



LA PRINCESA LEONOR

Su naturalidad
triunfa en la
Fiesta Nacional



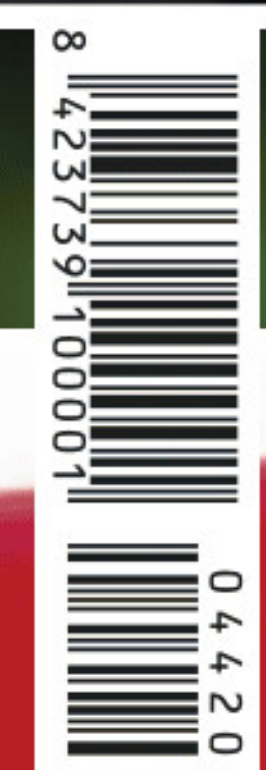
Conmoción por la muerte de MAYRA GÓMEZ KEMP



EXCLUSIVA

La nueva vida de Aitana: se marcha a vivir a Miami

Se compra
una casa
por 1,4
millones



Escanéame

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



y además no
te pierdas...



- 4 Aitana**
se muda a Miami.
- 10 Los Reyes**
celebran la Fiesta Nacional.
- 18 Mayra Gómez Kemp:**
el adiós a la gran presentadora.
- 30 Bárbara Rey**
llega a su límite.
- 32 Froilán:**
de fiesta en Abu Dabi.
- 33 Alfonso Díez:**
así es su tranquila vida.
- 34 Rafa Nadal:** adiós al mejor deportista español de la historia.
- 36 Laura Boado,**
enamorada de un futbolista.
- 38 Pablo Urdangarin:**
el estilo de un golfista royal.
- 44 Álvaro Morata:**
"Lo pasé muy mal y exploté. Fue duro".

- 66 Sofía del Prado:**
"He perdonado pero no olvido a los que me hicieron bullying".
- 70 Belén Esteban** se derrite con su madre.
- 72 Ortega Cano**
se recupera tras su accidente en el metro.
- 80 Carmen Borrego:**
el decepcionante reencuentro con su hijo.
- 84 Susanna Griso**
'descumple' 55 años con amigas.
- 86 Kate Middleton:**
una sonrisa que da paz.
- 92 Cayetano Martínez de Irujo y Genoveva Casanova:**
así fue la boda casi real que duró solo dos años.
- 98 Así hemos cambiado:**
Blanca Suárez.

PÁGINA 88

MALÚ: "ESTOY MONÍSIMA Y FELIZ. ¿NO ME VEIS?"



*no disponible en el formato
POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



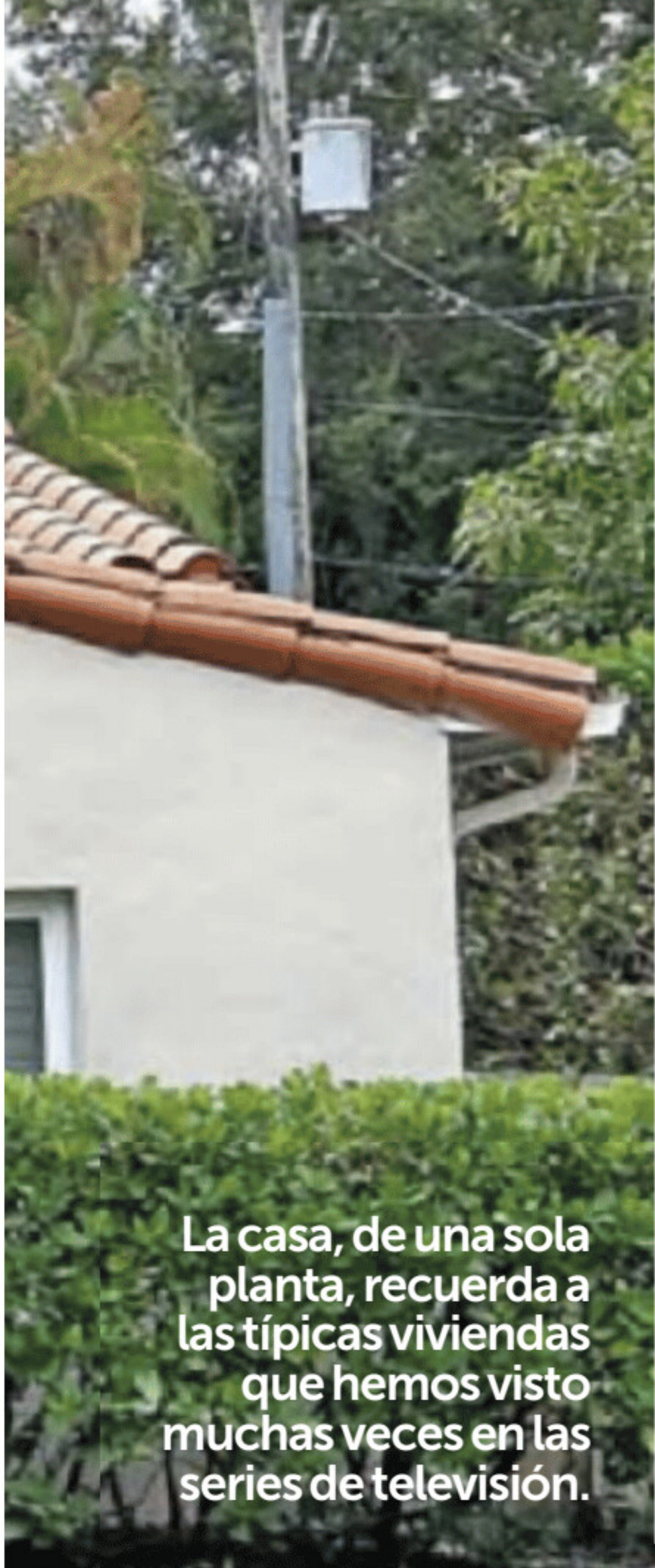
Instagram
@semana_revista



EXCLUSIVA

Aitana se muda a Miami

La cantante se traslada a vivir a Estados Unidos, donde se ha comprado una casa de 1'4 millones de euros



La casa, de una sola planta, recuerda a las típicas viviendas que hemos visto muchas veces en las series de televisión.



Una gran piscina ocupa buena parte del jardín. Un lugar ideal para relajarse.



E S una enamorada de España, pero el trabajo obliga. Ese el motivo por el que Aitana (25) ha tomado la decisión de mudarse a vivir a Miami. Y es que la necesidad de afianzar su incipiente carrera a nivel internacional es lo que ha llevado a la cantante catalana a instalarse en esta ciudad del sur de Florida, donde se encuentran estudios de grabación de primer orden y que está a tan ►►►



El porche cubierto donde sentarse y disfrutar de las vistas.

Los padres de Aitana la acompañaron las primeras semanas en la ciudad, pero regresaron a España debido al huracán Milton

Aitana con su padre, Cosme, a quien está muy unida.



La casa es amplia,
luminosa y de
concepto abierto.

La residencia fue construida en 1942 y reformada con los años. La joven cantante la está dando ahora su toque personal

►►► solo unas horas de vuelo de Nueva York y Los Ángeles.

Para ello, según ha podido saber SEMANA, se ha comprado una casa que le ha costado 1,5 millones de dólares (algo más de 1,37 millones de euros). Una propiedad que se construyó en 1942 y se ha ido reformando con los años hasta dotarla de todas las comodidades.

Muy americana

Como vemos en estas imágenes que les ofrece SEMANA en exclusiva, Aitana ha encontrado el sitio perfecto. Y muy americano, porque nos recuerda a muchas casas que hemos visto en infinidad de series de televisión.



La vivienda tiene una sola planta y la típica entrada a pie de calle, con un pequeño paseo y zona verde. Una vez dentro encontramos un amplio salón, un comedor y una cocina muy agradable y grande con zona para el desayuno. Toda con muebles blancos y suelo de madera. Desde la cocina hay acceso a la despensa y zona de lavado y limpieza.

Cuenta también con un estudio amplio y luminoso que da al porche de la casa, con vistas al jardín y la piscina, donde Aitana puede escuchar música y componer. Además tiene tres dormitorios y dos baños.

Una residencia estupenda que la joven ha disfrutado y decorado durante estos primeros días de su estancia con sus padres, Cosme y Be-

lén, y unas amigas, con los que le hemos podido ver yendo al gimnasio, como se puede apreciar en estas imágenes que les mostramos en estas páginas.

El huracán Milton

Todas las mudanzas estresan, pero lo que no sabía Aitana es que la suya iba a ser tan accidentada, aunque, por suerte, todo ha que- ►►►

▶▶▶ dado en un susto... Y es que justo cuando apenas llevaba unos días allí, acomodándose a su nuevo hogar, le ha pillado el huracán Milton, de categoría 5 (la más alta, con vientos que superan los 250 kilómetros por hora y olas que llegan a los 6 metros o más), considerado uno de los más devastadores de los últimos años y que puso en alerta a toda la zona de Florida.

Es más, las autoridades declararon el estado de emergencia y buena parte de la población se vio obligada a tomar medidas de evacuación. Por este motivo, los padres de Aitana dejaron Miami y regresaron a España, mientras la joven optó por quedarse en EE. UU. A pesar de todo, la cantante se lo tomó con mucho humor. "Había que vivir la experiencia completa", dijo.

Aitana va a pasar largas temporadas en EE.UU. por trabajo y le parece más cómoda una casa que vivir en un hotel

La verdad es que hasta ese momento la experiencia había sido estupenda, porque la artista está encantada con su nueva casa, que se compró sin haberla visto en persona. Una espectacular residencia donde poder preparar a conciencia su nuevo disco, acoger a todos los suyos cuando la visiten y que resulta mucho más cómodo que un hotel.

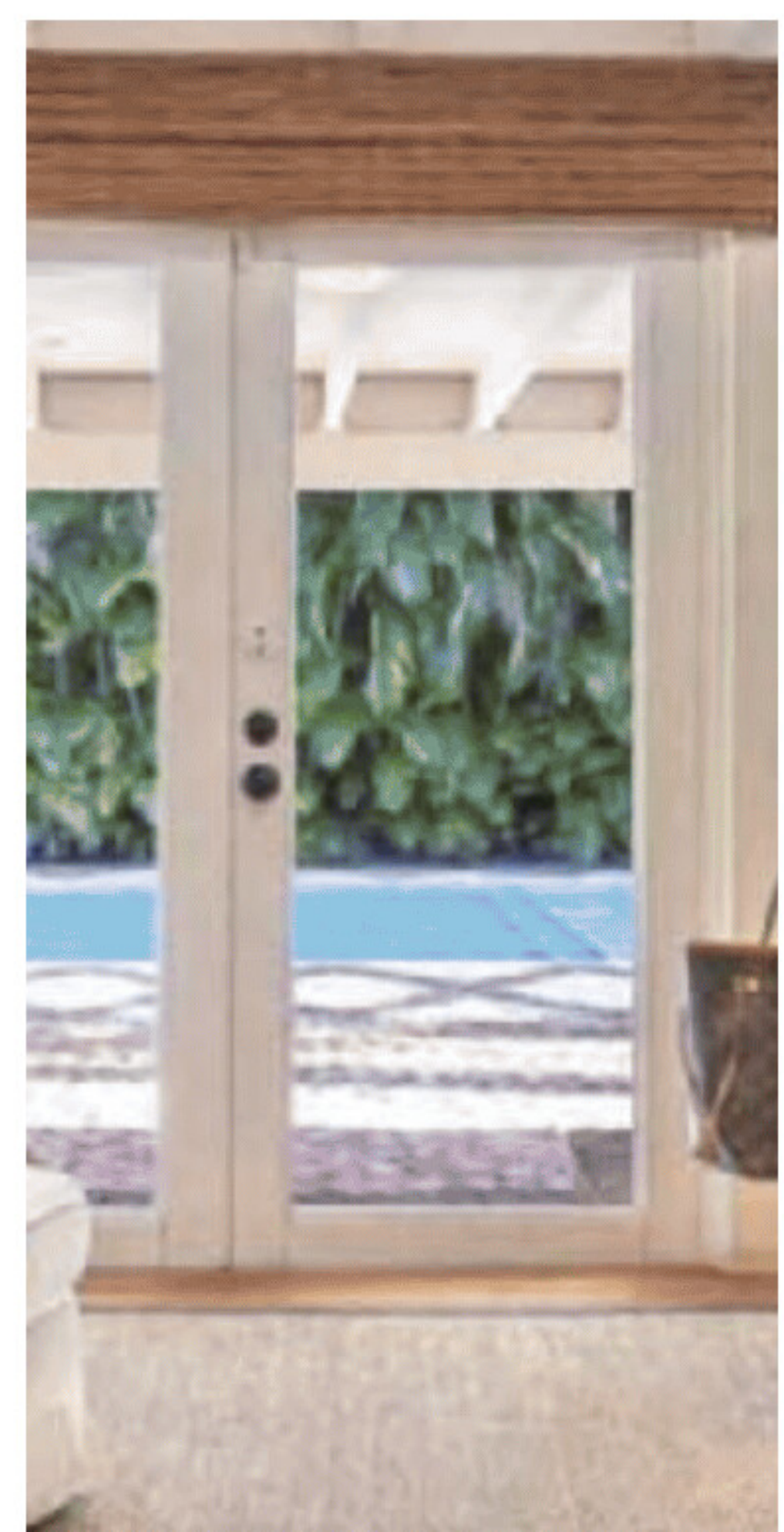
Aunque, que nadie se alarme: Aitana Ocaña va a seguir manteniendo su casa de Madrid, donde permanecerá durante algunas temporadas. Ahora, el trabajo es lo primero para ella. ■

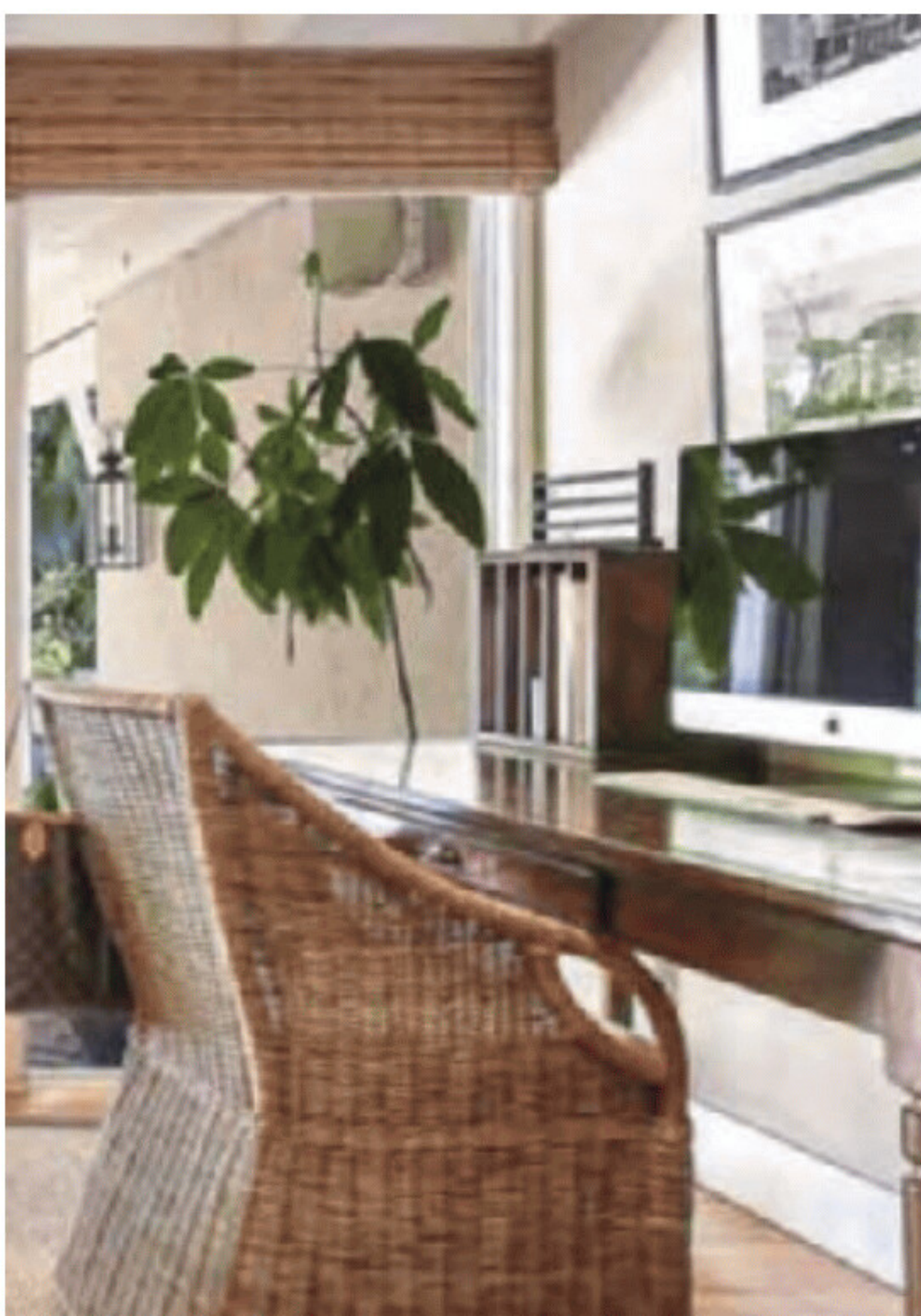


Con sus padres, Belén y Cosme, regresando de ponerse en forma en el gimnasio.



