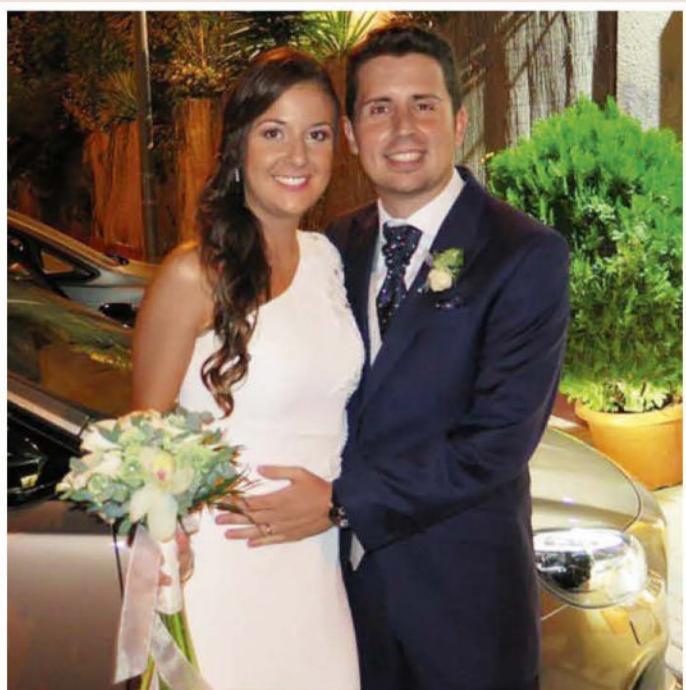
'Pasapalabra' volverá al 'prime time'

● El concurso de Antena 3, presentado por Roberto Leal, celebrará sus 1.000 entregas con la emisión de cuatro especiales en *prime time*. Este *Pasapalabra* de noche contará con el regreso de cuatro míticos concursantes: Nacho Mangut, Pablo Díaz, Sofía Álvarez y Javier Dávila. Todos ellos competirán por ser el mejor concursante de la historia y el ganador se llevará a casa un premio de 100.000 euros.

Broncano y su equipo de colaboradores

● El fichaje de David Broncano por TVE ha sido quizá uno de los más polémicos de los últimos años en la televisión. El humorista se enfrentará desde el próximo 9 de septiembre a dos grandes pesos pesados: Carlos Latre y Pablo Motos. Consciente de ello, tanto él como su equipo llevan desde el mes de junio trabajando en su nuevo pro-

grama, que se emitirá a diario a las 21:50 h en La 1. Si en Movistar los colaboradores no eran lo más importante, ahora se rodeará de nombres como Antonio Resines o Ernesto Sevilla y un amplio equipo de cómicos como Pantomima Full, Yunez Chaib, Charlie Pee, Valeria Ros, Lalachus y Pablo Ibarburu



'Maje', basado en el crimen de Valencia

● Atresmedia sigue apostando por el género que tantas alegrías le ha dado y ya prepara un nuevo documental sobre el crimen de Antonio Navarro ocurrido en Valencia en agosto de 2017. En *Maje* se recrearán las situaciones con actores y se recopilará toda la información en un único episodio que se espera que pueda emitirse próximamente en el *prime time* de La Sexta.

FLASHES

PEPE RIBAGORDA SE ROMPE AL RECORDAR A SU SUEGRA

● El presentador de *Informativos Telecinco* no pudo evitar las lágrimas al recordar su muerte: "Tenemos una espectadora menos".



TELECINCO RECUPERA 'CAIGA QUIEN CAIGA'

● Vuelven las míticas gafas de sol a la televisión con un equipo renovado de presentadores y una adaptación a estos nuevos tiempos de tanta polarización política.



VERÓNICA DULANTO COPRESENTARÁ 'VAMOS A VER'

● La presentadora se incorpora al equipo de la mañana de Telecinco para dirigir la parte de corazón.





Murat Aygen (‘Pecado original’): “Me enamoré de mi mujer en el momento en que la vi”

● Llegó tarde a *Pecado original*, pero logró hacerse un hueco en la serie, que se ha despedido de Antena 3. Murat Aygen (52) daba vida al maduro y adinerado Dogän, un personaje que, reconoce, ha marcado su carrera.

Murat comenzó en la interpretación siendo un niño, pero lo dejó y regresó hace apenas una década. Y no solo triunfó como actor a una edad madura, sino también en el amor: conoció a su mujer, Nihan, hace 14 años y estrenó paternidad con su pequeña Nil en 2015.

Has sido tardío en los aspectos más importantes de la vida...

Sí (risas). Nihan es actriz, escritora y una excelente

UN HOMBRE PODEROSO
Dogän Yıldırım, el personaje que interpreta Murat, es un rico empresario con muchos secretos.

bailarina. Me enamoré de ella en el momento en que la vi, cuando vino a un casting para un proyecto que yo estaba produciendo. Se lo dije y nos casamos seis meses después.

Y tenéis una hija, ¿es difícil ser un padre mayor?

No, no es difícil ser padre de Nil. Es una niña muy inteligente y creativa, le encanta verme en televisión y me dice que le gusta mucho cómo actúo. Se siente muy orgullosa de mí. Tanto Nil como Nihan son mis grandes apoyos. Mi esposa está siempre a mi lado y me motiva cada vez que inicio un proyecto. Disfruto pasando tiempo con ellas.