La entrada de la casa, abierta a la calle.





Madre e hija
comparten estilo a
la hora de ir al gym.

Los Reyes y la Princesa Leonor, unidos en la Fiesta Nacional

Esta edición del 12 de octubre venía con el rumor de fondo de los audios del Rey Juan Carlos, pero la Casa Real hace oídos sordos y continúa trabajando



Un saludo de Doña Letizia, con vestido de Poète, ante nuestro fotógrafo.

La intensa lluvia en Madrid ha marcado la Fiesta Nacional este año. Fue un 12 de octubre mojado, en el que hubo que esquivar muchos charcos para evitar que se aguara el festivo. Y no hablamos solo de las condiciones meteorológicas.

Una jornada presidida por los Reyes Felipe y Letizia, junto a la Princesa Leonor, en la que se mostraron fuertes en un momento tormentoso para la institución a raíz de la sucesión de los audios del Rey Juan Carlos y Bárbara Rey. Pese a todo, el espíritu de la Fiesta Nacional fue el mismo de siempre: unir a todos. ►►►



Un gesto de complicidad entre madre e hija.



Los Reyes Felipe y Letizia ocuparon la tribuna junto a la Princesa Leonor para presidir el desfile militar. La Infanta Sofía seguía sus estudios en Gales.

►►► La tribuna real, dispuesta en la Plaza de Neptuno, acogió a los soberanos y a la heredera para presenciar una parada militar con más de 4.000 efectivos.

El tiempo desapacible no dio respiro, por lo que el desfile tuvo que acortarse mientras un chaparrón caía sobre los firmes uniformados.

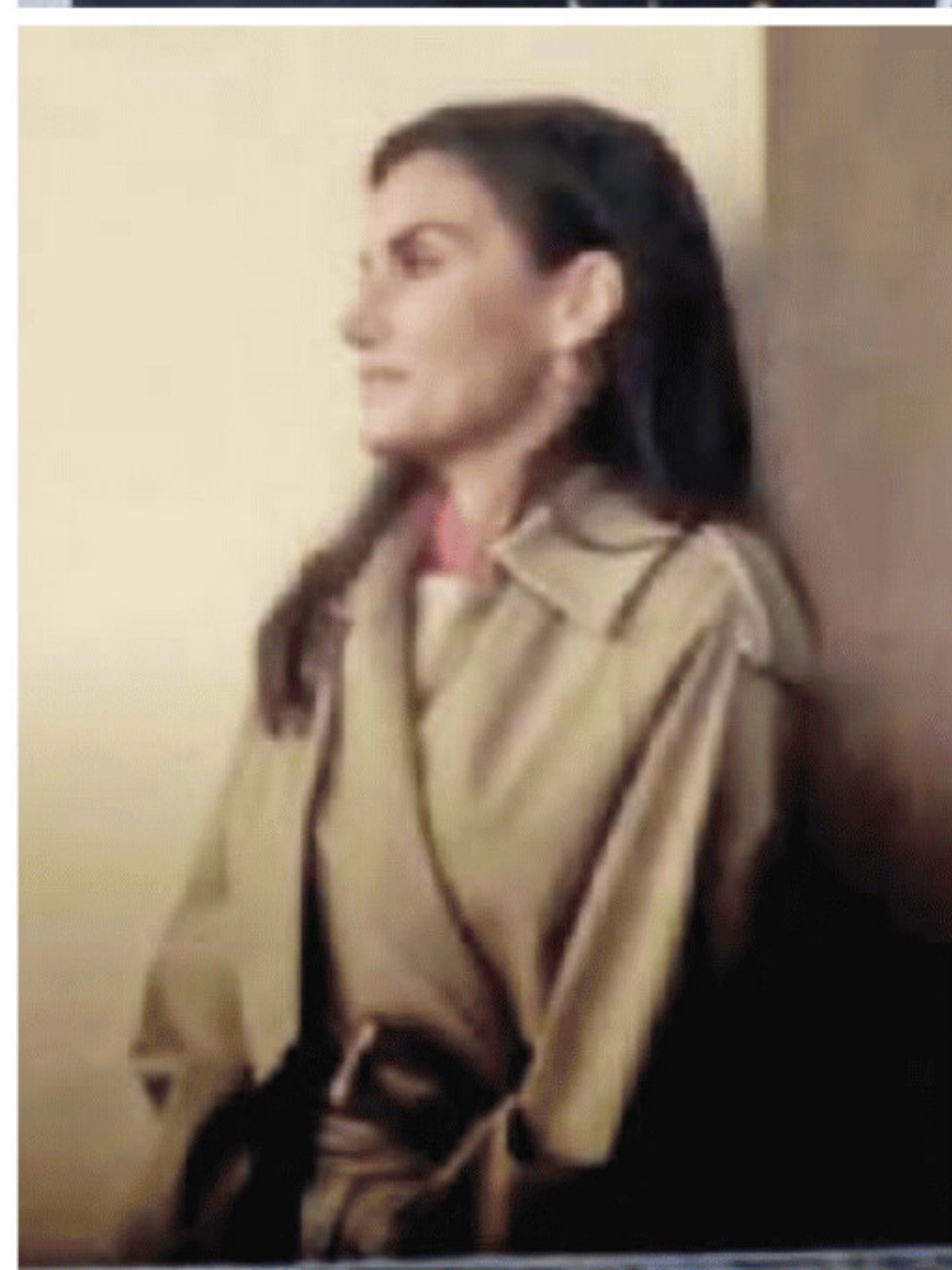
Princesa en la Armada

La Princesa Leonor (18) volvió a causar sensación una vez más. Había venido desde la Academia Naval de Marín (Pontevedra), el nuevo destino de su formación, y lucía por primera vez el traje de gala de la Armada.

La heredera se situó a la derecha del Rey Felipe, quien este año eligió el uniforme del ejército de Tierra. A Leonor se le nota ya el porte y la experiencia en la milicia. Aunque, eso sí, en un momento su padre la corrigió suavemente para que se colocara bien el gorro. Para experiencia, la suya. ►►►



La Princesa, cariñosa con su madre ante Camilo Villarino, jefe de la Casa de Su Majestad el Rey.



EL GESTO MÁS COMENTADO

Durante el desfile se vio a la Reina de pie y contra la pared de la tribuna, dando de qué hablar. El hecho es que se levantó porque se estaba filtrando lluvia. Rápidamente se le acercó su hija Leonor para ver qué ocurría.



18 OCTUBRE DÍA MUNDIAL DE LA **MENOPAUSIA**

**CON LA MENOPAUSIA,
EL COLESTEROL ALTO PUEDE
AUMENTAR HASTA UN 15%***



1 REDUCE EL COLESTEROL¹
en 3 semanas

2 AYUDA A MANTENERLO²
por debajo de 200 si lo sigues tomando

*Cardiovascular health aftermenopause transition, pregnancy disorders, and other gynaecologic conditions: a consensus document from European cardiologists, gynaecologists, and endocrinologists. European Heart Journal (2021) 42, 967-984 doi:10.1093/eurheartj/ehaa1044.

(1)"Con esteroides vegetales que reducen el colesterol. Los alimentos con esteroides vegetales reducen el colesterol entre un 7 % y un 10 % de 2 a 3 semanas con una ingesta diaria de 1,5 a 2,4 g de fitoesteroides. Se ha demostrado que los fitoesteroides y los esteroides de fitoestanol disminuyen/reducen el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias. No destinado a personas que no necesitan controlar su colesterolemia. No recomendado a mujeres embarazadas, en lactancia ni a menores de 5 años. Consumo máximo de esteroides vegetales 3 g/día. Mantenga una dieta saludable con frutas y verduras. Si toma medicación, consulte a su médico. Las cardiopatías poseen múltiples factores de riesgo y la alteración de uno de estos factores de riesgo puede tener o no un efecto benéfico" y (2)*Los esteroides/estanoles vegetales contribuyen a mantener niveles normales de colesterol en sangre. Para alcanzar el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria mínima de 0,8 g de fitoesteroides o fitostanoles."



Los cinco cadetes de la Academia Naval de Marín que acompañaron a la Princesa en el Palacio Real.

La Princesa Leonor contó que está muy contenta en Marín y que lo que más le gustan son los compañeros

En unos días presidirá los Premios Princesa de Asturias y en enero se embarcará en el buque escuela Elcano

Leonor nos dirige una simpática mirada.



▶▶▶ Al final hubo que cancelar el salto de dos paracaidistas (uno de ellos incluía un homenaje por el X aniversario del Felipe VI en el trono) y el desfile aéreo al completo, con lo que nos quedamos sin el vistoso paso de la Patrulla Águila dejando en el aire los colores rojo y amarillo de la bandera.

La Reina Letizia, 'sola'

Durante el desfile la Reina Letizia permaneció sentada, para alivio de su dolencia de pies. Aunque cuando la lluvia arreció más fuerte y las gotas empezaron a colarse 'peligrosamente' por la cubierta, ella no dudó en levantarse y se quedó apoyada en la pared del fondo. Su nostálgica mirada y su gabardina nos brindaron la imagen viral del día.

A esas alturas, todos estaban deseando ponerse bajo techo seguro y secarse. Quien más quien menos llegó mojado a la posterior recepción en el Palacio Real.

Recepción real

Unos 1.300 invitados asistieron a una cita con representantes de todos los sectores de la sociedad y los Reyes como perfectos anfitriones. Tras el besamanos en el Salón del Trono (con tres pausas de descanso), se celebró un cóctel en el Comedor de Gala y el Salón de Columnas como epicentro.

Las bandejas del catering de Mallorca se abrían camino portando quesos, croquetas, jamón, ensaladilla rusa, tartar de atún... y dulces trufas de chocolate y frutos de la pasión. No era fácil entre los populares 'corrillos' periódicos alrededor de las personalidades más buscadas.

La Princesa Leonor cumplió por segundo año consecutivo en esta recepción. Se mostró perfecta, educada, sin decir de más y algo más



La vicepresidenta Yolanda Díaz, con elegante abrigo.



Manuela Villena, esposa del presidente de Andalucía, de la firma Antonio García.



Lidia Bedman, esposa del líder de Vox, con look de Silvia Fernández.



Isabel Díaz Ayuso, de Rocío Osorno.



'SEMANA', UN DÍA ESPECIAL EN PALACIO

Un año más, nuestra revista tuvo el honor de compartir la Fiesta Nacional invitada a la recepción del Palacio Real. Allí nuestro director, Jorge Borrajo, tuvo ocasión de representar a todos nuestros lectores y saludar a los Reyes y a la Princesa Leonor en un día tan señalado.

autónoma. Ella y mamá pasaron un buen rato charlando con los cinco cadetes de la academia naval que habían viajado hasta Madrid.

Leonor aseguró que estaba muy contenta en Marín y que lo que más le gustaba eran los compañeros. La camaradería, por delante. También estaba ilusionada por embarcarse en el buque escuela Elcano, cosa que sucederá el próximo enero.

Allí nada se oía del monarca emérito, al menos viva voce. La Casa Real mantiene silencio al respecto, aunque el trago debe saber amargo. Pero al mal tiempo, buena cara. Nunca mejor dicho.

Olga Pérez

Fotos: Robert Smith y Gtres.



Pilar Alegría, ministra de Educación, con vestido de Philippa 1970.

FIESTA NACIONAL



Pedro J. Ramírez,
director de El Español,
y su esposa, Cruz
Sánchez de Lara.



Ana Rosa Quintana,
con traje blanco y bolsito
Lady Dior, asistió con su
marido, Juan Muñoz.



La
escritora
María
Dueñas.



Paloma
Segrelles,
presidenta
del Club
Siglo XXI.



Sandra
Golpe, de
Antena 3
Noticias.

Pornografía y jóvenes: un problema que afrontar

Igualdad presenta la campaña 'Vamos a hablar de pornografía' para concienciar a los padres y madres sobre la educación sexual de los y las jóvenes

LAS cifras son delatadoras: el 68,5 de jóvenes en España afirma que vio pornografía antes de los 15 años. Y hay otro dato todavía más preocupante: para el 30% de adolescentes la pornografía supone la única fuente de información sobre sexualidad. Ante esta situación, la ministra de Igualdad, Ana Redondo, ha presentado una nueva campaña para concienciar a la sociedad sobre la educación afectivo-sexual de menores de edad y adolescentes. ¿El objetivo? Fomentar la conversación intergeneracional y sacar del oscurantismo el problema del porno, sustituyéndolo por una educación sexual y afectiva responsable y de calidad.

Vamos a hablar de pornografía

La ministra de Igualdad, Ana Redondo, afirma que el hecho de que la juventud española consuma porno se ha convertido en un problema generalizado. Por ello, la campaña 'Vamos a hablar de pornografía' busca sensibilizar a padres, madres y personal educador sobre los riesgos asociados al acceso temprano a contenidos pornográficos, ya que al menos 6 de cada 10 adolescentes ve pornografía. Por su parte, la secretaria de Estado de Igualdad, Aina Calvo, afirma que esta campaña parte de



que "esa pornografía no es sexo, es violencia", dado que el 90% del contenido al que acceden personas menores de edad tiene violencia real. Además, explica que el 56% admite que el porno influye en sus relaciones sexuales y que lo consideran 'la escuela del sexo'.

Comunicación cercana: la clave de la solución

Con esta campaña principalmente se apela a padres, madres y personal educador para que creen espacios seguros en los que se puedan comunicar abiertamente con la juventud. Según los datos, el 90% de padres y madres españolas creen que sus hijos e hijas no son consumidores de porno. Por este motivo, la secretaria de Estado de Igualdad, Aina Calvo, les anima a que tomen conciencia cuanto antes para poder poner solución a este problema. www.igualdad.gob.es

EL
54,1% DE
ADOLESCENTES
CREE QUE LA
PORNOGRAFÍA
DA IDEAS PARA
SUS PROPIAS
EXPERIENCIAS
SEXUALES

TRES
DE CADA
DIEZ
ADOLESCENTES
CONSUMEN
PORNO TODAS
LAS SEMANAS

**PARA UN 30% DE ADOLESCENTES
LA PORNOGRAFÍA ES LA ÚNICA FUENTE DE
INFORMACIÓN SOBRE SEXUALIDAD**

**TENER CONVERSACIONES CERCANAS,
ESCUCHAR A TRAVÉS DEL DIÁLOGO, PROTEGER Y
ACOMPANAR A NUESTROS HIJOS E HIJAS
ES LA PRIMERA MEDIDA DE PROTECCIÓN**



Mayra Gómez Kemp, adiós a la gran presentadora

En los años 80 todas las semanas más de veinte millones de personas la veían al frente del mítico *Un, dos, tres*

FUE la primera gran presentadora de la televisión moderna en nuestro país. Cuando en 1982 Mayra Gómez Kemp se puso al frente del mítico *Un, dos, tres*, más de veinte millones de espectadores se asomaban todas las semanas a la pequeña pantalla para verla, convirtiéndola en toda una estrella de la época.

Sin embargo, la misma mujer que tuvo el máximo reconocimiento y acuñó una de las frases televisivas que han quedado para la historia con su "y hasta aquí puedo leer...", murió sola en su casa de Madrid a los 76 años, el pasado 13 de octubre.

Una soledad que provocó un final ingrato para una

Hace unos días sufrió una caída en su casa y estuvo más de veinte horas tendida en el suelo hasta que fue socorrida por una vecina



Nació en Cuba, y después de vivir en Puerto Rico, Venezuela y Estados Unidos, en 1970 se instaló en España.

comunicadora de su magnitud y que ha abierto un encendido debate sobre la situación de desamparo que viven muchas personas mayores en España.

Accidente en casa

Solo un par de semanas antes de su muerte, Mayra fue noticia por un accidente que volvió a hacer hincapié en la soledad que sufrió desde

Mayra comenzó su andadura profesional como actriz de doblaje.



En 1977 fundó el trío Acuario junto a María Durán y Beatriz Escudero, ex secretarias del *Un, dos, tres*.

el fallecimiento de su marido, en 2021.

Estando en su casa de Madrid se cayó y estuvo más de veinte horas tirada en el suelo antes de que la socorrieran. Ella misma lo narró tras el suceso: "Me resbalé, caí y no podía moverme. Tenía un dolor insufrible. Una vecina me echó de menos, me llamó por teléfono y al ver que no respondía golpeó la puerta. Entonces yo grité 'ayuda, ayuda' y me oyó. Ella llamó a los bomberos para abrir la puerta y me ayudaron a levantarme".

Una ambulancia la llevó al hospital, donde comprobaron que no tenía nada roto, y, aunque dolorida, recibió el alta médica. Por cierto, también en el centro ►►►

Junto a María Kosty, delante de la famosa calabaza Ruperta, la mascota del *Un, dos, tres*.



►►► médico tuvo que sufrir el robo de su bolso.

Sin embargo, solo unos días después del accidente, cuando parecía que todo había quedado en un susto, falleció en su casa de Madrid.

La vida de Mayra Gómez Kemp tuvo muchas luces y felicidad, pero también momentos muy dolorosos.

Llegada a España

Nació en La Habana un 14 de febrero de 1948. Junto a sus padres, Ramiro Gómez Kemp, guionista de cine, y Velia Martínez Febles, cantante, ambos de origen español, abandonó Cuba a finales de 1960 tras el triunfo de la revolución de Castro.

En 1986 escribió sus memorias en SEMANA donde narró este triste adiós: "Papá salió con cinco dólares,


mamá, mi hermana y yo con lo puesto. Dijimos adiós a Cuba, fue muy duro. Para mis padres era algo que había que hacer. Me aguanté las ganas de llorar para no hacer más difíciles aquellos momentos cruciales. Tuve el presentimiento de que jamás volvería a Cuba".

Después de pasar con su familia por Puerto Rico, Venezuela y Estados Unidos, donde comenzó su carrera como actriz, en 1970 Mayka viajó a Barcelona y, tras unos meses en la Ciudad Condal, se estableció en Madrid. En la capital siguió con sus pinitos en la interpretación y haciendo doblajes en Radio Madrid (Cadena Ser).

En 1976 debutó como actriz en el *Un, dos, tres* y un año después creó el trío musical Acuario junto a María Durán



Desde 1982 a 1988 fue la presentadora del *Un, dos, tres*, siendo la primera mujer en estar al frente de un concurso en prime time.



Mayra tenía una perfecta dicción y se aprendía de memoria los guiones. A la historia de la televisión ha pasado su frase "Y hasta aquí puedo leer", con la tarjeta del *Un, dos, tres* en su mano

y Beatriz Escudero, dos ex-secretarias del programa.

Su carrera como presentadora despegó con el programa *625 líneas* y con el concurso infantil *Sabadabada*. Pero su gran oportunidad llegó en 1982 cuando Chicho Ibáñez Serrador la eligió para sustituir a Kiko Ledgard al frente del *Un, dos, tres*: "Yo fui la primera sorprendida. Nunca hasta entonces ofrecieron la presentación de un concurso a una mujer. A Chicho lo tildaron de loco", dijo en SEMANA.

La reina de la tele

Hasta que en 1988 dejó el programa fue la reina indiscutible de la pequeña pantalla gracias a su naturalidad, pero a la vez a su perfecta dicción y su capacidad para memorizar los guiones sin necesidad de telepronter.

Mayra siguió en la televisión, con mayor o menor presencia, hasta que serios problemas de salud la obligaron a retirarse de la primera línea. En 2009 le diagnosticaron de un cáncer de lengua y, tres años después, uno de garganta, logrando superar ambos. ▶▶▶

SU GRAN MENTOR

Chicho Ibáñez Serrador la eligió para sustituir a Kiko Ledgard, al frente del mítico programa.





En 1986
escribió
sus
memorias
para la
revista
SEMANA.



EL AMOR DE SU VIDA

Su marido falleció en 2021 y nunca pudo superar su pérdida: "Estoy muy sola, era todo para mí. Aunque haya muerto, sigo enamorada de él", asegura tras quedarse viuda.



Con el actor
argentino
Alberto
Berco
estuvo
casada 47
años.

►►► Junto al trabajo, su marido, Alberto Berco, un actor argentino diecinueve años mayor que ella, fue su otro gran amor.

Mayra ya se había enamorado platónicamente de él cuando lo vio en la gran pantalla en la película *Taras Bulba*, y el destino los unió de verdad en un estudio de doblaje en Barcelona. La amistad dio paso al amor.

Alberto estaba divorciado de la actriz argentina Susana Campos, con quien había tenido una hija, Roxana. Además, también era padre de Vivana, de una relación an-

terior. Esta última está casada con Joaquín Galán, cantante de Pimpinela.

Aunque sus hijastras viven en Buenos Aires siempre tuvo con las dos una magnífica relación: "Somos excelentes amigas", decía sobre ellas en sus memorias. Nada más conocer la noticia de la muerte viajaron desde Argentina para darle el último adiós.

Dos bodas

Como en España no había divorcio, Mayra y Alberto se casaron por poderes en Bolivia en 1974, y en 1987 ya lo hicieron legalmente en España.

A pesar de vivir momentos muy duros durante el matrimonio por la profunda depresión que acompañó a Alberto en varias etapas de su vida, él lo fue todo para ella: "Es mi mejor amigo, mi entrañable compañero, mi fiel consejero. Alberto sacrificó su carrera para dedicarse a mí. Es mi motor cuando decaigo y mi freno cuando me paso... Es mucho más que un marido, es toda mi vida", escribió en SEMANA.

Y esa vida se le rompió para siempre cuando Alberto, que padecía cáncer de pulmón, falleció en sus brazos

el 18 de enero de 2021 de un paro cardíaco.

Sin poder superar la pérdida, con mucho dolor y también rabia, en ese momento volvió a surgir ese fenómeno televisivo que siempre fue Mayra Gómez Kemp, cuando acudió a un programa de televisión para hablar de su duelo: "No voy a aceptar nunca que me falta mi marido. Es ley de vida, muy bien, pero no tengo por qué aceptarlo. ¡No soy Santa Mayra de los cojones!".

Ahora, ya ha encontrado la paz al lado del hombre que hizo mejor su vida. ■

*Pago en 3 meses: con tu Tarjeta El Corte Inglés. Financiación ofrecida por Financiera El Corte Inglés, E.F.C., S.A. y sujeta a su aprobación. Consulta condiciones en Viajes El Corte Inglés. Precios "desde" por persona y estancia en ocupación doble y régimen de alojamiento (excepto indicado). Válido para nuevas reservas realizadas del 4 de octubre al 02 de diciembre de 2024, para determinadas salidas hasta el 31 de diciembre de 2025. Producto con avión: incluye billete en clase turista ida y vuelta desde Madrid, tasas aéreas (sujetas a posibles variaciones) y traslados. Consulta condiciones de estas ventajas en www.viajeselcorteingles.es Gastos de gestión 15€ no incluidos. Plazas limitadas. C.I.C. MA 59, HERMOSILLA - 112 - MADRID.



MARAVÍLLATE

RESERVA YA TU GRAN VIAJE



SI ENCUENTRAS UN MEJOR
PRECIO TE LO IGUALAMOS



RESERVA
POR 60€

HASTA
10%
DE DESCUENTO



PAGO
EN 3 MESES*



SIN GASTOS DE
CANCELACIÓN

Tailandia, ciudades del norte Fast Pack

Hoteles 3*/ 4*

10 días | 7 noches

1.215€

Incluye 7 desayunos, 4 almuerzos, 4 cenas,
visitas, transporte y guía local habla hispana
durante el recorrido

Egipto clásico y Oasis de Fayún Fast Pack

Hoteles y Montonave 5*

8 días | 7 noches

1.335€

Incluye pensión completa en Motonave,
desayuno en hotel, visitas, excursiones y guía
acompañante de habla hispana

Japón clásico

Hoteles Turista y Turista ^{Sup.}

9 días | 6 noches

2.425€

Incluye 6 desayunos, 2 almuerzos, visitas,
excursiones y guía local de habla hispana

Nueva York Semana Santa Fast Pack

Hotel 4*

9 días | 7 noches

2.520€

Salida el 12 de abril

Incluye tasas de alojamiento

India Masala

Hoteles Primera y Primera ^{Sup.}

11 días | 9 noches

2.560€

Incluye 9 desayunos, 1 almuerzo, 4 cenas, visitas
y excursiones

Laponia, Fin de Año - Fast Pack

Hotel 4*

6 días | 5 noches

2.965€

Salida el 28 de diciembre

Incluye 5 desayunos, 3 almuerzos y 5 cenas

ADELANTA TU RESERVA PARA 2025



TOURMUNDIAL
Hello world

91 330 72 63
viajeselcorteingles.es

VIAJES El Corte Inglés
Cuando viajes, viaja

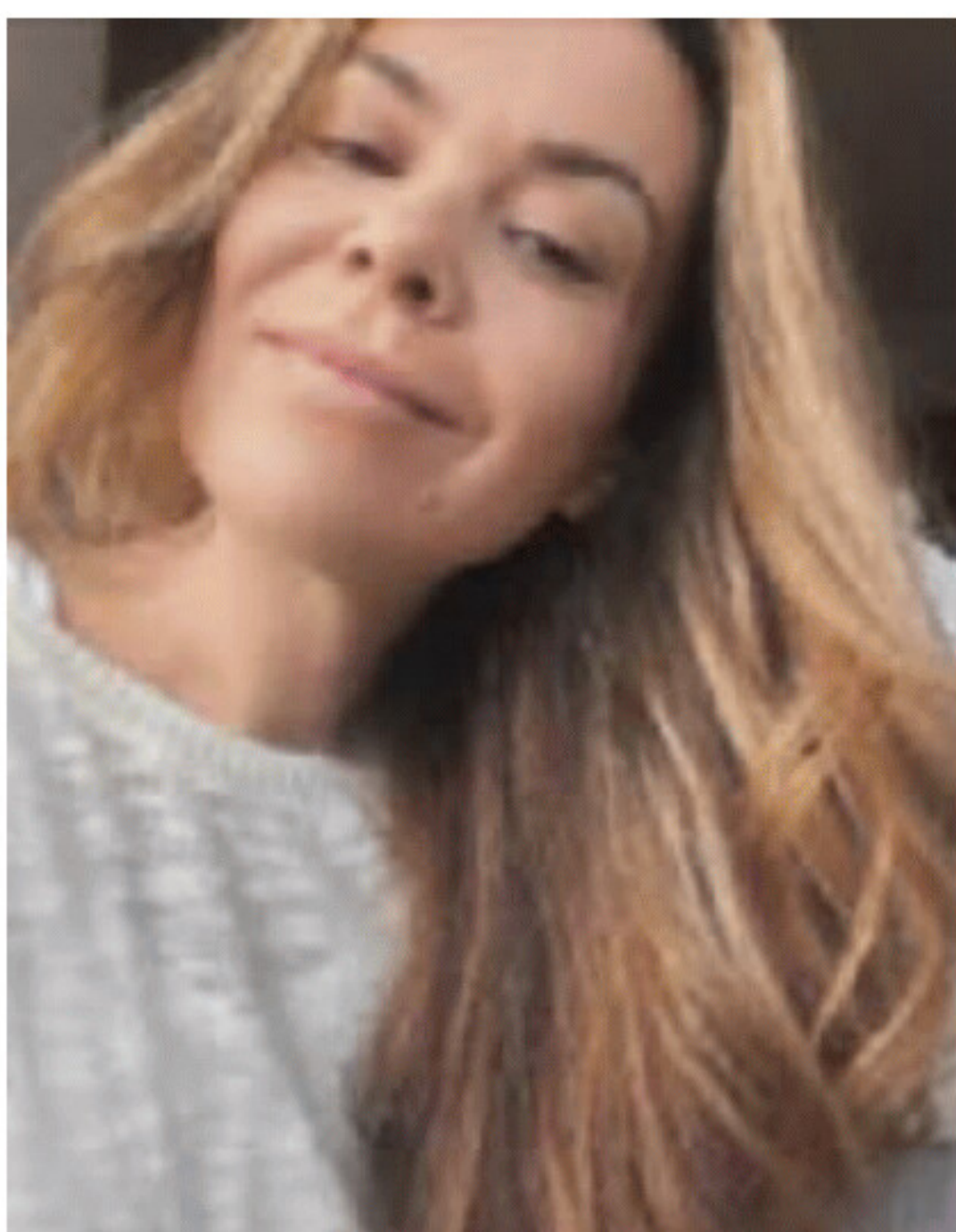
Gloria Camila rompe con su novio

● Tras cinco años de relación, Gloria Camila ha roto su relación con David García. "Hemos tomado caminos diferentes", ha dicho. Una noticia que se une a la demanda por maltrato psicológico que ha interpuesto la joven contra su exnovio, Kiko Jiménez.



Campanario, habla tras su ingreso

● "Estoy mejor, gracias a todos los que habéis estado pendientes". Con estas palabras, María José Campanario ha agradecido el trato tras la noticia del doble ingreso hospitalario del que informó SEMANA en exclusiva y sobre el que la mujer de Jesulín no ha querido dar más detalles.



Taylor Swift y Blake Lively, cita doble con parejas

● Son amigas y residentes en Nueva York, una circunstancia que lleva a Taylor Swift y Blake Lively a disfrutar, como en esta ocasión, de una cita doble con sus parejas, el jugador de fútbol americano Travis Kelce y el actor Ryan Reynolds. Los cuatro compartieron una agradable cena en un restaurante del Soho.



Leire Martínez deja La Oreja de Van Gogh

● "Después de 17 años maravillosos repletos de música y emociones que jamás olvidaremos, queremos anunciar que las trayectorias profesionales de Leire y La Oreja de Van Gogh seguirán caminos separados".

Con estas sorprendentes palabras anunciaba su ruptura definitiva la mítica banda, sobre la que en los últimos meses ha planeado el rumor de un posible regreso de su primera vocalista, Amaia Montero, que abandonó el grupo en 2007.

Liza Minnelli, premiada por su trayectoria

● Feliz. Así se encontraba la veterana actriz Liza Minnelli tras recibir en Beverly Hills un galardón como reconocimiento a su trayectoria artística. A sus 78 años, la estrella de Hollywood dio muestras de su sentido del humor sobre el escenario. En breve se espera que se publiquen sus memorias, las cuales la hija de Judy Garland anunció el pasado mes de agosto que estaba escribiendo.



Emma García y Ana Rosa, de comida

● Trabajo y placer pueden ir de la mano y si no que se lo digan a Emma García y Ana Rosa Quintana. La presentadora de *Fiesta* y la de *TardeAR*, ambos programas de la productora en la que está al frente Ana Rosa, disfrutaron de una agradable comida en la que hubo tiempo para hablar de proyectos y también para ponerse al día de sus vidas.





Sarah Jessica Parker, un icono de moda bañado en plata

● Pasan los años, pero Sarah Jessica Parker (59) sigue siendo una de las estrellas más rompedoras y elegantes sobre una alfombra roja. A la espera de la nueva temporada de *And Just Like That...*, donde volverá a deleitarnos con sus modelazos, la actriz nos dejó un buen aperitivo en la Gala de Otoño del Ballet de Nueva York, con un original vestido plateado con falda de tul y detalles florales firmado por Oscar de la Renta, con los complementos a juego. El atrevido estilo que hizo famoso al icónico personaje de Carrie Bradshaw, también se ha colado en su propio vestidor.

Meghan Markle, prepara sus memorias

● Tras el terremoto que supuso el libro autobiográfico del príncipe Harry, ahora es su mujer quien estaría preparando sus memorias. Meghan Markle (43) tiene intención de contar sus vivencias, entre las que incluye el tiempo que pasó con la Familia Real. Una idea que ya hace temblar a los Windsor.



Ethel Kennedy muere a los 96 años

● La viuda de Robert F. Kennedy, hermano del expresidente John F. Kennedy, falleció tras sufrir un derrame cerebral.

Tuvo once hijos, de los que viven nueve, 34 nietos y 24 bisnietos. Fue una activista medioambiental y por los derechos humanos.