¿Cuándo te diste cuenta de que querías ser actor?

Diría desde que tengo uso de razón y empecé, más o menos a los 7 años. Me encantaba el escenario.

Y sin embargo, la fama te llegó relativamente tarde...

A veces la vida te lleva por caminos diferentes. Estudié Biología y luego teatro musical, después fundé mi agencia de publicidad, en la que todavía trabajo, y eso me mantuvo alejado de los escenarios y la pantalla



mucho tiempo. Regresé como actor a los 42 años.

¿Por qué Biología?

Me interesaba la ciencia y trabajé en la universidad durante un tiempo. Pero mi pasión por la actuación pasó a un primer plano y decidí dedicarme a ella.

Si has hecho teatro musical es que cantas bien...

Canto y también toco el piano y la percusión. La música es muy importante para mí, porque nutre mi alma. He trabajado y actuado como cantante durante muchos años.

¿Cómo fue tu infancia?

Animada y divertida. Crecí en un lugar hermoso, rodeado de personas que amaba y que me amaban. Era un buen estudiante y a la vez un niño travieso, curioso y con mucha energía.

¿Qué les dirías a los jóvenes aspirantes a actores?

Les daría este consejo: nunca te rindas, trabaja duro y cree en ti mismo.

¿Qué mensajes recibes desde España?

Muchos. Me dicen que me quieren a mí y a la serie. Me hace muy feliz.

¿Conoces nuestro país?

Sí, he visitado varias veces España, aunque lamentablemente no hablo español.

Llegaste a la serie en la cuarta temporada. ¿Fue difícil adaptarse a un equipo consolidado?

Fue emocionante y también un desafío. Pero todos me aceptaron muy bien, mis compañeros fueron encantadores, lo que facilitó mi proceso de adaptación.



Casado y padre de una niña, Murat estudió Biología y teatro musical y tiene además una agencia de publicidad.

¿Habías visto la serie antes de incorporarte?

Sí, la seguía y tenía muchas ganas de formar parte de ella.

¿Quién se convirtió en tu mejor amigo?

Es difícil elegir a uno, pero como ya había trabajado antes con Sevval Sam, tenía una conexión más cercana con ella. Todavía somos amigos y estamos en contacto de vez en cuando.

¿Echas de menos la serie?

Sobre todo, extraño el compañerismo y la rutina. La serie fue muy especial para mí y me hubiera gustado que durara más.

reconocimiento a nivel nacional e internacional.

¿Qué tipo de proyectos te interesan más?

Sobre todo, los dramas y los proyectos que implican un análisis profundo de los personajes. Me encantaría interpretar a un personaje histórico, especialmente del período otomano, o a un superhéroe.

¿Tienes nuevos proyectos?

Pecado original ha sido el proyecto. Ahora estoy iniciando nuevas propuestas, que pronto anunciarémos.

"A los jóvenes actores les diría que no se rindan nunca, que trabajen duro y que crean en ellos mismos"

"Lo que más odio en la vida son las mentiras, la injusticia y la traición"

¿Qué cosas te gusta hacer cuando no trabajas?

Salir a caminar por la naturaleza y escuchar música, además de estar con mi familia todo lo que puedo.

¿Qué es lo más importantes en la vida para ti?

La familia, la salud y la honestidad son mis valores fundamentales. Estar con mis seres queridos y pasar tiempo de calidad con ellos es lo que más vale para mí.

¿Y qué no soportas?

Lo que más odio son las mentiras, la injusticia y la traición.

Sofía Suescun se planta ante su madre: "Quiero ser libre"

La relación ha estallado por los aires y Maite se ha visto obligada a abandonar el domicilio familiar

Su idílico castillo de cristal se ha roto en mil pedazos. De puertas para afuera parecía que la relación entre Sofía Suescun y Maite Galdeano era prácticamente perfecta: vivían juntas, tenían algún que otro roce, pero en definitiva aparentaban que eran una extensión la una de la otra. Pero como decíamos al principio, todo se ha destruido y de la peor manera posible. Abrazos, defensas y muestras de cariño han dado paso a denuncias, lágrimas y amenazas. Sofía Suescun ya no se calla y su testimonio ha dejado perplejo a todos. La de Pamplona se ha sin-





SU SALTO A LA FAMA

Se dieron a conocer en 'Gran Hermano 16'. Aunque entraron juntas al concurso, Maite fue la primera expulsada y Sofía resultó ganadora.

cerado y ha revelado cómo ha sido la verdadera relación con su madre estos últimos años. Lo ha hecho entre lágrimas y comenzando por el día en el que todo saltó por los aires.

Habla Sofía

"Mi madre empieza a molestarme en el gimnasio y a machacarme al decirme que no debería haber ido a *Supervivientes*, que lo había hecho muy mal y hablando despectivamente de Kiko. Me miro al espejo y digo '¿Esto qué es? ¿Por qué tengo que vivir esto siempre?'. Quiero tomar mis propias decisiones, aunque me equivoque, pero no con ese ma-chaque. Me hace click el ce-rebro, mientras lloraba con mucha ansiedad", reconoció totalmente rota sobre el día en el que decidió echar a su madre de su lujosa casa.

Tras años presumiendo de tener una relación estupenda, la ganadora de *Supervivientes 2018*, reconoció que todo había sido una pantomima y que desde que era bien pequeña su madre siempre ha pretendido que ella se convirtiera en lo que Maite siempre quiso ser y nunca consiguió: "Desde que soy niña, mi madre quiere hacer una prolongación suya. Ha querido que sea la mejor en todo. Si no eres la mejor, eres una fracasada. Me da un ataque de ansiedad de cómo me trata. Es una situación de pánico. Es de las veces que más miedo he sentido. Tengo que es-

conderme en mi habitación. Veo a mi madre endemoniada, desencajada", dijo.

"Lo único que pido es vivir mi vida, ser libre. No pido más. No deja de ser mi madre. Eternamente, estaré agradecida de haberme traído al mundo, eso nadie lo va a cambiar. Es una persona que ahora mismo no está bien, necesita ayuda", explicó rota de dolor.

La influencer considera que lo más sano ahora es tomar distancia de Maite Galdeano. Quiere esperar a que reconozca que se ha equivocado y que no ha actuado correctamente. "Jamás ha reconocido un error. Todavía no es capaz de reconocer ni de ser consciente de la que ha liado. Busca culpables y la culpable es ella", dijo durante su entrevista para *¡De Viernes!* y tras comunicar que había pedido una orden de alejamiento.



Tras sufrir un calvario durante años, Sofía tomó la decisión de echar a su madre de

Sofía Suescon y su novio, Kiko Jiménez, han solicitado una orden de alejamiento contra Maite Galdeano

Pese a lo doloroso de su testimonio, Sofía confesó que el principal motivo por el cual ha querido contar públicamente su situación era para que su madre entendiera por todo lo que estaba pasando. "Quiero que sea consciente de la gravedad de este tema. Es triste decirlo, pero no me conoce. Que escuche el sufrimiento que he llevado siempre. Siempre intentándole complacer", reveló. Además, la joven quiso

añadir que intentaba despejarse con sus trabajos de influencer, aunque cuando llegaba a casa todo volvía a ser igual. Un sufrimiento que la ha llevado a tener muy claro una cosa: si llega el día en el que tiene hijos, tratará de hacer "que vivan desde la libertad".

El tiempo dirá si habrá reconciliación, pero la actitud de Maite Galdeano y sus mensajes ofensivos hacia la pareja, hace presagiar todo lo contrario. Para intentar aislarse de toda la tormenta mediática, la pareja ha decidido poner distancia de por medio y se han trasladado hasta Linares, ciudad de nacimiento de Kiko Jiménez y en el que han disfrutado de una paella con la familia de él. ■

Sofía Cristo: todos los detalles de la demanda contra su hermano

La dj atraviesa uno de los momentos más difíciles de su vida. El conflicto con su hermano la ha llevado a sufrir angustia y depresión



ESTE 2024 está siendo muy duro para Bárbara Rey (74) y para su hija, Sofía Cristo (41). Sobre todo, tras las explosivas declaraciones de Ángel Cristo (43) en las que arremetió duramente contra su madre, desvelando episodios íntimos en los que se ha visto involucrada su hermana y que han dinamitado a la familia.

Bárbara está hundida. Profundamente dolida por no reconocer al chico en el que se ha convertido su hijo. Pero en el caso de Sofía, lo vivido en los últimos meses ha supuesto un tremendo golpe emocional que ha llegado incluso a afectar seriamente su salud.

Un año de dolor

Sofía, de momento, calla, pero lo cierto es que su silencio esconde dolorosos picos de ansiedad que ya han tenido algunas consecuencias. Así lo cuenta la letrada de la joven, Irene Sorribas, que explica: "Durante todo este último año, desde las primeras apariciones de Ángel, ha venido sufriendo numerosos episodios de depresión y de angustia, que han ido aumentando progresivamente de menos a más. Hasta que en estos últimos meses y semanas, que ella tiene una intensidad mucho mayor de trabajo, todo ese estado se ha visto aumentado, lo que le ha provocado, además, grandes perjuicios en su trabajo, por-

que se ha visto obligada a cancelar determinados bolos que tenía por las declaraciones de Ángel y su pareja".

Según la letrada, en las entrevistas que Ángel Cristo ha realizado en tres programas de *De Viernes*, los que son objeto de esta primera demanda, reveló hechos y datos que son íntimos y que pertenecen a la esfera privada de la vida de Sofía Cristo e hizo declaraciones que suponen un descrédito a su imagen, y por eso atentan contra su derecho al honor.

"Sofía ha sufrido episodios de angustia y depresión que se han intensificado en los últimos meses y que han repercutido en su trabajo", asegura su abogada

Tanto ella como su madre también van a interponer demandas contra Ana Herminia, la pareja de Ángel

La Dj. no quiere ver a su hermano en la cárcel, por eso se trata de una demanda civil, de 30 folios de extensión (la de su madre ocupa el triple, 90 folios) de la que no ha confirmado la cantidad que solicita, aunque se barajan cifras de 200.000 euros. Pero sí pide que se restituya su imagen: "Se solicita una indemnización por los daños y perjuicios ocasionados, y la publicación de la sentencia y de una rectificación", asegura su abogada.



LA BODA
Ajenos a las demandas, Ángel Cristo y su pareja, Ana Herminia, están inmersos en los preparativos de su boda, que se celebrará el 17 de octubre. Muy sonrientes, eligieron las alianzas en una conocida joyería de la Milla de Oro de Madrid.