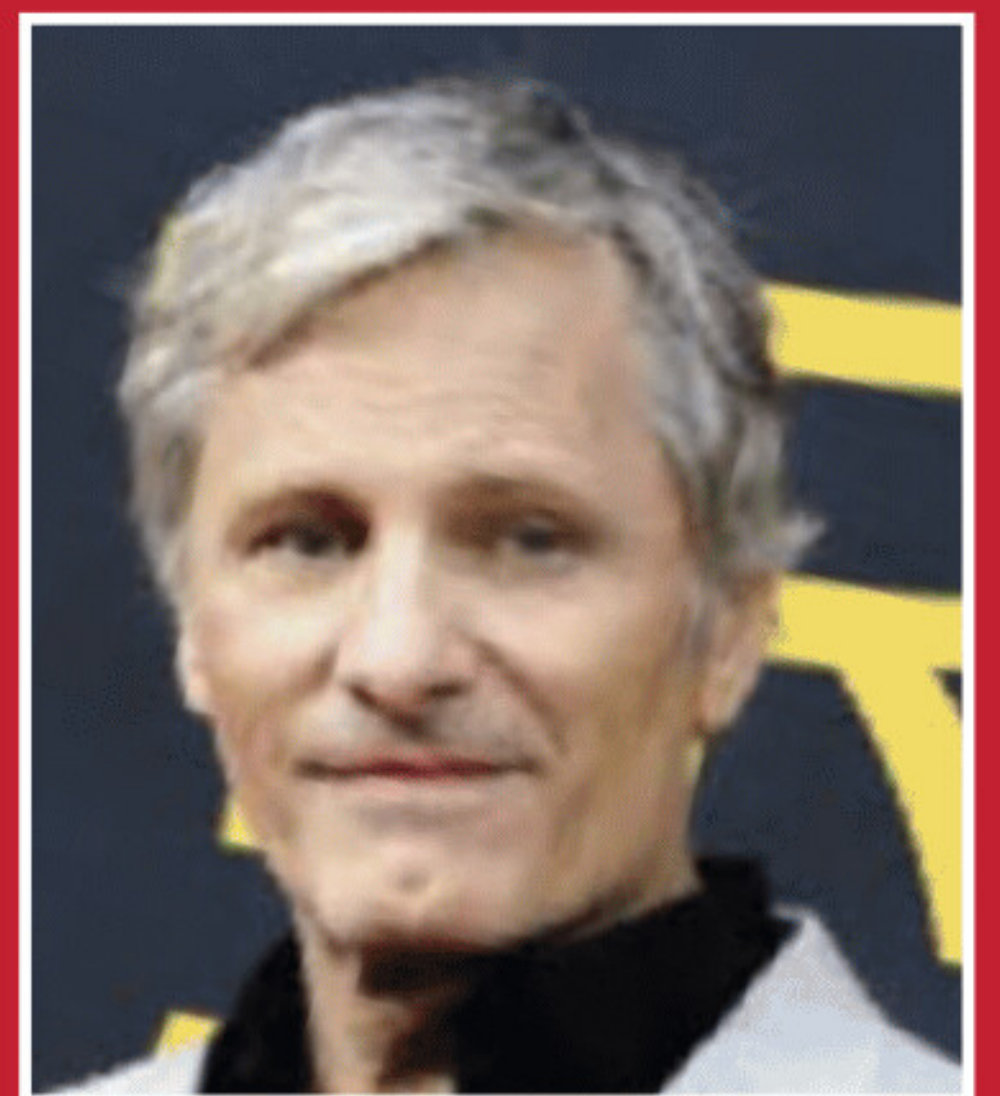
Arantxa Sánchez Vicario, todo glamour

● Mientras su exmarido Josep Santacana ha sido condenado a tres años y tres meses de cárcel, la extenista muestra su cara más glamurosa en la II Gala Desmarcadas celebrada en Sevilla, donde recibió uno de los galardones: "He intentado dejar a mi país en lo más alto, siempre ha estado en mi corazón", dijo al recoger su premio. Sobre la condena de su ex, Arantxa (52) no quiso comentar nada.

CUMPLEN AÑOS



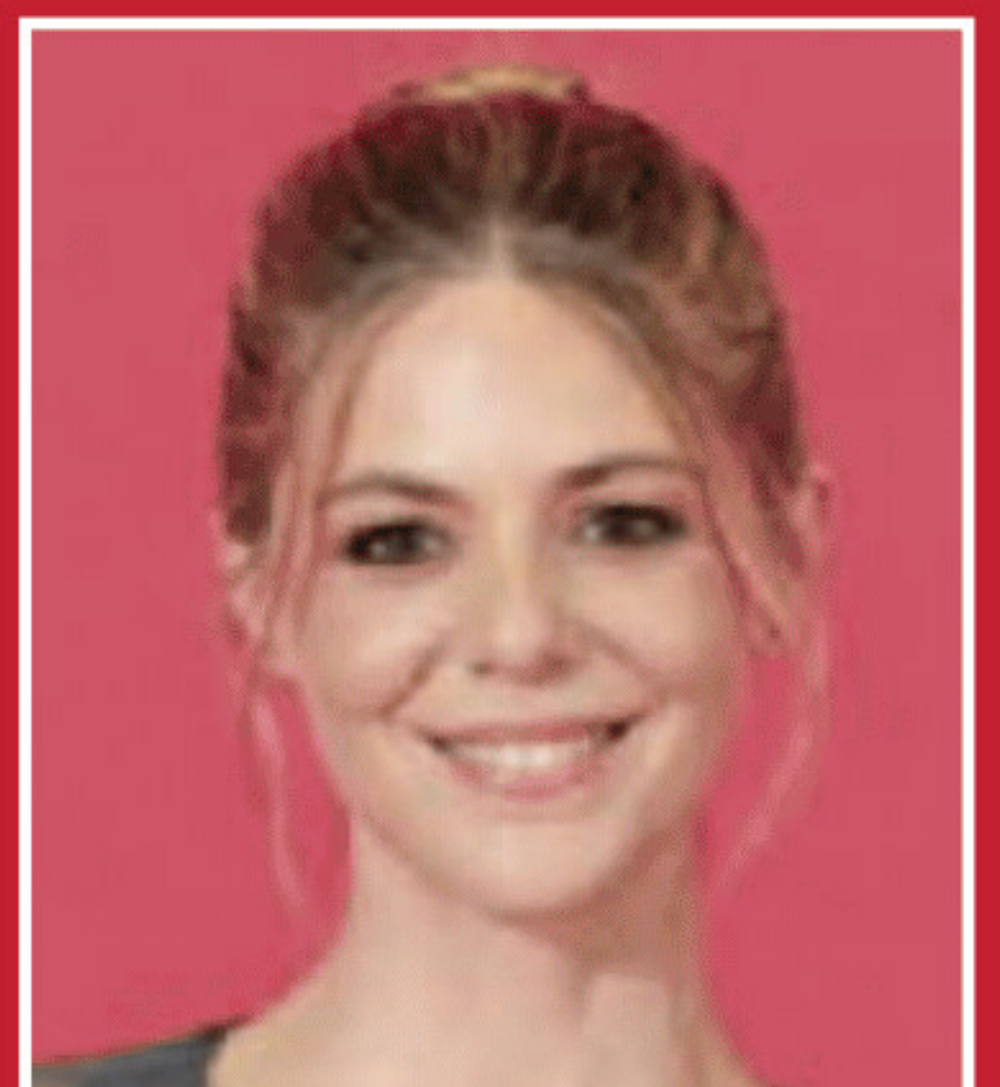
37 ZAC EFRON
18-10-1987



66 VIGGO MORTENSEN
20-10-1958



81 CATHERINE DENEUVE
22-10-1943



49 MANUELA VELASCO
23-10-1975



Relevo ducal en Luxemburgo: primer paso para la abdicación

● El Gran Duque Enrique de Luxemburgo (69) ha dado el primer paso para dar el relevo a su heredero, el príncipe Guillermo (42). El pasado 8 de octubre nombró a su hijo "teniente representante", una figura parecida a Regente, con mucho más poder. En la ceremonia oficial estuvieron padre e hijo junto a la Gran Duquesa María Teresa y la princesa Stéphanie, madre de los dos hijos del príncipe.

La Infanta Elena, corrida contra el cáncer infantil

● La Infanta Elena (60) presidió una corrida de toros en Torrejón de Ardoz (Madrid) para recaudar fondos para La Sonrisa de María, una fundación que lucha contra el cáncer infantil. En el ruedo, Alejandro Talavante, Gonzalo Caballero y Pablo Aguado. Y a su lado, sentada en la barrera, la propia María, una niña de 11 años con Sarcoma de Ewing.





Richard Gere y su esposa, Alejandra Silva, románticos en Zúrich

● No hay salida de Richard Gere y Alejandra Silva que no deje tras de sí un reguero de romanticismo. El matrimonio lo ha vuelto hacer en la alfombra roja del Festival de Zúrich, donde el protagonista de *Pretty Woman* posó así de cariñoso con su esposa (vestida de la firma española Teresa Helbig). La pareja tiene previsto mudarse a vivir a Madrid con sus dos hijos pequeños en común.

Piel perfecta en un flash



Este otoño presume de rostro con efecto flash con la línea de Vitamina C.B3 Niacinamida de Ziaja, una rutina facial multivitamínica, rápida y efectiva

Los madrugones, el trabajo, los niños, la casa... Con las agendas tan apretadas y una vida frenética, lo último que necesitamos son rituales cosméticos interminables. Lo ideal es dar con una rutina facial matutina rápida y efectiva, como la línea de Vitamina C.B3 Niacinamida de Ziaja, ideal para personas activas que disponen de poco tiempo.

Con solo 4 cosméticos veganos, el pack de rutina facial de día multivitamínico de Ziaja logra un rostro con efecto flash y una revitalización intensa de la piel en... ¡3 minutos! Además, proporciona una regeneración intensa y un 'boost' de energía inmediato durante el día.

Este set de cuidado facial diario con 4 productos skincare es apto para todo tipo de piel. Cuenta con unas dosis altamente concentradas de vitaminas, como la niacinamida (vitamina B3) y las vitaminas C, E, B5, B6, para un brillo, una juventud y un rostro radiante durante todo el día. **PVR: 19,49 €**

*La Vitamina C +
la Niacinamida
son una fusión
extraordinaria*

**+90%
ingredientes
de origen
natural**



- ▲ **Gel limpiador facial Vitamina C.B3:** a base de agentes limpiadores suaves, limpia, hidrata, elimina las impurezas y destapa los poros.
- ▲ **Tónico facial en spray Vitamina C.B3:** tonifica y limpia la epidermis, a la vez que hidrata, restaura el equilibrio natural de la piel y aporta energía.
- ▲ **Sérum facial activo Vitamina C.B3:** contiene vitaminas B5, B6 y E y un complejo suavizante de péptidos de origen natural que suaviza las arrugas, mejora la elasticidad, ilumina e iguala el tono.
- ▲ **Crema facial de día revitalizante Wake Me Up Vitamina C.B3:** su fórmula ligera actúa como primer nutritivo o prebase para el maquillaje, dejando una capa satinada y protectora en la piel.

Disponibles en perfumerías, cadenas de perfumería, farmacias, parafarmacias, en tiendas online y en www.ziaja.es

EN EL PUNTO DE MIRA

Bárbara Rey, al límite

La salud física y mental de la artista se está viendo alterada por la filtración de nuevos audios de su relación con el Rey Juan Carlos

EL escándalo surgido por la publicación de comprometidos audios y fotos de Bárbara Rey y el Rey Juan Carlos parece no tener fin. Y es que no dejan de aparecer nuevas conversaciones, si cabe más espinosas, y, lo que es peor, rumores de que existe material aún más delicado. Una situación que ha provocado que la artista de Totana, traicionada por su hijo, Ángel Cristo, se encuentre absolutamente desbordada por las críticas y el interés público que ha suscitado el caso.

Así lo demuestra el hecho de que hace unos días, Bárbara, en un estado de gran nerviosismo, pidiera ayuda a la policía mientras se dirigía en coche a un centro hospitalario. Al solicitarle los agentes que se apartara a un lado, ya que estaba sujetando la puerta del furgón policial, la artista, muy alterada y entre lágrimas, respondió:



VISITA MÉDICA

Muy alterada y nerviosa por el interés público que ha suscitado su caso, la artista pidió ayuda a la policía asegurando que tenía una cita médica por un problema de corazón.

"Dios me ayuda, cosa que, estoy completamente convencida, no va a hacer con gente muy malvada que hay por ahí suelta"



"No puedo. Voy al médico urgente, porque tengo una cosa del corazón".

"Dios me ayuda"

Una actitud que ha creado una creciente preocupación sobre la salud física y mental de Bárbara, que hace apenas un par de semanas sufrió un gran susto en la casa de su hija, Sofía Cristo. "Le dio un ataque de ansiedad, se cayó al suelo. No podía respirar. Yo no sabía qué hacer. No podía levantarla. No sabía si estaba dándole un ataque al corazón, un ictus o qué estaba pasando", contó la hija de la artista, que inmediatamente llamó al teléfono de emergencias.

Consciente de la alarma creada, dos días más tarde la vedette intentó tranquilizar a sus seguidores: "Bueno, yo sé que hay muchísima gente que me quiere, que sabe que estoy pasando un momento difícil y que están preocupados por mi salud. Os diré

que poco a poco voy saliendo adelante. Soy una persona creyente y Dios me ayuda, cosa que, estoy completamente convencida, no va a hacer con gente muy malvada que hay por ahí suelta".

Nuevos audios

Pero la tranquilidad no duró mucho, ya que ese mismo día, la aparición de un nuevo material volvió a dejarnos sin palabras. Se trataba de nuevas conversaciones, publicadas por *Okdiario*, en las que se escucha a la artista reconociendo que recibió dinero por parte del Rey Emérito. "Él se había comprometido conmigo en darme el dinero para pagar las deudas. Cien millones de pesetas, que él me daría. Entonces, un día vino (el intermediario) y me dio veinte millones de pesetas porque mi casa salía a subasta. Cuando pasaron cuatro o cinco

meses, me dio quince. O sea, a lo largo de año y medio me estuvo dando unas cantidades de dinero para hacer frente a todas las deudas que tenía y poder seguir viviendo".

En otro audio, Bárbara reconoce haber tenido conversaciones con el empresario Mario Conde sobre el Rey Juan Carlos. "Me puse en contacto con Mario Conde en el mes de enero, de este año. Porque yo sabía que seguía manteniendo amistad (con el Rey). Él, como todos sabemos, es un hombre muy inteligente que solamente se limitó a escucharme. Entonces le conté lo que me estaba pasando, le dije lo que temía y el daño que me estaban haciendo". Dos audios muy comprometedores que mucho nos tememos que no serán los últimos. ■

Froilán de Marichalar, de fiesta en Abu Dabi

El sobrino del Rey Felipe, que reside en Emiratos Árabe Unidos, celebró la Fiesta Nacional en un hotel junto a otros españoles

El hijo mayor de la Infanta Elena y Jaime de Marichalar no ha dejado de celebrar la Fiesta Nacional por muy lejos que se encuentre. Que no se diga que no tiene sentimiento patriótico más allá de nuestras fronteras. Como sabemos, el joven reside en Abu Dabi desde 2023, muy cerca de su abuelo materno, el Rey Juan Carlos.

Según ha podido saber SEMANA en exclusiva, Froilán asistió el 12 de octubre a una fiesta organizada por la embajada española, que tuvo lugar en el hotel Emiratos Palace Mandarin Oriental.

Paella entre 'selfies'

Vestido con un clásico traje de chaqueta oscuro y una corbata color verde, como muestra de apoyo al Rey, testigos presenciales nos han contado que Froilán se mostró "muy educado y atento" con todos los que se acercaron a charlar con él.

Por supuesto, no puso reparos a hacerse *selfies* con otros invitados. Eso sí, siempre con una aclaración: "No quería que le llamaran Froilán. Pidió que, por favor, le

llamáramos Felipe", han revelado a SEMANA.

La velada fue de tipo cóctel y comenzó pasadas las 7 y media de la tarde. Durante la misma, se cocinó paella en directo y "se sirvieron croquetas, jamón y picoteo. No era una cena sentados, sino un cóctel para que todo el mun-

"No quería que le llamaran Froilán, sino Felipe, y fue muy educado y atento con todos", cuentan testigos a SEMANA

do se pudiera relacionar", nos han explicado.

El cóctel finalizó sobre las 12 de la noche. Sin embargo, la fiesta continuó para los más marchosos, incluido Froilán, en la discoteca del hotel.

El hijo de Doña Elena, que unos días antes había sido visto en Madrid, disfrutó de la mejor forma de un día tan significativo. ■

Froilán de Marichalar (26) vive y trabaja en Abu Dabi desde 2023, pero viaja con frecuencia a España.

Así es la tranquila vida de Alfonso Díez en Madrid

El viudo de la duquesa de Alba apenas se deja ver en actos sociales y hace gala de su discreción en sus paseos matutinos

SIEMPRE ha sido un hombre discreto, a quien no le gusta llamar la atención. Esa fue la máxima de Alfonso Díez (73) durante los años de relación con la duquesa de Alba (empezaron a salir en 2008 y se casaron en 2011) y así siguió tras el fallecimiento de Cayetana, en noviembre de 2014.

Ahora, a punto de cumplirse una década de su muerte, su viudo, funcionario ya jubilado, lleva una vida tranquila en Madrid, aunque viaja con frecuencia a Palencia, su ciudad natal. Así, hace unos días lo vimos de compras por la madrileña Milla de Oro, que concentra la mayor cantidad de tiendas de lujo de la capital. Y nos llamó la atención porque hacía varios meses que no lo veíamos, exactamente desde el pasado mayo, cuando asistió al bautizo de los hijos de los duques de Osorno, lo que confirma la estrecha y cariñosa relación que sigue manteniendo con la familia de la que fue su mujer. ■



Alfonso salió de compras por la llamada Milla de Oro de Madrid.