Sofía no perdonará a su hermano el daño que le ha causado. Y en sus escuetas declaraciones dice: "Perdonaré a Ángel cuando esté muerto como mi padre".

Pero esta no será la única demanda de Sofía contra su hermano. También tiene intención de llevar ante el juez a la pareja de este, Ana Her-

minia, por otras declaraciones que ha hecho.

Sofía y su madre sienten un gran dolor por este enfrentamiento, pero no han podido dejar pasar lo que ellas consideran una falsedad: "Se va a hacer justicia y se va a demostrar la verdad. Voy a ir a por todas", asegura una contundente Sofía. ■



Carmen Borrego, relax con su marido tras su año más difícil

La colaboradora y José Carlos Bernal han elegido Málaga un año más para liberar todas las tensiones de los últimos meses





Carmen se relaja mientras busca ahora una nueva oportunidad en televisión tras el cierre de 'Así es la vida'

El último año no han sido nada fácil para Carmen Borrego (57): la muerte de su madre, la ruptura con su hijo, su polémico (y breve) paso por *Supervivientes*, la reaparición de Bigote Arrocet, los conflictos con sus compañeros y un sinfín de polémicas en las que se ha visto envuelta la hija de María Teresa Campos.

Y justo ahí, donde descansan las cenizas de su madre, es donde tanto Carmen como su hermana Terelu encuentran la paz. Málaga siempre ha sido el refugio de las Campos, pero desde que la comunicadora falleció hace justo un año, sus hijas se escapan a la ciudad andaluza cada vez que tienen oportunidad.

Allí, Carmen y Terelu cuentan con la única he-

rencia que recibieron de su madre: un piso en primera línea de playa que les permite disfrutar del verano y del mar con más privacidad que en cualquier otro lugar.

Y justo por eso, Carmen y su marido, José Carlos Bernal, lo han elegido para disfrutar de unas vacaciones en el verano en el que cumplen 10 años de amor.

Segura y disfrutando
Allí hemos podido ver a Borrego, y tal y como demuestran las imágenes que acompañan a estas líneas, la pequeña de las hermanas Campos no renuncia a bañarse en el mar, aunque lo haga acompañada de una original colchoneta. Y es que según ha podido conocer SEMANA, Carmen no sabe nadar. La que fuese directora de *Día a Día* ►►►

DIEZ AÑOS DE AMOR

En julio, Carmen y José Carlos cumplieron una década de casados. Fue en 2014 cuando la pareja selló su amor en una romántica ceremonia a la que acudieron sus hijos.





Carmen, luciendo un bañador de rayas con escote trenzado.



Pese a estar de vacaciones, Carmen no renuncia a estar al día de cualquier novedad. Se mantuvo alerta al teléfono.



Borrego aprovechó para descansar y dormir una siesta después de tanta actividad.

▶▶▶ necesita la ayuda permanente de su marido cuando está en el agua porque le aterroriza no hacer pie. Incluso en la propia orilla.

Por otro lado, desde su llegada de Cayos Cochinos, la colaboradora se ha deshecho de cinco kilos y actualmente luce su nueva figura, que resalta con originales bañadores. Inseparable de su bolso de playa tamaño XXL, Carmen aprovechó su estancia disfrutando del mar, y de su marido.

Y en una de esas jornadas, tal y como ha podido conocer esta revista, acompañados del diseñador, y amigo personal de la familia, Eduardo Navarrete, con el que tie-

Carmen pasó una de sus jornadas en la playa con el diseñador Eduardo Navarrete, amigo íntimo de la familia Campos

nen muy buena relación desde que coincidió con Terelu en las grabaciones del concurso culinario *Masterchef Celebrity*, hace unos años.

Recargando pilas

Así las cosas, lo que podemos afirmar es que Carmen Borrego ha recargado pilas, y se encuentra feliz y muy ilusionada con todo lo que le



La pequeña de las Campos, remojándose los pies en la orilla del mar.



Jose Carlos y ella no abandonaron la playa ni a la hora de la comida.



Carmen, con un bolso tamaño XXL, en el que llevaba todo lo necesario para no moverse de la playa en toda la jornada.

puede deparar la nueva temporada en televisión.

Tras quedarse sin una de sus fuentes de ingresos el pasado 26 de julio, después del cierre de *Así es la vida*, la colaboradora mantiene sus participaciones en *Vamos a ver*, junto a Joaquín Prat, y está a la espera de que se emita el documental que dirigió a finales del 2023 sobre

la vida y trayectoria de su madre, en TVE. Un proyecto del que la propia Carmen hablaba hace algunas semanas y por el que estaba muy esperanzada y en el que, recordemos, participa también su hermana Terelu así como algunos amigos y familiares que acompañaron en vida a la querida y desaparecida periodista. ■

Miki Nadal: su exmujer y su actual pareja en pie de guerra

Unas declaraciones de Helena Aldea alabando las virtudes del humorista han provocado la indignación de la exmujer de este

Carola Escámez ha arremetido duramente contra Nadal y su pareja.