El próximo mes de noviembre se van a cumplir diez años de la muerte de Cayetana de Alba

DESPEDIDA

Rafa Nadal se retira: adiós al mejor deportista español de la historia

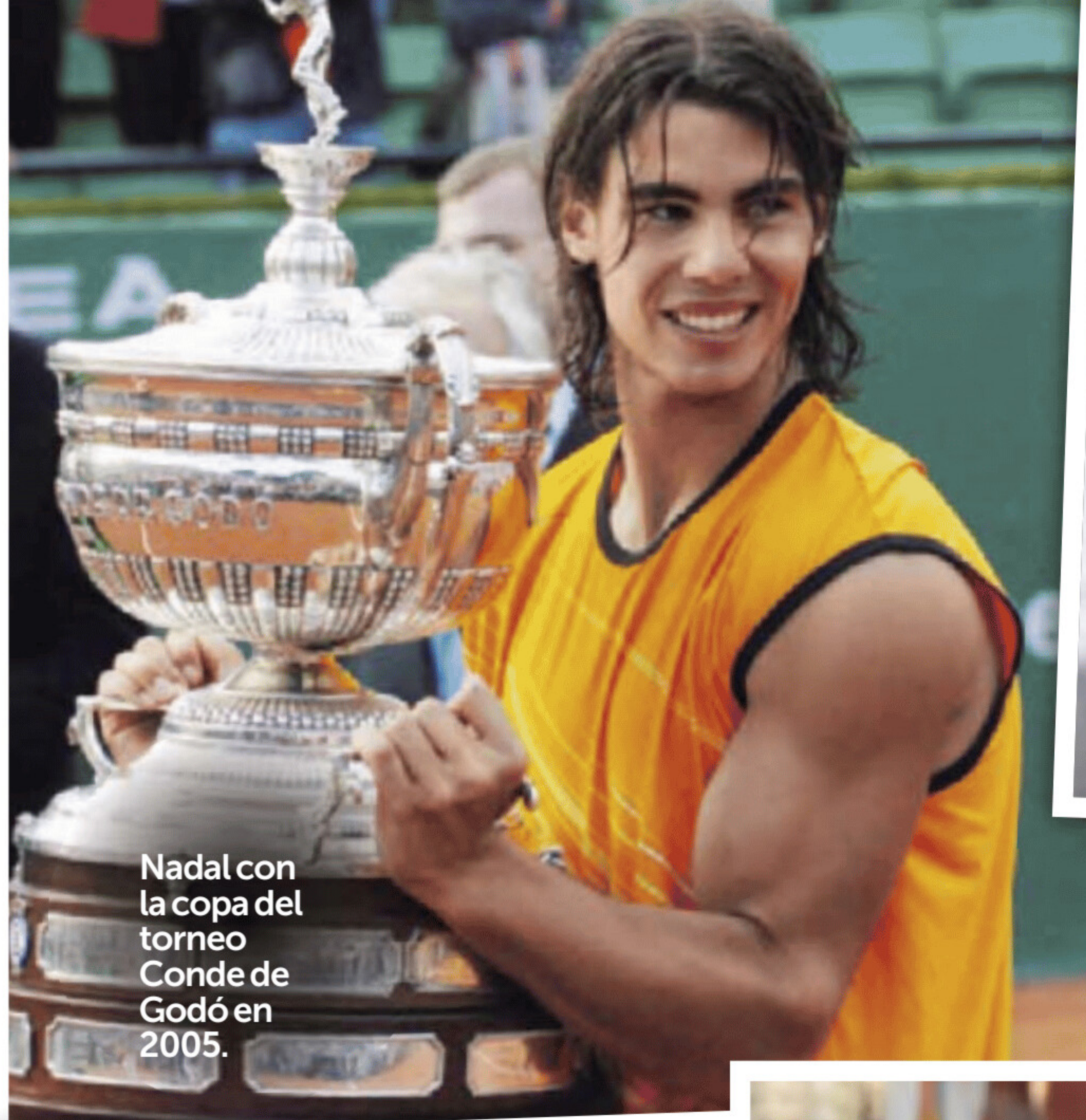
Tras la final de la Copa Davis, que tendrá lugar en noviembre, el rey de la tierra batida colgará la raqueta para siempre. Ahora le toca disfrutar de su vida familiar

ERA una noticia anunciada y esperada, pero de esas que nadie quiere que se materialicen: Rafa Nadal (38), el mejor tenista y, podríamos decir sin ánimo a equivocarnos, el mejor deportista español de todos los tiempos, se retira. Así lo ha anunciado él mismo: "Los dos últimos años han sido difíciles y no he sido capaz de jugar sin limitaciones. Creo que es el momento adecuado para poner punto final a lo que ha sido una carrera larga y mucho más exitosa de lo que jamás hubiera podido imaginar", afirma Nadal emocionado.

Y es que la edad, que no perdona, las lesiones y, probablemente, su nueva faceta como padre han hecho que el manacorí haya tomado esta decisión. La fecha fijada para tal momento es tras la

Su palmarés:

- 22 títulos de Grand Slam
- 2 Open de Australia
- 14 Roland Garros
- 2 Wimbledon
- 4 Us Open
- 5 Copas Davis
- 2 Oros olímpicos



Nadal con la copa del torneo Conde de Godó en 2005.



Xisca Perello, su mujer, ha sido parte muy importante en su carrera.

Sus padres, Sebastián y Ana María, su hermana, Maribel, su mujer, Xisca, y su hijo, Rafa, son sus bastiones



El 19 de octubre, Rafa y Xisca cumplen su quinto aniversario de boda.



Sus padres y su hermana, Maribel, a los que Rafa siempre ha estado muy unido.

final de la Copa Davis, que tendrá lugar en Málaga, del 19 al 24 de noviembre.

Felicidad y orgullo

La lista de triunfos que atesora no cabría en estas líneas y la felicidad y orgullo que nos ha reportado tampoco. Todo ello unido a una calidad

humana, destacada incluso por sus rivales deportivos. Por suerte, siempre nos quedarán las imágenes y vídeos de sus torneos para que nunca olvidemos que España fue, gracias a él y durante mucho tiempo, la número uno del tenis. Gracias por todo, Rafa. ■



Junto a Roger Federer, quien ha sido su rival y su buen amigo.

Laura Boado (la camarera de 'First Dates'), enamorada de un futbolista

La joven, que se dio a conocer en 'La isla de las tentaciones', sale desde hace dos meses con Hugo Vallejo, jugador de la S.D. Huesca

TODOS los fieles espectadores de *First Dates* (Cuatro) saben que su simpatía y buen hacer es parte importante en que Cupido haga su labor en el programa. Pero el amor también ha llamado a la puerta de Laura Boado (26), que ejerce de camarera del espacio, ya que en la actualidad mantiene una relación sentimental con un futbolista. Pese a los rumores que hace poco la relacionaban con el cantante y exfutbolista Álvaro Benito, es Hugo Vallejo (24), delantero de la Sociedad Deportiva Huesca, quien ocupa su corazón desde hace dos meses.

Amor en la distancia

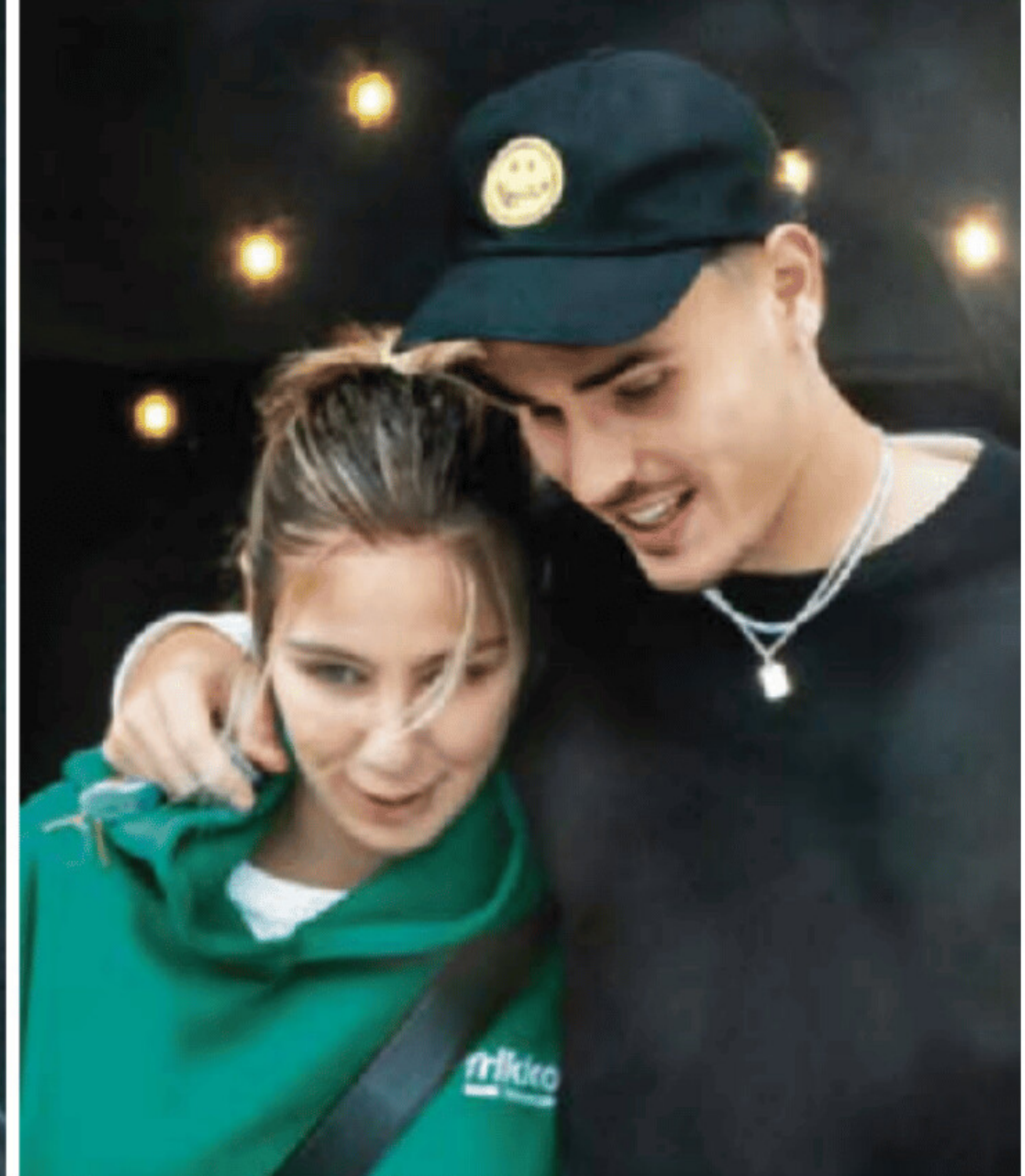
Como por motivos laborales él reside en Huesca y ella en Madrid, sus reencuentros son de lo más apasionados, como se puede ver en estas imágenes que les ofrece SEMANA. En esta ocasión, el joven, tras disputar un partido, viajó hasta Madrid para visitar a Laura, a la que acompañó en una de sus jornadas de trabajo. A la salida, se fueron a comer juntos sin dejar de besarse y abrazarse, demostrando el gran momento que están viviendo. ■



PURA PASIÓN

Ni siquiera la lluvia empañó la felicidad de la pareja, que, al mantener una relación a distancia, aprovecha al máximo sus reencuentros.





El futbolista granadino acompañó a su novia al plató de *First Dates* y luego se fueron a comer juntos.

La gallega fue relacionada recientemente con el cantante y exfutbolista Álvaro Benito

Laura y Hugo comparten su afición por el fútbol, ya que la joven jugó en la Segunda División Femenina



Pablo Urdangarin, el estilo de un golfista royal

Más allá del balonmano, el hijo de la Infanta Cristina demuestra sus excelentes dotes para el deporte, en plena polémica de su abuelo el Rey Juan Carlos



El joven, en plena jugada de golf.

PABLO es la estrella de la familia Urdangarin. La forma en la que respondió ante los medios tras la separación de sus padres lo convirtió en un ejemplo de educación y naturalidad. Si a eso le sumamos su atractivo y sus méritos deportivos como jugador de balonmano, tenemos un cóctel perfecto: un *royal* joven, guapo, galante y triunfador.

El segundo de los cuatro hijos de la Infanta Cristina e Iñaki Urdangarin, de 23 años, goza del éxito en la cancha con el equipo del Barça B. Eso sí, Pablo tiene muchas más facetas, incluyendo su afición por otras disciplinas.

Muy discreto

Así hemos sorprendido al joven en plena partida de golf en Barcelona, con el palo en la mano y derrochando estilo en cada golpe. ¡Nada se le da mal!

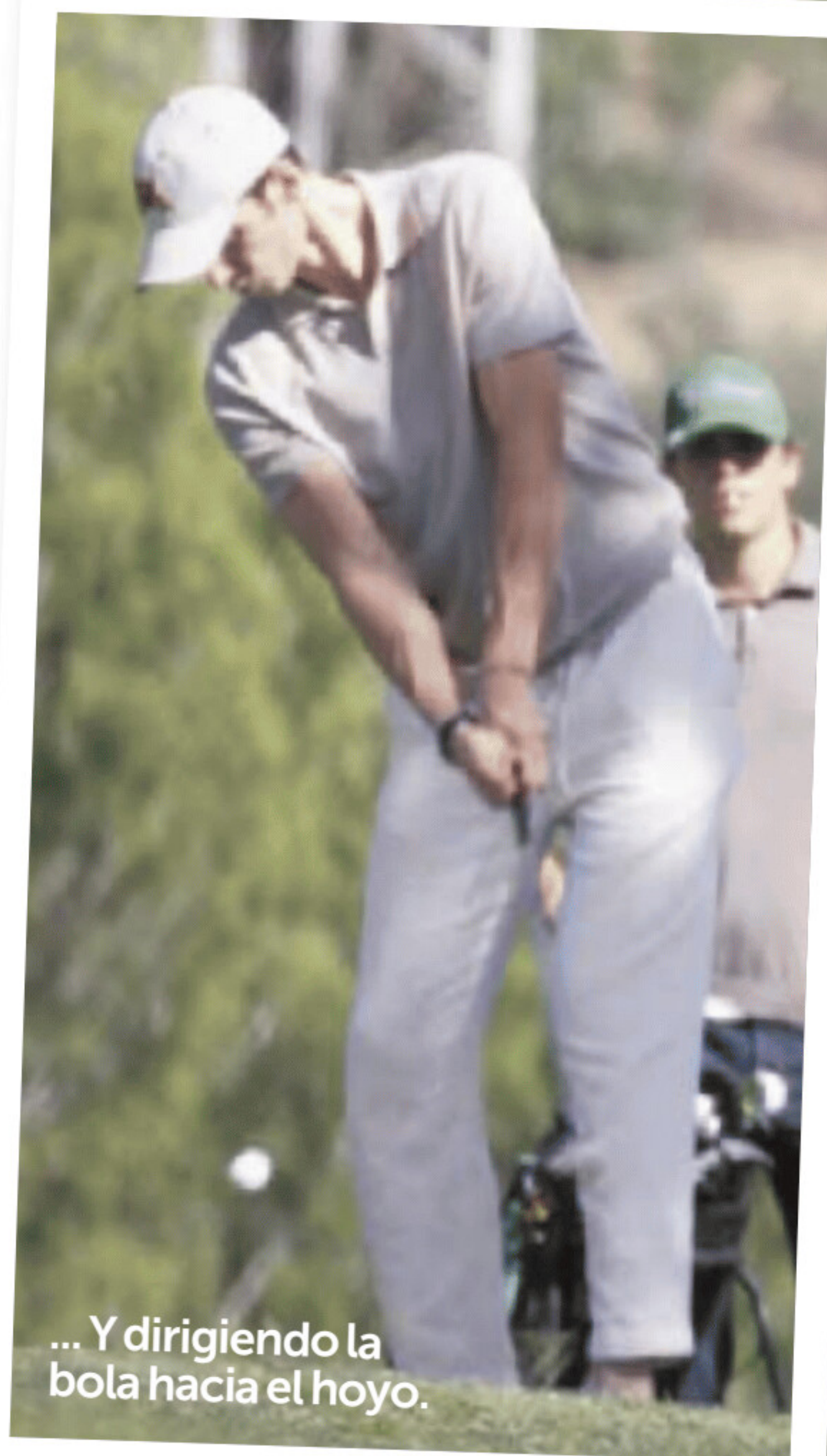
Y todo esto en medio de la polémica de los audios de su abuelo el Rey Juan Carlos. Pablo guarda silencio y le da a la bola como un profesional.