TRAS un divorcio tormentoso, todo indicaba que, en la actualidad, reinaba una aparente cordialidad entre Miki Nadal (56) y su exmujer, Carola Escámez (37). Sin embargo, las recientes palabras de la pareja del cómico, Helena Aldea (37), alabando sus virtudes como padre han puesto de manifiesto la brecha existente entre el exmatrimonio. "Te conocí haciendo de padre y madre. Por entonces me fascinaba tu esfuerzo y labor porque tu primogénita se educase con unos valores familiares y honestos. Has lidiado y lidias con situaciones provocadas por una maldad huérfana de inteligencia, y aún así siempre has sido un caballero con la infinita prioridad de la felicidad de tu hija", afirma Helena Aldea, que en breve dará a luz a su segunda hija en común.

La respuesta

Unas declaraciones que Carola Escámez se ha tomado como un dardo envenenado dirigido a ella y a las que ha respondido con dureza. "Hablan porque saben que estaré callada por respeto a una menor y juegan con esa baza. Hablan porque saben que no me defiendo ni ataco en redes sociales y porque no necesito tener *likes*, ni robados posados ni fama, ni caer mejor o peor (...) Recordad que quienes hablan públicamente y filtran (contando su versión) son quienes pasan tiempo (poco, por cierto) con mi hija mayor. Imaginad qué oirá de esos adultos sin público, en privado, de su madre (...) Me encargo encarecidamente (llamadme idiota, ya sabéis que soy huérfana de inteligencia y de madre hace unos meses también) de que ella piense que está rodeada de



"Has lidiado y lidias con situaciones provocadas por una maldad huérfana de inteligencia, y aún así siempre has sido un caballero", ha dicho Helena Aldea, actual pareja de Miki



los mejores por ambas partes y así seguirá siendo, desde el lado que me corresponde. Yo no permitiría que mi compañera/amiga/pareja/mujer hablara así y menos en público de un familiar de mi hija. Porque los perjudicados son los menores y yo no hablaría de esta manera si fuera esa persona novia/amiga/compañera por respeto a los hijos de mi pareja. *Clara-mente*, he sabido

elegir", afirmaba con indignación e ironía Carola, casada recientemente con el entrenador Roberto Martín, padre de su hija pequeña.

Un largo conflicto

Un desagradable desencuentro más que se suma a una larga lista protagonizada por Miki y Carola, que se separaron en 2019 tras cinco años de matrimonio y una hija en común.

Por entonces se expuso que entre los motivos estaba la mala relación del humorista con su familia política. Posteriormente se hizo público que Nadal había sido condenado a una pena de 20 días de trabajos comunitarios por vejaciones leves hacia Carola, a la que acusaba de infidelidad. Un conflicto que, a juzgar por los últimos acontecimientos, parece no tener fin. ■

Federico y Mary de Dinamarca, cada día más cerca

Los reyes siguen trabajando en su pareja tras el "caso Genoveva Casanova". Gestos cercanos y miradas románticas han sustituido a la tensión del pasado



DONDE antes había frialdad, ahora hay cercanía y afectividad. Los reyes de Dinamarca están irreconocibles. Sus recientes vacaciones en la isla italiana de Cerdeña han obrado el milagro. Y así, sonrientes, relajados y derrochando miradas románticas, los hemos visto de vuelta al trabajo.

Su primera gira de verano como soberanos se ha parecido más a una luna de miel. Nada que ver con los gestos fríos y secos que la pareja se ha dedicado durante este último año tras la crisis provocada por la relación del rey Federico con Genoveva Casanova, y su fotografiada salida por Madrid, en octubre de 2023.

Han llevado a cabo su primer viaje de verano como soberanos y más cómplices tras superar la crisis que a punto estuvo de costarles el matrimonio

Aquel vendaval, nunca aclarado del todo por los protagonistas (menos por parte de la Casa Real, al considerarlo un asunto "privado"), a punto ha estado de costarles el matrimonio. Pero, poco a poco han ido superando el escollo. Incluso han sido coronados, sucediendo a la reina Margarita en el trono, el 14 de enero.



Tiempo al tiempo... Ahora Federico y Mary han acortado distancias. Se tocan, se hablan y se miran con dulzura. Para esta gira han vuelto a trasladarse en el Yate Real Dannebrog, todo un hotel flotante con todas las comodidades y un lugar que invita al romanticismo.

La reconciliación

Durante cuatro días y cuatro destinos (Bornholm, Ærø, Assens y Vejle), los reyes Federico y Mary se han mostrado muy cómplices. La reina ha dado una lección de elegancia, presumiendo de bronceado natural.

Como detalle especial, la reina Mary no se ha separado de una joya: en su cuello brillaba un collar con la inicial "F", de Federico. Su esposo y padre de sus cuatro hijos, al que ha perdonado aparentemente. ■

ABRAZADOS

Con esta foto, enlazados por la cintura, los reyes daban las gracias a su pueblo por la cálida acogida: "Nunca lo olvidaremos. Estamos emocionados", han dicho.

La princesa de Gales murió a los 36 años. Han pasado veintisiete años y su figura no ha podido ser eclipsada por ninguna otra royal.



Diana de Gales, la princesa que se convirtió en mito

Cuando perdió la vida en el accidente del Puente del Alma en París era la 'princesa del pueblo' más querida y admirada en todo el mundo



El 31 de agosto de 1997 el mundo entero se conmovió con la noticia de la muerte de Diana de Gales en un accidente de coche en París. Veintisiete años después de su desaparición, la amada 'princesa del pueblo' sigue siendo un ícono universal. Una royal querida, admirada e imitada, que no ha podido ser eclipsada por nadie.

Cuando con solo 20 años, la tímida y bella Diana se casó con Carlos de Inglaterra,

entonces un heredero de 32 años, parecía el inicio de un cuento de hadas. Era el 29 de julio de 1981 y muy pronto la realidad de un matrimonio infeliz se impuso.

El entonces príncipe de Gales se casó estando enamorado de otra mujer: Camilla (hoy convertida en reina) y Diana de Gales comenzaría un calvario hasta el fin de su matrimonio, que incluso incluyó intentos de suicidio.

Este llegó en diciembre de 1992 con el anuncio de su separación y el posterior

El Mercedes en el que viajaban Diana y Dodi Al Fayed quedó destrozado en el interior del túnel del Puente del Alma.

divorcio en 1996. Cuando ya Diana y Carlos hacían cada uno su vida y la princesa había encontrado su sitio, llegó su muerte y con ella la conmoción mundial.

Nueva vida

Aquella princesa triste y melancólica era en el verano de 1997 una mujer nueva.

La princesa de Gales viajaba junto a su pareja, Dodi Al-Fayed, el chófer y un guardaespaldas, cuando el coche se estrelló en el Puente del Alma de París



Segura de sí misma, la más querida por la gente (una dulce venganza ante la familia real después del calvario que vivió en el matrimonio), volcada en la ayuda a los más necesitados, sobre todo activista contra las minas antipersonas,... y parece que enamorada.

Diana había disfrutado de las vacaciones junto ▶▶▶



Diana parecía que había encontrado de nuevo el amor con Dodi Al-Fayed, hijo del multimillonario Mohamed Al-Fayed, dueño de los almacenes Harrods y del hotel Ritz de París.

Antes de su muerte, la princesa de Gales había pasado nueve días de vacaciones junto a su novio, Dodi Al-Fayed, navegando por la Costa Azul e Italia



ÚLTIMA FOTO

En el ascensor del hotel Ritz de París, junto a Dodi, es la última imagen de la princesa con vida, antes de subir al coche en el que sufrió el fatal accidente.

►►► a Dodi Al-Fayed, el hijo del millonario egipcio Mohamed Al-Fayed que nunca había conseguido entrar en los círculos aristocráticos de la elitista sociedad inglesa.

Después de pasar unos días por la Costa Azul y Cerdeña a bordo del *Jonikal*, un yate propiedad de Al-Fayed, al mediodía del 30 de agosto llegaron a París para poner fin a las vacaciones, ya que al día siguiente la princesa debía volver a Inglaterra y reunirse con sus hijos, que estaban con la familia paterna en el Castillo de Balmoral.

El viaje de la muerte

Tras unas gestiones, a última hora de la tarde llegaron al hotel *Ritz*, propiedad del padre de Dodi, donde cenaron en una de las habitaciones. Alrededor de las 00:20 horas del 31 de agosto, Diana y Dodi salieron por la puerta trasera del hotel para subirse en el Mercedes que les llevaría al apartamento que él tenía al lado de los Campos Elíseos.

El conductor del vehículo era Henri Paul, de copiloto, el guardaespaldas Trevor Rees-Jones, y en la parte de atrás la

El mismo día de su muerte el príncipe Carlos y las dos hermanas de Diana viajaron a París para repatriar el cadáver

pareja. Unos minutos después de abandonar el *Ritz*, Paul perdió el control del automóvil en la entrada del túnel del Alma y chocó violentamente contra uno de los pilares.

Con los cuatro ocupantes en el interior del vehículo, los paparazzi que seguían a la pareja y conducían a cierta distancia del automóvil, llegaron al lugar del siniestro.

UN MATRIMONIO MUY INFELIZ

El 29 de julio de 1981 una inocente, tímida y muy enamorada Diana Spencer, de 20 años, se casaba con el heredero príncipe de Gales, de 32. Lo que parecía un cuento de hadas se volvió enseguida en

pesadilla, ya que él estaba enamorado de otra mujer: Camilla. Su vida al lado de Carlos, y por extensión junto a la familia real, fue una pesadilla que la llevaron a depresiones, bulimia e intentos de suicidio.



Inmediatamente pidieron ayuda, llegaron la policía y los servicios médicos. Al sacarla del vehículo, la princesa Diana, que estaba consciente, sufrió un paro cardiorrespiratorio del que fue reanimada y a continuación la trasladaron al hospital de la *Pitié-Salpêtrière* (también durante el trayecto volvió a sufrir otro paro cardíaco y fue reanimada). A

las cuatro de la madrugada falleció a causa de una hemorragia por las gravísimas heridas internas.

Carlos y sus hermanas

Dodi Al-Fayed y el conductor del vehículo, murieron en el acto, mientras que el guardaespaldas Trevor Rees-Jones, logró sobrevivir pese a sufrir heridas de gravedad.

El príncipe Carlos y las dos hermanas de Diana, Sarah y Jane, llegaron esa misma tarde a París para regresar con el cuerpo al Reino Unido.

Su muerte fue un duelo generalizado, que la elevó a la categoría de mito. Todos la lloraban públicamente, menos la reina Isabel II que permanecía en el castillo de Balmoral sin una señal de dolor. ►►►



El príncipe Carlos arropó a sus hijos, Guillermo y Harry, que recuerdan ese día como el peor de sus vidas.