Su porte de modelo le ha granjeado una legión de admiradores, aunque Pablo solo tiene ojos para su novia, Johanna Zott, quien ya conoce a la familia y le apoya en su camino.■

El carismático nieto del Rey Juan Carlos se relaja practicando deporte y guarda silencio ante los audios filtrados de su abuelo y Bárbara Rey



Preparado para dar el golpe...



... Y dirigiendo la bola hacia el hoyo.

Pablo Urdangarin (23) tiene porte de modelo gracias a su 1,94 metros de altura.





ILUSIONADA

Ana acaba de sacar
su nuevo disco,
Sin final, con el que
está muy contenta.

Ana Guerra: "La Reina Letizia no podrá venir a mi boda"

Se casa el próximo 31 de octubre con el músico y actor Víctor Elías, primo segundo de la soberana

NADA más empezar nos confiesa: "Estoy un poco resfriada". Nos acomodamos en el sofá y le da un sorbo a su café con leche. Son unos días intensos para ella, su boda con Víctor Elías (33) se celebrará en tres semanas y acaba de lanzar su cuarto álbum de estudio, *Sin final*. Una vorágine de emociones y trabajo que Ana Guerra (30) sobrelleva con el mejor de los ánimos.

La cantante canaria se siente feliz y sus ojos se iluminan al hablar de su futuro marido, sonríe al confesarnos cuándo supo que él era el candidato perfecto para formar una familia y pone una mueca cuando nos explica también odo el revuelo que se ha liado con la lista de invitados a su boda (se llegó a decir que acudiría la Reina Letizia, prima en segundo grado de Víctor). Una Ana Guerra que tampoco tiene problemas en recordar que en sus inicios su relación con la prensa no era del todo cercana...



EN CAPILLA El enlace será en la Finca Prados Moros, en la Sierra de Guadarrama, a unos 35 minutos de Madrid y el maestro de ceremonias va a ser Fran Perea, a quien Víctor considera casi un hermano desde que coincidieron en *Los Serrano*.

En tu nuevo disco te abres en canal. Las letras son muy autobiográficas...

Claro, porque te estoy cantando cosas que no te contaría. Lo puedo cantar, pero no puedo contar.

Una de las más sentidas es la que le dedicas a tu próximo marido, Víctor Elías.

¿De eso se trata, no? De que todo el mundo extrapole lo que yo estoy sintiendo en ese momento.

Te casas en cuestión de días (31 de octubre), pero te noto de lo más serena.

Es que el foco ahora mismo está en esto que tengo aquí (su cuarto disco). Esta semana me he prohibido pensar en la boda porque si no, no soy capaz de hacer entrevistas bien, no estoy en el momento presente, estoy futurizando todo. Esta semana me voy a centrar en la promoción y luego todo en la boda. Tengo muchas ganas. Tanto él cómo yo queremos compartir con la gente que queremos este día tan importante.

Hace poco estuve charlando con Natalia Sánchez y Marc Clotet y me dijeron que todavía no tenían vestido ni regalo.

Pero a última hora todo sale bien, estoy segura.

¿Cuándo supiste que era él con quién te querías dar el 'sí, quiero'?

Un agosto me encontraba en Tenerife y fue superbonito porque estuvimos separados un mes. Él estaba en Madrid, yo en Tenerife y dije: "Ojo, cuánto le echo de menos, pero qué feliz estoy siendo también yo conmigo misma". Pensé: "Aquí no hay dependencia, es un amor supersano y está sien- ▶▶▶

►►► do muy bonito". Creo que ahí me di cuenta de que era él.

La pregunta del millón es quién irá a la boda y quién no. ¿Tus compañeros de OT? ¿La Reina Letizia?

Todos mis compañeros están invitados y eso es porque queremos ver en nuestra vida a esas personas. La Reina no podrá asistir, pero sería un placer tomar, en cuánto pueda, un café con ella.

¿Vas a cantar?

(Risas) La verdad, no tengo nada preparado en ese sentido, pero dejaremos que surja la improvisación.

¿Te sientes abrumada por la expectación generada?

Me lo estoy tomando con humor. Cuando entendí que vosotros me preguntáis porque a la gente le interesa, entonces se relativiza todo mucho mejor.

Hubo un momento en el que la relación entre la prensa y tú era un poco tensa, ¿y ahora?

Lo que sucedía es que, a veces, yo tenía la impresión de que la prensa me exigía que yo tenía que saber cómo funcionaba todo. Se supone que una artista que está en este nivel tiene que saber comunicarse con la prensa, tiene que saber lo que tiene que hacer, tiene que saber a quién le tiene que decir qué cosas, a quién no... Es como si lo tuviéramos que tener todo bajo control.

¿Pero no os prepararon para eso?

A nosotros se nos escapaban cosas de control porque no sabíamos qué era normal y qué no lo era, si habíamos metido la pata o no. Nosotros (habla por su edición de *Operación triunfo*) teníamos que

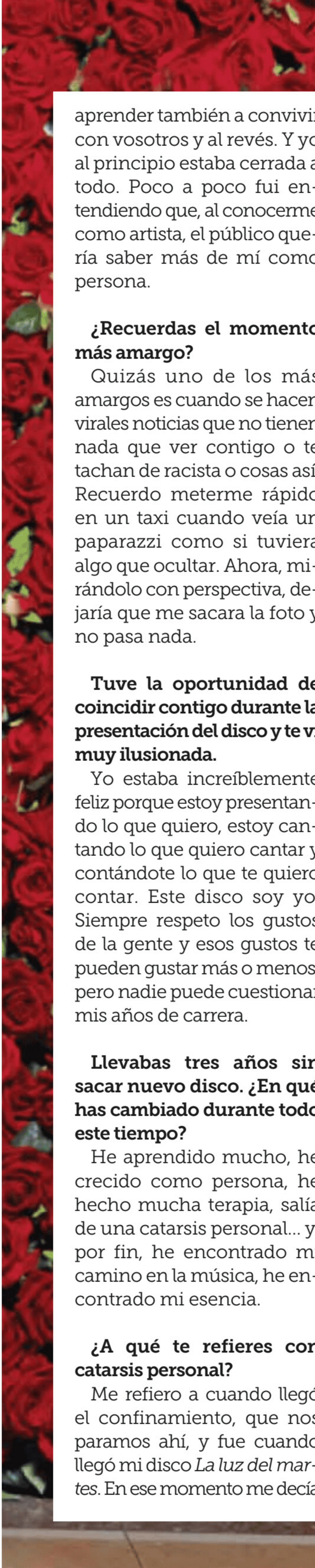
"Todos mis compañeros de 'Operación triunfo' están invitados a la boda porque queremos ver en nuestra vida a esas personas"

"Hubo un momento en el que la fama me superó y al igual que alguien va al gimnasio para mejorar el físico, yo tuve que ir a terapia"

"Nadie está preparado para un fenómeno como OT y necesitábamos ayuda para gestionar nuestras emociones"

Ana defiende la importancia de la salud mental y recuerda que es importante pedir ayuda cuando se necesita.





aprender también a convivir con vosotros y al revés. Y yo al principio estaba cerrada a todo. Poco a poco fui entendiendo que, al conocerme como artista, el público quería saber más de mí como persona.

¿Recuerdas el momento más amargo?

Quizás uno de los más amargos es cuando se hacen virales noticias que no tienen nada que ver contigo o te tachan de racista o cosas así. Recuerdo meterme rápido en un taxi cuando veía un paparazzi como si tuviera algo que ocultar. Ahora, mirándolo con perspectiva, dejaría que me sacara la foto y no pasa nada.

Tuve la oportunidad de coincidir contigo durante la presentación del disco y te vi muy ilusionada.

Yo estaba increíblemente feliz porque estoy presentando lo que quiero, estoy cantando lo que quiero cantar y contándote lo que te quiero contar. Este disco soy yo. Siempre respeto los gustos de la gente y esos gustos te pueden gustar más o menos, pero nadie puede cuestionar mis años de carrera.

Llevabas tres años sin sacar nuevo disco. ¿En qué has cambiado durante todo este tiempo?

He aprendido mucho, he crecido como persona, he hecho mucha terapia, salía de una catarsis personal... y, por fin, he encontrado mi camino en la música, he encontrado mi esencia.

¿A qué te refieres con catarsis personal?

Me refiero a cuando llegó el confinamiento, que nos paramos ahí, y fue cuando llegó mi disco *La luz del martes*. En ese momento me decía

a mí misma: "Pregúntale a la chica que yo era entonces, cuando cantaba en la calle, qué es lo que quiere cantar ahora y que además esto le sirve de terapia."

¿Piensas que hablar de terapia sigue siendo tabú?

Sí. Hay una cosa social de que para estar en terapia hay que estar loco. Fíjate tú qué frase más horrible, más horrible. Es verdad que ahora está de moda y también viene *guay* que sea así porque se va rompiendo un cliché. Por contarlo de alguna manera, casi podemos decir que *está de moda* la salud mental y eso es maravilloso. ¿Pero qué es lo que pasa? Que no tenemos los recursos de la Seguridad Social que necesitamos para que todo el mundo pueda acceder a eso.

La fama te llegó hace casi ocho años, ¿cuánto te ayudó ir a terapia para poder gestionar la fama?

Nadie está preparado para un fenómeno como *OT* y necesitábamos ayuda para gestionar nuestras emociones. Hubo un momento en el que me superó y al igual que alguien va al gimnasio para mejorar el físico, yo fui al médico del cerebro para que me diera las herramientas necesarias para subsistir.

¿Cómo resumirías este momento vital que estás viviendo?

No quiero dar una imagen irreal de estas típicas que se dan en redes sociales, pero tengo que reconocer que estoy viviendo un buen momento. Un momento muy dulce a nivel profesional y también personalmente.

¿Te imaginaste alguna vez la Ana Guerra de ahora?

Hubiera sido demasiado presuntuoso por mi parte



La cantante reconoce que está muy contenta con todo lo que ha conseguido.



Ana fue la quinta finalista en OT 2017, el concurso que la lanzó.

que mi imaginación llegara tan lejos.

Hace poco te hemos visto cantar encima del escenario con Isabel Pantoja ¿Qué destacarías de ella?

Desde el primer momento conectamos. Isabel es muy

generosa y cantar con una grande de España ha sido un gran orgullo para mí. Me trató fenomenal y le estoy agradecida a ella y a todo el equipo por el cariño.

Iván Reboso

Fotos: Alberto Bernárdez

MÁS SINCERO QUE NUNCA

Álvaro Morata: "Lo pasé muy mal y exploté. Fue duro"

El futbolista revela sus problemas mentales y cómo vive su separación de Alice Campello, con quien tiene cuatro hijos: "Es una persona que me ha ayudado mucho y es maravillosa, pero se acabó".



Álvaro Morata y Alice Campello han estado casados de 2017 a 2024.

ÁLVARO Morata, el capitán de la selección española de fútbol, se ha abierto en canal en una entrevista en el programa radiofónico *Herrera en Cope*, donde abordó su separación de Alice Campello, madre de sus cuatro hijos, y sus problemas de salud mental.

"La gente no entiende que hay cosas que termina sin ningún motivo, sin terceras personas. Tenemos diferentes opiniones en la vida. Alice es una persona maravillosa que me ha ayudado mucho, la respeto, pero se acabó. Tengo la conciencia muy tranquila y a los que puedo hacer daño en un futuro es a mis hijos si ven algo que no es verdad", dijo.

Su dura depresión

Morata también confiesa sus problemas emocionales:



El futbolista, hablando ante Alberto Herrera, hijo de Carlos Herrera.

"Cuando tienes momentos duros de verdad, depresión, ataques de pánico... Tienes otra persona dentro contra la que luchas todos los días y noches. Lo mejor era irme de España. Llegó un momento en que no lo podía

soportar. Lo pasé muy mal y exploté. El mundo de las redes no es real. No me podía abrochar las botas. Ves que lo que más te gusta en el mundo es lo que más odias. Hasta me daba vergüenza estar con mis hijos". ■

"No me podía ni abrochar las botas. Hasta me daba vergüenza estar con mis hijos", asegura

estilo y vida

www.semana.es
SEMANA

MODA

Las prendas de ante que van a triunfar esta temporada

SALUD

Colesterol en la menopausia: un enemigo peligroso

TRUCOS

Tips para dejar el parquet reluciente

Y ADEMÁS

Pasatiempos, ocio, horóscopo, ideas, recetas fáciles...

BELLEZA

LAS MEJORES BASES DE MAQUILLAJE

a partir de los 50 años

Las prendas de ante que triunfarán en tu armario

El ante ha resurgido con fuerza esta temporada, imponiéndose como el material más buscado para aportar a tus looks un toque sofisticado y cálido a partes iguales



La blazer de ante se posiciona como la prenda imprescindible en tu armario durante los próximos meses de otoño-invierno.

►Mango.
17,99€



►Tagliatore.
751€



ELEGANTE,
FUNCIONAL
Y VERSÁTIL:
LA AMERICANA
COMBINA A LA
PERFECCIÓN CON
TODA CLASE DE
PANTALONES



►Longchamp.
(c.p.v)



►Max Mara. 245€



►Pitillos.
50,95€



De la pasarela la chaqueta de ante ha saltado al *street style* para dar un plus de estilo a los looks más casual.

► Scalpers.
289€



ESTE
2024 EL
MARRÓN Y LOS
TONOS TIERRA
IMPREGNAN
TODAS LAS
PRENDAS DE
ANTE



► Acne Studios. 650€

► Misako.
12,50€



► Yuccs.
110€



Escanea este código
con tu móvil
y sigue informada
de las últimas
tendencias de moda





► Bijou
Brigitte.
17,95€

► Desigual.
79,95€



► PuntRoma.
36,95€



► Golden Goose. 693€



► Shein.
37,23€

LAS
TENDENCIAS
CLAVE DE LOS
AÑOS 70 ESTÁN
EN AUJE,
Y LA FALDA DE ANTE
VUELVE AL
TERRENO
DE JUEGO



Completa
tu falda midi
de ante con
*stiletto*s y
ganarás estilo
al instante.

LA
SOBRECAMISA
SE REINVENTA
ESTE OTOÑO EN
SU VERSIÓN MÁS
INFORMAL Y
OVERSIZE



►Zalando.
43,99€

►Zadig&Voltaire.
725€



►Miu Miu.
2.650€



►Mango.
79,99€



►Zara.
35,95€

Si te atreves, luce
tu sobrecamisa
de ante con un
mini vestido
corto blanco y
botas thong.
No pasarás
desapercibida.



►Zalando.
12,59€



►Massimo Dutti.
25,95€

►Parfois.
69,99€

RÍNDETE
A ESA
TEXTURA SUAVE
Y LUJOSA QUE
DEFINE EL
ACABADO DE LAS
BOTAS DE ANTE



►Alma en Pena.
175€



►H&M. 32,99€



En cuestión de
botas altas, más
allá de las siluetas
clásicas, esta
temporada se
extiende un
universo de
posibilidades.

NUESTRA MEJOR COCINA

Fascículo
41

Descubre la gastronomía provincia a provincia



En la mesa,
con un
apetecible
gazpacho, y
en su Feria de
Abril, Sevilla es
todo color y
alegría.



SEVILLA

En esta provincia andaluza disfrutar de la comida es todo un arte, gracias a la riqueza de sus comarcas: Guadalquivir, la Campiña, Sierra Norte, Aljarafe...



Salero en cada plato

Los humedales y el arroz, los naranjos y el olor a azahar, los olivares y las aceitunas aliñás... Paisajes y materias primas se funden en la cazuela sevillana, que enamora por su duende y por la alegría de sus sabores

LA provincia hispano-lusense es "especial" por muchas razones: la luz, la belleza de su capital, el arte flamenco... Y, entre ellas, el regocijo en su mesa. Gracia y sabor se combinan en una tradición culinaria, que se comparte en la calle. En forma de plato o tapa, los sevillanos disfrutaban de los abundantes recursos de sus huertas, olivares o viñedos. El río Guadalquivir es fuente de vida para los campos de arroz, la mayor extensión de este cereal en Europa. Un alimento básico que aderezan con gurumelos en Aznalcázar; con cascotes (legumbres) en Gelves, o con tomate en Los Palacios, y que también estrecha su relación con una corriente fluvial, que proporciona albueros y cangrejos. De trigo y otras harinas elaboran el excepcional pan de Alcalá de Guadaira o de Los Panaderos, de donde partían las caravanas tiradas por burros a principios del siglo pasado. Aunque esta tradición panera nació mucho antes con la regañá, torta

que dio la vuelta al mundo con Magallanes y Elcano, y que los marineros comían a 'regañadientes' por su dureza. Con fuerte arraigo, el pan es la base de platos como el gazpacho; la ardoria, variante del salmorejo en Osuna, o el sopeao de Mairena de Alcor, con cofradía.