Más de un millón de ramos de flores fueron depositados en el Palacio de Kensington, la residencia oficial de Diana en Londres



La puerta del palacio de Kensington se convirtió en un altar improvisado.



►►► Ante la multitud de críticas que recibió por su frialdad, cinco días después de la muerte viajó al palacio de Buckingham y dio un mensaje televisado en el que definió a Diana como "un ser humano excepcional. Nadie que conociera a Diana la olvidará jamás". También apareció en público en las puertas de palacio para ver todas las muestras de cariño que habían dejado en homenaje a la princesa. La reina supo así reconducir la situación y volver a ganarse el cariño de los ciudadanos británicos.

Funeral histórico

Casi tres millones de personas acudieron al funeral celebrado el 6 de septiembre en la Abadía de Westminster. Sobre el féretro, trasladado por un carro arrastrado por cuatro caballos y escoltado por la



La reina Isabel II y su marido, el duque de Edimburgo, salieron a ver el homenaje que los ciudadanos británicos habían realizado para su querida 'princesa del pueblo'.

Lady Di está enterrada en un mausoleo levantado en una isla artificial en Althorp, su casa familiar

guardia real, reposaba la bandera real en la que fueron colocados tres ramos de flores: uno ofrecido por su madre, otro por sus hermanos y un tercero por sus hijos.

Y tras el ataúd, unos desolados Guillermo y Harry, de 15 y 12 años, que despedían a su adorada madre. Una imagen que ellos mismos recuerdan como el peor momento de sus vidas. En 2017 Harry confesó que aquello fue algo que a ningún niño "se le debería pedir que hiciera", pero que con el tiempo

se alegraba de haber hecho. Por su parte, Guillermo dijo que fue "una de las cosas más difíciles que he hecho".

Tras la ceremonia, el féretro fue conducido a Althorp, donde está la casa familiar de Lady Di. Allí fue enterrada en un mausoleo levantado en una isla artificial rodeada por un lago y que se ha convertido en lugar de peregrinaje.

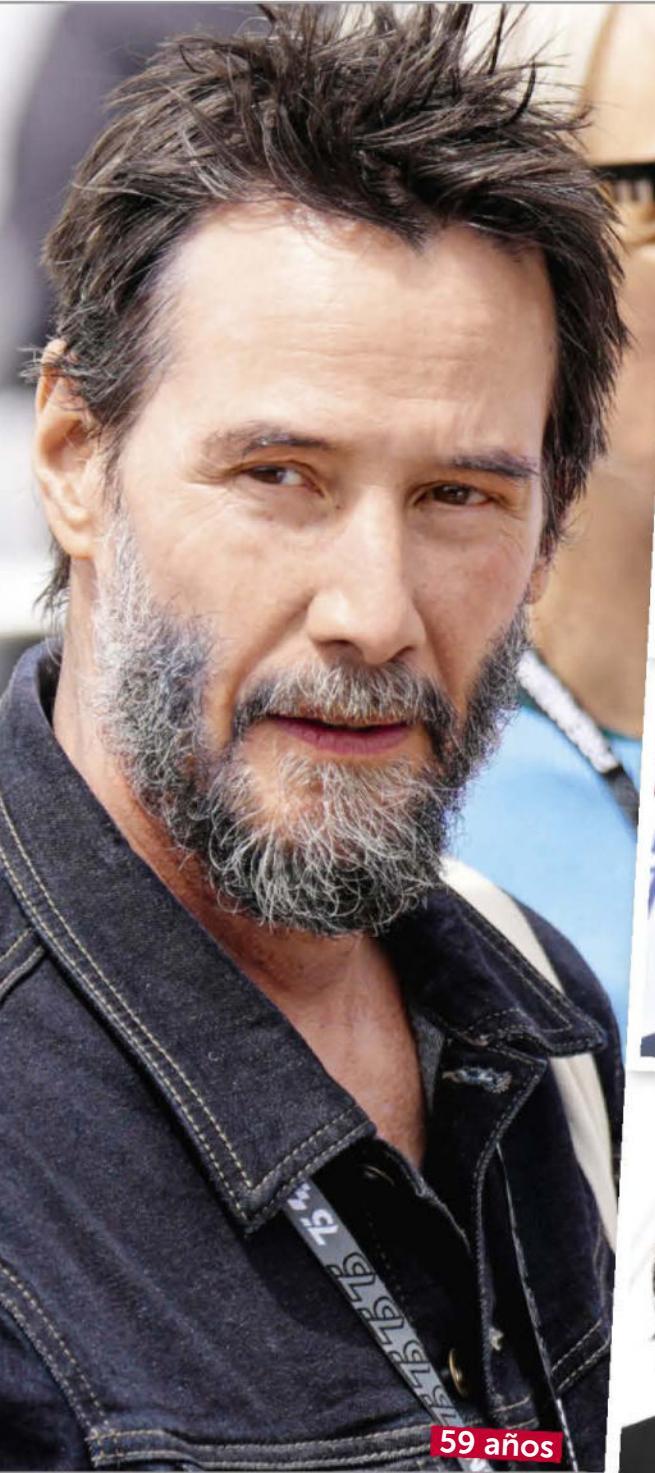
Aunque a lo largo de los años surgieron muchas teorías sobre la muerte, y el padre de Dodi Al-Fayed siempre se empeñó en una conspiración para asesinarlos, en 1999 una investigación en Francia resolvió que Henri Paul, que conducía a gran velocidad bajo los efectos del alcohol y medicamentos con prescripción médica, era el único responsable del siniestro.

El mito de una Diana viva se agrandó más con su muerte. ■



Keanu Reeves

Su peculiar físico, mezcla de madre inglesa y padre chino-hawaiano, y su carácter rebelde y algo huraño no le han impedido a Keanu Reeves, que cumple 60 años el 2 de septiembre, convertirse en estrella de Hollywood. Debutó en pequeños papeles en cine y publicidad hasta que, en 1986 protagonizó la película *Youngblood*, que le lanzó a la fama. Después llegarían varias comedias para adolescentes y *Point Break* (*Le llamaban Bodhi*) le lanzó definitivamente al estrellato. A lo largo de su carrera ha alternado el cine de acción (*Speed* y sobre todo la saga de *Matrix* o, más recientemente, de *John Wick*) con comedias románticas como *Un paseo por las nubes* o *Cuando menos te lo esperas*. En 1999, perdió a su novia, Jennifer, que murió en accidente de coche poco después de que el hijo de la pareja naciera sin vida. Ahora, sale con la artista visual Alexandra Grant (52).



DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

REDACCIÓN: Raquel Martínez, Marian Cazorla, Sonia Montero, Olga Pérez, Matilde Molinero, e Iván Reboso.

MAQUETACIÓN Y TRATAMIENTO DE IMAGEN: Juan Francisco de Miguel (Jefe de Sección), Guadalupe Escalona (Jefe de Estilo), Raquel Nistal, Pablo Lorenzo y Raquel Muñoz.

DOCUMENTACIÓN: Rocío Moreno y Francisco José de Pablo.

SEMANA.ES: Miguel Curtido (Director Digital), Ana Campuzano, Laura Campos, Gloria López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres y Rocío Antón.

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:

Avda. de Burgos, 16D - 6ºA. 28036 Madrid.
Apartado de Correos 383

Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: redaccion@semana.es

ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN

Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: administracion@semana.es

E-mail: distribucion@semana.es

E-mail: suscripciones@semana.es

IMPRESIÓN: Rotocobrhi S.A.

Rda. de Valdecarzizo, 13. 28760 Tres Cantos. Madrid

Depósito legal: M. 911-1958. Printed in Spain.

Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:

RBA PUBLIVENTAS, S.A.
CEO: Enrique Blanc.
Directora general: Ariadna Hernández.
Directora comercial nacional de revistas femeninas: María del Mar Casals.
Director de negocio digital: Serafín González.
Subdirector de estrategia comercial digital: Iván Lorente.
Soluciones implementación de publicidad digital: Alicia Cortés.
Madrid y norte
Directora de publicidad: Belén González.
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla.
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.
C/López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.
Teléfono: 91 510 66 00

Barcelona y Levante

Directora de publicidad: Ángela Carpio.
Directora de publicidad: Olga Fernández.
Directora de publicidad: Cristina Hombravella.
Coordinadora de publicidad: Ainhoa Argente del Castillo.
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.
Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la
Asociación de Revistas de Información



Asociada a la Federación Internacional
de la Presse Periodique (FIPP).



SEMANA TAMBIÉN EN:



www.orbyt.es



www.kiosquemasm.com



www.zinio.com

TE REGALA*

el colecciónable de cocina
con lo mejor de nuestra gastronomía

NUESTRA MEJOR COCINA

Descubre la gastronomía provincia a provincia

El cañón del Sil, en su tramo navegable en la Ribeira Sacra, se convierte en reclamo, como las vieiras la gallega de la cocina orensana.

ORENSE

La única provincia gallega que no tiene mar aprovecha sus propios recursos para ofrecer unos platos únicos que combinan tradición y evolución

SEMANA

Cocido gallego

Ingredientes:

- 1 morro de cerdo
- 1 oreja de cerdo
- 400 g de panceta
- 200 g de costilla
- 400 g de costilla de cerdo
- 400 g de garbanzo
- 400 g de carne de ternera (bisteceta, jamón, etc.)
- 3 chicharrones
- 600 g de garbanzos
- 4 patatas
- 1 kg de garbanzos

Para la sopa:
11 de caldo líquido del cocido
100 g de fideos
aceite

Preparación:

El día anterior, desalar la carne si se ha comprado salada, cambiando el agua al menos una vez, y poner a remojo los garbanzos. Cocer todo junto (separar los garbanzos en una malla apta para legumbres) en una olla con agua suficiente.

Cuando empiece a hervir, limpiar la espuma de la superficie con una espumadera. Ir comprobando las piezas más blandas para retirarlas antes. Las duras, con los garbanzos, tardarán aproximadamente una hora y media en cocinarse.

4 raciones 120 minutos

Aprovechar parte del caldo líquido de la olla para hacer sopa. Llevar a ebullición y añadir los fideos. Esperar a que el resto de caldo alcance el punto de ebullición y agregar los garbanzos, las patatas y los chorizos. Sazonar y cocinar hasta que las patatas estén tiernas.

El gallego es el más consistente y abundante de todos los cocidos españoles, al obtener un plato con mucha sustancia por la variedad de ingredientes

*no está disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL (venta con periódicos)

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 35

avet



NEW COLLECTION

Since 1952