Una de olivas

En su cocina también juega un papel decisivo el aceite de oliva. Con Denominación de Origen (D.O.) Estepa, Sevilla es la tercera productora en España, y ha convertido la aceituna de mesa en parte indispensable del tapeo. Aliñás, machacadas o rayadas, se pueden saborear en los pueblos de la ruta aceitunera, que incluye el histórico Dos Hermanas. Otro atractivo gastronómico y motor económico son los vinos y los licores. Los de Lebrija, la ciudad que fundó Baco, según la leyenda, tienen D.O., y son famosos el mosto de Aljarafe, los anisados de Cazalla y los caldos de Los Palacios y Sierra

Naranja amarga



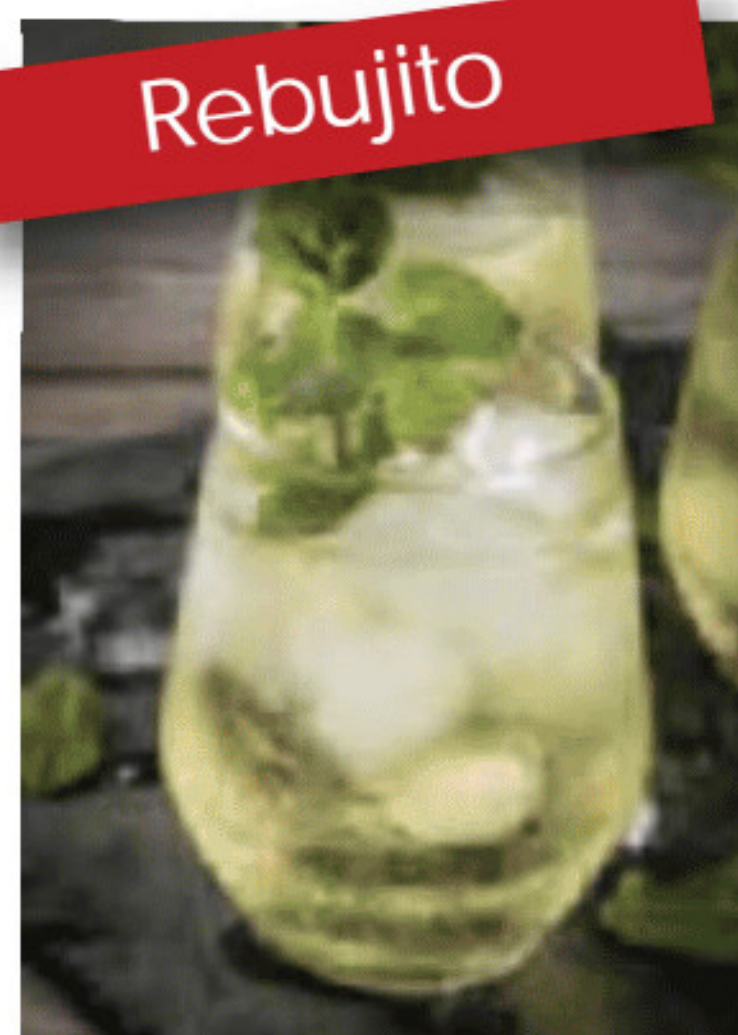
En la capital hay plantados 40.000 naranjos traídos por marinos genoveses para crear agua de azahar, perfumes o mermeladas. Su olor es inconfundible.

Carne mechá



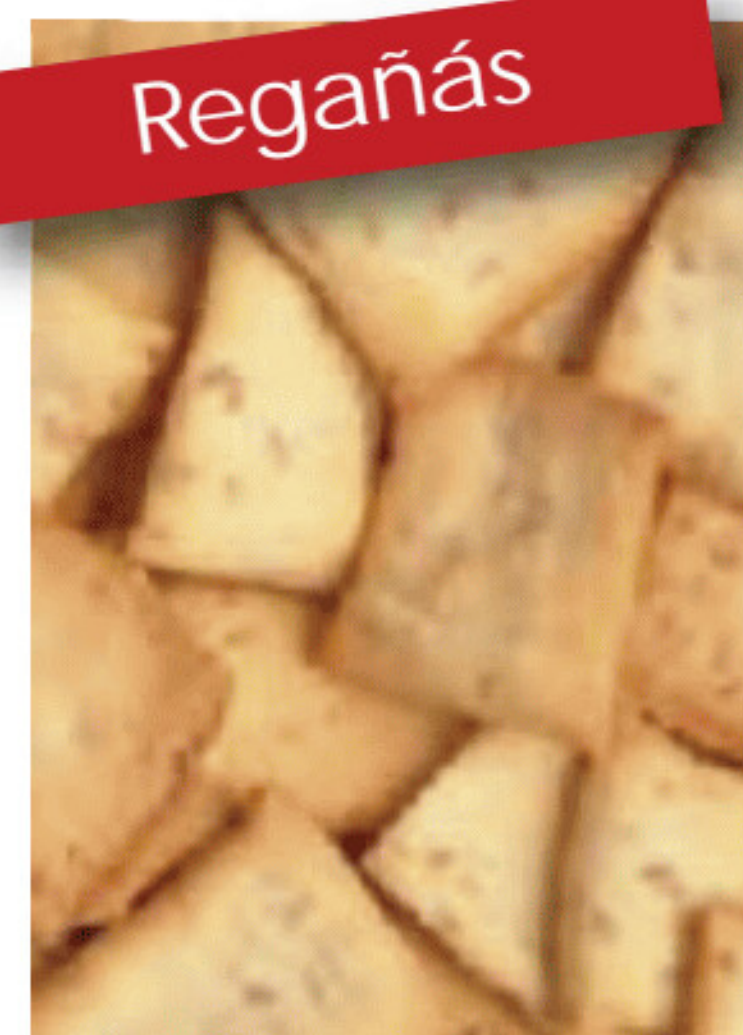
Esta receta andaluza se disfruta mucho en Sevilla. En su cocina, la carne del cabecero de lomo de cerdo se mecha, sobre todo, con aceitunas y almendras.

Rebujito



Tiene tres partes de manzanilla o fino, refresco de lima y mucho, mucho hielo.

Regañás



Estas antiguas galletas de mar son trozos de sopa de cereales solidificada.



Una ría atravesada por cuatro puentes y una fuente conforman la popular Plaza de España de Sevilla, amenazada por la avalancha de turistas.

Convertida en destino turístico y culinario, la antigua Híspalis cautiva con sus pueblos milenarios, (Carmona o Lebrija) y un recetario con raíces romanas y andalusíes

Norte. Además, el rebujito (fino y manzanilla rebajados) es la bebida estrella de la feria de Sevilla.

Ibéricos y cítricos

Este recetario no se entiende sin la carne de cerdo 'pata negra', criado en la dehesa de Sierra Norte, y cuyo jamón y derivados se degustan en las rutas del ibérico, dentro del mismo Parque Natural, o de la Tapa Matancera en Pruna. Nada de la cocina sevillana 'amarga', ni siquiera las flores del naranjo de la capital, que embriagan con su característico olor a azahar. Y en La Algaba, en La Vega, existe otro paraíso cítrico gracias a la navelina. Además, Sevilla se convierte cada 8 de diciembre en el día más dulce del año, cuando los conventos abren sus puertas para vender su repostería: mostachones de Utrera, tortas de aceite. Y al sur, en Estepa siempre huele a Navidad por sus mantecados y alfajores.

El casco antiguo de Osuna, ubicada en la Sierra Sur, es reconocido como uno de los más bellos de Andalucía y de Europa.



Itálica

La bimilenaria Itálica, la Pompeya sevillana, está ubicada en Santiponce, y en la Torre del Oro se guardaban los tesoros traídos de América.





Gazpacho andaluz

Ingredientes:

- ◆ ½ kg de tomates maduros
- ◆ ½ pimiento verde
- ◆ 1 diente de ajo
- ◆ ½ pepino
- ◆ 2 cucharadas de aceite de oliva
- ◆ 4 cucharadas de vinagre de vino
- ◆ 1 rebanada de pan blanco
- ◆ sal

Preparación:

Escaldar y pelar los tomates maduros e introducirlos en el vaso de la batidora. Añadir el pepino pelado y troceado, el pimiento, el ajo y el pan remojado en agua.

Triturar durante unos segundos y agregar la sal, el vinagre y el aceite, probando para rectificar si fuera necesario. Pasarlo por chino a una sopera y dejar enfriar durante una hora.

4 raciones 20 minutos

Servir el gazpacho andaluz bien frío en tazas individuales, acompañado de una guarnición de dados de pan, huevo duro y también hortalizas troceadas.

Los campesinos andaluces se refrescaban en el siglo XVI con esta sopa fría que ya existió en Al-Ándalus, aunque la receta original no llevaba tomate



Arroz con cangrejo de río

Ingredientes:

- ◆ 500 g de arroz redondo
- ◆ 500 g de colas de cangrejo rojo de Isla Mayor
- ◆ 1 l de caldo de pescado
- ◆ tomate triturado
- ◆ 3 dientes de ajo
- ◆ 1 cebolla
- ◆ 1 zanahoria
- ◆ una pizca de pimentón picante
- ◆ una ramita de azafrán
- ◆ cebollino picado
- ◆ aceite de oliva y sal
- ◆ naranja desmenuzada
- ◆ pepino al gusto

Preparación:

Saltear levemente en una sartén con un poco de aceite de oliva las colas de cangrejo ya peladas. Retirar. Sofreír la cebolla y los ajos picaditos en ese mismo jugo.

Añadir la zanahoria muy troceada y el tomate, y dar un hervor. A continuación, agregar la pizca de pimentón, el azafrán y el caldo de pescado.

Cuando empiece a borbotear, echar el arroz y dejar durante unos 15 minutos, sin que se pase y controlando que no se quede seco. Dejar reposar y presentar con las colas por encima, trozos de naranja, cebollino picado y pepino al gusto.

4 raciones 30 minutos

Este plato es común en la zona de Isla Mayor, dentro de las marismas del Guadalquivir. Puede cocinarse caldoso o como ensalada templada



Pato a la sevillana

Ingredientes:

- ♦ 1 pato gordo
- ♦ 80 g de corteza de tocino de jamón
- ♦ 2 zanahorias
- ♦ 2 puerro
- ♦ 2 cebolla
- ♦ una rama de apio
- ♦ 2 tomates
- ♦ 4 dientes de ajo
- ♦ 3 cucharadas de harina,
- ♦ 2 vasos de vino blanco seco o de jerez
- ♦ 1 l de caldo de carne
- ♦ 1 hoja de laurel
- ♦ 200 g de aceitunas verdes sin hueso
- ♦ pimienta blanca y sal
- ♦ manteca de cerdo
- ♦ 1 limón y tomillo

Preparación:

Poner una cazuela al fuego con la manteca y las cortezas de tocino. Cuando estén calientes, agregar el pato entero, limpio y sin restos de plumas, y frotado con limón. Salpimentar y rociar con tomillo por dentro y por fuera.

Dorarlo bien por todas partes e incorporar las cebollas, los puerros, el apio, las zanahorias y los ajos, pelados y cortados en juliana. Rociarlo todo con el jerez y dejar reducir un poco. Entonces, añadir el caldo y dejar que se vaya asando el pato. Cuando ya esté en su punto, tierno, sa-

4 raciones 90 minutos

carlo y pasar la salsa por el colador chino.

Para emplatar, trincar el pato en cuatro trozos, poniendo una base de salsa en el plato y un trozo de carne encima, y decorar con unas aceitunas en rodajas y unas patatas cocidas. Servir caliente.

Son de esta provincia, además de los platos hechos "a la sevillana", los que llevan las coletillas "a la gitanilla", "a la trianera", "a la Macarena"...



Huevos a la flamenca

Ingredientes:

- ♦ 4 huevos
- ♦ 100 g de jamón serrano en tacos
- ♦ 100 g de chorizo en rodajas sin piel
- ♦ 4 cucharadas de aceite
- ♦ 1 cebolla
- ♦ 1 diente de ajo
- ♦ 4 cucharadas de salsa de tomate
- ♦ guisantes cocidos
- ♦ 1 lata pequeña de espárragos
- ♦ sal
- ♦ pimienta

Preparación:

4 raciones 25 minutos

Pochar en una sartén con aceite caliente la cebolla cortada en trozos. Una vez esté dorada, incorporar el chorizo, el jamón y el ajo picado, y rehogar hasta que todo haya tomado color.

Añadir la salsa de tomate y los guisantes. Mezclar bien y dejar cocer unos 10 minutos. Luego, repartir esta fritada en cazuelitas individuales, hacer un hueco en el centro y cascar un huevo.

Para escalfar el huevo, introducir las cazuelas al horno durante 5 minutos a 200 °C, o cascar los huevos en la propia sartén, tapar y cocer al vapor, hasta que la clara esté hecha y la yema blanda. Sazonar y decorar con espárragos.

Con raíces gitanas, es un plato popular en Sevilla. Su nombre no tiene que ver con el arte andaluz ni con Bélgica; se refiere a la forma de presentación



Mostachones de Utrera

Ingredientes:

- ◆ 3 huevos grandes
- ◆ 250 g de harina
- ◆ 250 g de azúcar
- ◆ azúcar glas
- ◆ canela molida

Preparación:

Precalentar el horno a 180 °C con la función ventilador. Montar primero las claras de los huevos en un recipiente con varillas eléctricas durante unos 5 minutos. A los dos minutos de haber empezado, añadir el azúcar poco a poco y las yemas de una en una. Una vez incorporado

todo, agregar la harina tamizada y la canela, y remover bien la mezcla con movimientos envolventes, ahora con una cuchara de madera, hasta terminar con toda la harina.

Colocar papel vegetal en la bandeja del horno y una cucharada de la masa de los

8 raciones 45 minutos

mostachones dejando espacio entre ellas, para que no se peguen al subir. Espolvorear azúcar glas y hornear durante 15 minutos hasta que la superficie esté ligeramente dorada. Por último, sacarlos del horno y dejar enfriar.

La receta de estas pastas, redondas en su origen y de textura más parecida al bizcocho, es patrimonio del convento de las Clarisas de Utrera desde el siglo XII

Calidad del agua

Al menos, el 35% de los habitantes de comunidades como Valencia, Cataluña y Castilla-La Mancha califican como mala el agua del grifo

SALVO casos puntuales, el agua del grifo es perfectamente potable.

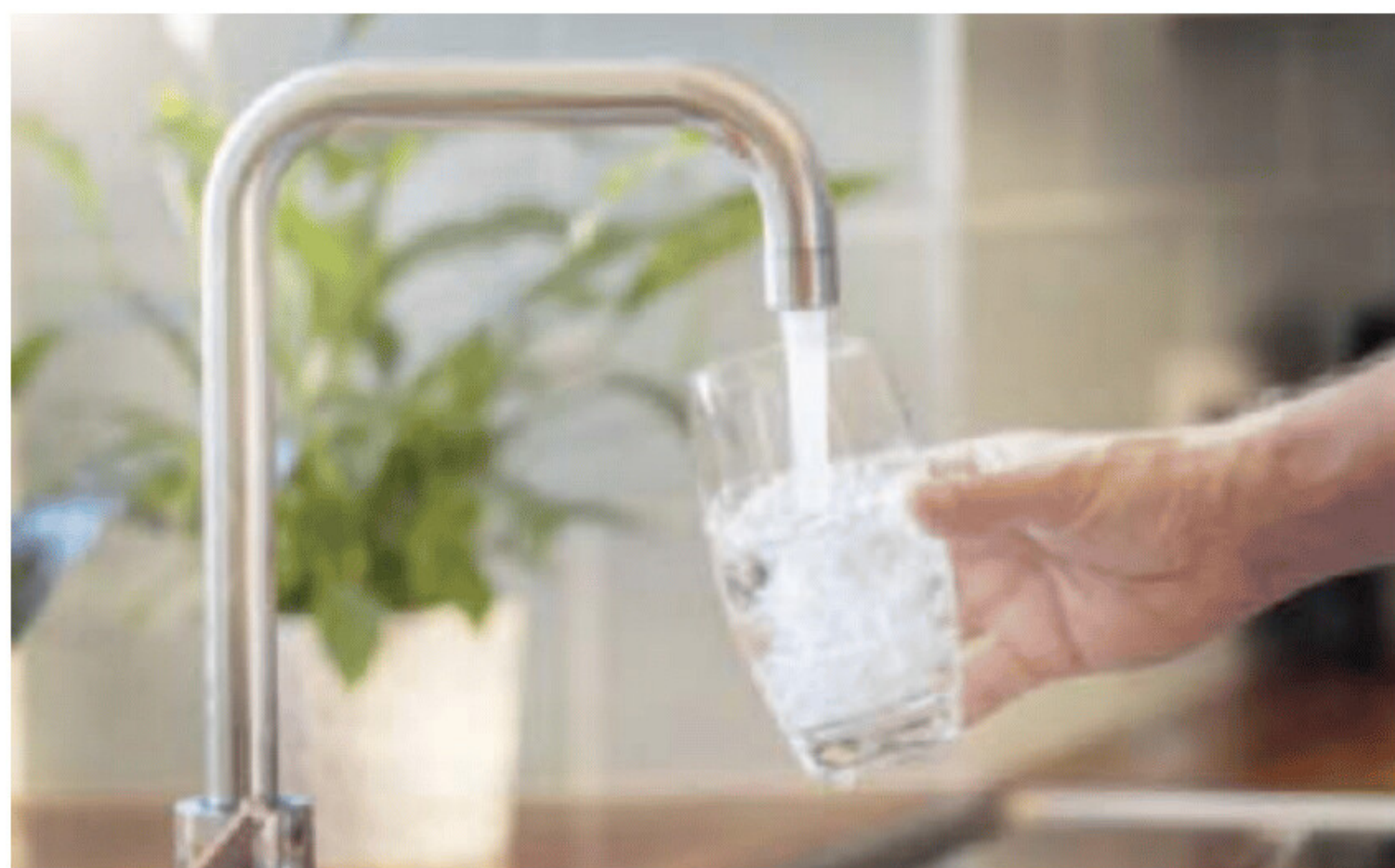
Otra cosa es su sabor, que puede ser desagradable cuando se trata de agua dura, rica en sales de calcio y magnesio o agua procedente de una desaladora. La normativa establece que "el agua potable debe ser incolora, inodora e insípida".

Este problema se refleja en la percepción de su calidad que tienen muchos consumidores, sobre todo en determinadas zonas: en la Comunidad Valenciana, Cataluña y Castilla-La Mancha al menos el 35% de los residentes califican el agua del grifo como mala o muy mala, según una encuesta de la Organización de Consumidores y Usuarios (www.ocu.org). En otras comunidades como Andalucía, Aragón y Castilla y León, el número de resi-

dentos descontentos con la calidad del agua del grifo es también apreciable, superior al 19%. Por el contrario, en Madrid y el País Vasco este porcentaje apenas alcanza el 1%.

El mal sabor incide en el coste final del agua para muchas familias: el 41% de los encuestados afirman no beber del grifo en sus domicilios. Entre ellos, quienes priorizan el agua mineral envasada afrontan un gasto mínimo de 500 €/año (para una familia de cuatro miembros que consume 2 litros por persona), 100 veces más de los 5 €/año que gastaría si bebiera agua del grifo.

OCU considera que es posible revertir esta situación mejorando el sabor del agua que llega a nuestras casas renovando los actuales filtros de sales minerales de las potabilizadoras. Más información en www.ocu.org



Las ideas más nuevas

JÚLIA BONET GOLD

Aliada contra el paso del tiempo

● Gold es la línea anti-edad global de Júlia Bonet que aporta nutrición, luminosidad y una piel visiblemente más lisa, tersa y radiante día tras día, convirtiéndose en tu mejor aliada contra el tiempo.

www.perfumeriajulia.es



AIRFRYER DE PHILIPS

Más que solo aire



● La Philips Airfryer XL Serie 2000 es la última novedad de la marca, creadora y líder mundial en freidoras de aire. Cuenta con la exclusiva tecnología RapidAir, para un cocinado superior y permite cocinar más saludable, con menos grasa, en menos tiempo y gastando menos que un horno tradicional. 159 €

BIOLOGICAL AGE Suplemento

● Cantabria Labs ha lanzado NDL Biological Age, el primer suplemento alimenticio que refuerza de forma natural el sistema inmune y la longevidad de nuestro reloj biológico.

ndlprohealth.com



IML | CLINIC

EN MADRID Instituto Médico Láser

● El Instituto Médico Laser cuenta con gran experiencia en Medicina Estética, desde el gesto de belleza más básico hasta las técnicas no quirúrgicas más avanzadas. Tres clínicas en Madrid:
C/ Hermosilla 8
c/ Clavel 7
Paseo General Martínez Campos 33.
www.iml.es

Lasañas

Deliciosas capas de sabor

Ese tipo de pasta, con láminas superpuestas, admite infinidad de rellenos y variantes y es todo un clásico de la cocina italiana



¡MAMMA MÍA! QUÉ RICA

Los orígenes

El origen de la lasaña se remonta al siglo I d.C, aunque no era exactamente cómo la conocemos ahora. Los italianos aseguran (y documentan) que la auténtica creadora de la lasaña fue Maria Borgogno, quien en 1316 ya elaboraba su propia receta, muy parecida a la actual.

Su propio día

Cada 29 de julio, se celebra el Día Mundial de la Lasaña. Entre las distintas versiones que se elaboran en América, una de las más típicas es el pastel azteca, originario de México, a base de tortillas mexicanas y chile con carne, y también el pasticho venezolano, una deliciosa versión criolla de la lasaña al horno.

Lasaña de ternera

8 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES

- 1 paquete de lasaña
- 1/2 kg de ternera picada
- 2 zanahorias
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 100 g de jamón serrano
- 1 copa de Jerez
- 3 cucharadas de salsa de tomate
- perejil picado
- sal
- aceite
- 1/2 l. de bechamel
- 1 vaso de salsa de tomate
- queso rallado

PREPARACIÓN

Freír cebolla, zanahoria y ajo picados. Añadir la carne y el jamón y rehogar. Sazonar con sal y pimienta e incorporarla salsa de tomate, el Jerez y el perejil picado. Dejar consumir 10 minutos.

Cocer las hojas de lasaña en abundante agua con sal y un chorrito de aceite. Sacarlas y escurrirlas sobre un paño.

Preparar la bechamel. Sazonarla con sal, pimienta y nuez y cocerla 10 minutos sin parar de mover.

Poner a capas en una fuente engrasada de tomate, hojas de pasta, refrito de carne, bechamel y queso rallado. Terminar con bechamel, unos trocitos de mantequilla y gratinar.

Lasaña de verduras con pesto

2 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES

- 300 g de canelones al huevo
- 1 calabacín
- 400 g de calabaza
- 1 cebolla roja
- sal
- 4 cuch. de aceite
- 1/2 berenjena
- 1/2 pimiento rojo
- 200 g de ricotta

Pesto:

- 4 cucharadas de albahaca fresca picada
- 8 cuch. de aceite de oliva
- 2 de piñones
- 1 diente de ajo
- 75 g de parmesano rallado

Salsa bechamel:

- 2 cuch. de aceite
- 1 de harina
- 1/2 l de leche
- sal
- pimienta
- nuez moscada

PREPARACIÓN

Cocer la pasta al dente en agua con sal y un chorreón de aceite, escurrirla, pincharla y meterla en el horno a 140 °C hasta que quede crujiente. Cortar las hortalizas del relleno en dados pequeños, rehogarlas en el aceite hasta que estén tiernas y sazonarlas.

Pesto: Triturar todos los ingredientes juntos en la trituradora, añadir el queso parmesano y batir hasta conseguir

una crema homogénea, añadiendo más aceite si es necesario. Mezclar con una espátula el requesón italiano (ricotta) con la salsa pesto. Montar un canelón, encima hortalizas, otro canelón, una capa de pesto-ricotta, terminar con canelón y al final cubrir de bechamel.

Salsa: Calentar el aceite y rehogar la harina sin que tome color, añadir la leche, sazonar y cocer 5 min sin parar de mover.



Lasaña con salsa boloñesa

9 RACIONES 70 MIN

INGREDIENTES

- 15 hojas de lasaña
- 600 g de carne picada
- 1 tomate pelado
- 2 dientes de ajo
- 2 cebollas grandes
- 80 g de queso rallado
- 3 cucharadas de aceite
- sal
- pimienta

PREPARACIÓN

Remojar las planchas de pasta en

agua hirviendo con sal. Cocinar el tiempo indicado en el envase.

Escurrir, colocar en una bandeja. Pelar y picar el ajo y la cebolla. Escurrir los tomates, reservar el jugo. Calentar el aceite en una sartén. Freír la carne, el ajo y la cebolla 5 minutos, sin dejar de revolver. Añadir sal y pimienta,

añadir el tomate y el jugo. Cocinar a fuego medio durante 15 minutos. Precalentar el horno a 210 °C.

Montar las láminas de lasaña, alternando la carne y la salsa boloñesa en tres o cuatro niveles. Espolvorear con el queso. Hornear durante 20 minutos. Servir según salga del horno.



CARNE PICADA, CEBOLLA, AJO, TOMATES Y VINO SON LOS INGREDIENTES BÁSICOS DE ESTA SALSA TAN ITALIANA Y 'MULTIUSOS'

Colesterol en la menopausia: un enemigo peligroso

Con la llegada de la menopausia, el colesterol puede elevarse provocando un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares. Atenta, tomar medidas es crucial para mantener una buena salud

POR lo general, las mujeres suelen mantener niveles de colesterol más bajos que los hombres. Sin embargo, cuando llega la menopausia esta tendencia cambia. ¿El motivo? Los estrógenos ayudan a mantener el colesterol a raya, pero con el cambio hormonal estos disminuyen, lo que provoca que las cifras puedan elevarse por encima de lo normal, en especial en aquellas mujeres que ya eran propensas a tenerlo alto. Y ojo, porque las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en la mujer.

En cifras

El objetivo es tener el colesterol total por debajo de 200 mg/dl. En cuanto al colesterol LDL (malo) debe ser inferior a 160 mg/dl. Pero también hay que tener en cuenta el colesterol HDL (bueno), que tiene que situarse en una tasa superior a 40 mg/dl en la mujer.

Así puedes mantenerlo bajo control

El colesterol bueno se puede subir un poco con la práctica de ejercicio, pero viene más determinado por la genética. Sin embargo, el malo es posible bajarlo cambiando algunos hábitos. ¡Apunta!

1 Vigila tu dieta

Lo dicen los médicos: **con una dieta adecuada se pueden llegar a bajar los valores de colesterol malo hasta un 20%.**

Aumenta el consumo de verduras, frutas, legumbres, frutos secos y cereales integrales. Pero sobre todo limita las grasas saturadas: embutidos, bollería industrial, mantequilla, fritos... Todos contienen altos niveles de grasas saturadas que reducen el colesterol bueno. Además, intenta cocinar siempre hervido, a la plancha o al horno.

2 No pares de caminar

Caminar es esencial para controlar el colesterol. Lo mejor es hacerlo manteniendo un ritmo lento e intenso para llegar a las 120 pulsaciones por minuto. **Media hora de caminata al día es una buena forma de empezar. Sin excusas.** También correr es otra gran opción. Puedes comenzar con 10 minutos diarios y aumentar el tiempo poco a poco hasta mejorar la resistencia y la capacidad pulmonar.

3 Aléjate del estrés

Según una investigación del University College de Londres las personas que experimentan más estrés y sufren respuestas más intensas de su organismo ante el mismo, **tienen tres veces más probabilidades de elevar su nivel de LDL (colesterol malo).** Para

DURANTE LA MENOPAUSIA LAS MUJERES SUELEN EXPERIMENTAR UNA SUBIDA DEL COLESTEROL DE HASTA UN 15%

Ojo a los síntomas

En algunos casos el colesterol alto presenta síntomas como pesadez en el estómago, mareos, dolores de cabeza, problemas de visión, fatiga constante, manos adormecidas... Sin embargo, el principal peligro de tener el colesterol elevado es precisamente que no suele producir signos que puedan hacernos sospechar. Por ello, para averiguarlo, es necesario un análisis de sangre que determine los niveles. De ahí la importancia que tiene hacerse analíticas de control anualmente.



evitarlo, es clave incluir una rutina de relajación al día. Puedes empezar con la meditación o probar con disciplinas como el yoga.

4 Adiós al tabaco
Fumar daña las paredes de los vasos sanguíneos, lo que favorece la acumulación de depósitos de colesterol malo. Dejar

de fumar, sin embargo, tiene un efecto directo en la salud cardiovascular: disminuye la tensión arterial y el riesgo de formar coágulos en la sangre. Apunta este dato: **tras un año seguido sin fumar, el riesgo de cardiopatía coronaria es un 50% inferior al de una persona fumadora.**

TUS ALIADOS

5 alimentos que te ayudan a controlarlo

Arándanos

Son auténticas bombas para cuidar el corazón, ya que aparte de aumentar el colesterol 'bueno' reducen la presión arterial, la rigidez de las arterias y la inflamación en general. Prueba a mezclar una taza de arándanos congelados junto con un yogur de vainilla desnatado.



Avena

Este cereal y su salvado contienen betaglucano, una fibra soluble en agua que ayuda a reducir la cantidad de colesterol LDL (malo) que circula en la sangre. Además, aporta una buena dosis de energía, proteínas y regula la cantidad de azúcar en sangre.



Berenjena

¿Has visto cómo absorbe el aceite al cocinarla? Pues de la misma forma actúa con el colesterol. Eso sí, para que haga de 'esponja' debes tomarla cocida y entera, con su piel y semillas. La berenjena también contiene ácido clorogénico, una sustancia que evita que el colesterol malo se oxide.



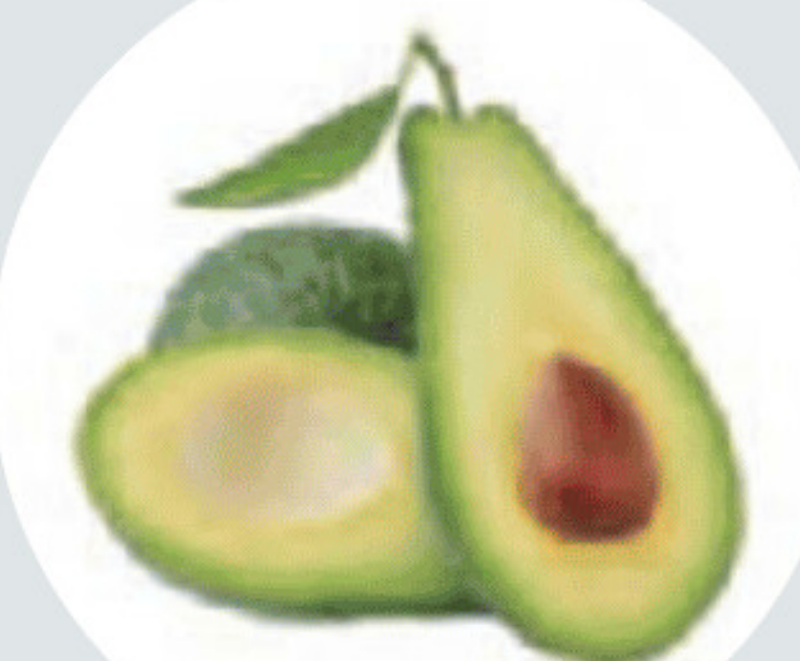
Naranja

Es rica en tiamina y ácido fólico, vitaminas esenciales para el sistema nervioso. Pero además, recuerda: no debes apartar el hollejo blanco que recubre cada gajo, porque contiene herperidina, una sustancia que ayuda a bajar el colesterol malo y a mejorar la circulación sanguínea.



Aguacate

Contiene cantidades considerables de ácido oleico, una grasa monoinsaturada saludable que ayuda a estimular el colesterol bueno. Pero no solo eso, el aguacate también aporta una sustancia química vegetal llamada betasitosterol, que contribuye a mantener el colesterol malo a raya.



Las mejores bases de maquillaje pasados los 50 años

Con el paso del tiempo, la piel presenta más necesidades. Por eso no basta con una base de maquillaje que únicamente aporte color, también es clave que trate los principales signos de la edad

HOY por hoy no nos conformamos con una base de maquillaje que unifique y aporte tono a nuestra piel. Ahora también queremos que ofrezca beneficios adicionales para el cuidado del rostro y su protección diaria. Pero ojo, porque a partir de los 50 todavía debemos ser más exigentes. Y por ello es clave optar por una base antiedad que tonifique la piel, hidrate, y retrase los signos del envejecimiento.

Activos imprescindibles

A partir de los 50 años, hay que adaptar la rutina de *make up* a un rostro en constante evolución. Eso significa escoger un fondo de maquillaje **que se centre en tratar los problemas de la piel madura, como la pérdida de luminosidad, el tono desigual y la falta de firmeza**. Para ello, los activos infalibles que debes buscar en la composición de tu base de maquillaje antiedad son:

ácido hialurónico (para hidratar), niacinamida (para reducir y camuflar imperfecciones), ceramidas (para alisar y retener agua), y vitamina C (para iluminar).

La mejor fórmula

A la hora de elegir tu base antiedad ideal también debes tener en cuenta su textura. Por lo general, **las fórmulas líquidas, en crema o en mousse, suelen ser las más adecuadas**, ya que aportan confort al rostro, lo nutren, y lo mantienen hidratado a lo largo del día.

Cobertura ideal

Para conseguir ese efecto rejuvenecedor tan buscado, lo más aconsejable es apostar por una base de cobertura baja. Además, los fondos ligeros cuentan con la ventaja de que **suman una acción reafirmante que atenúa las arruguitas y líneas de expresión**. En cuanto al tono, escoge uno similar al color de tu piel.

En 3 pasos

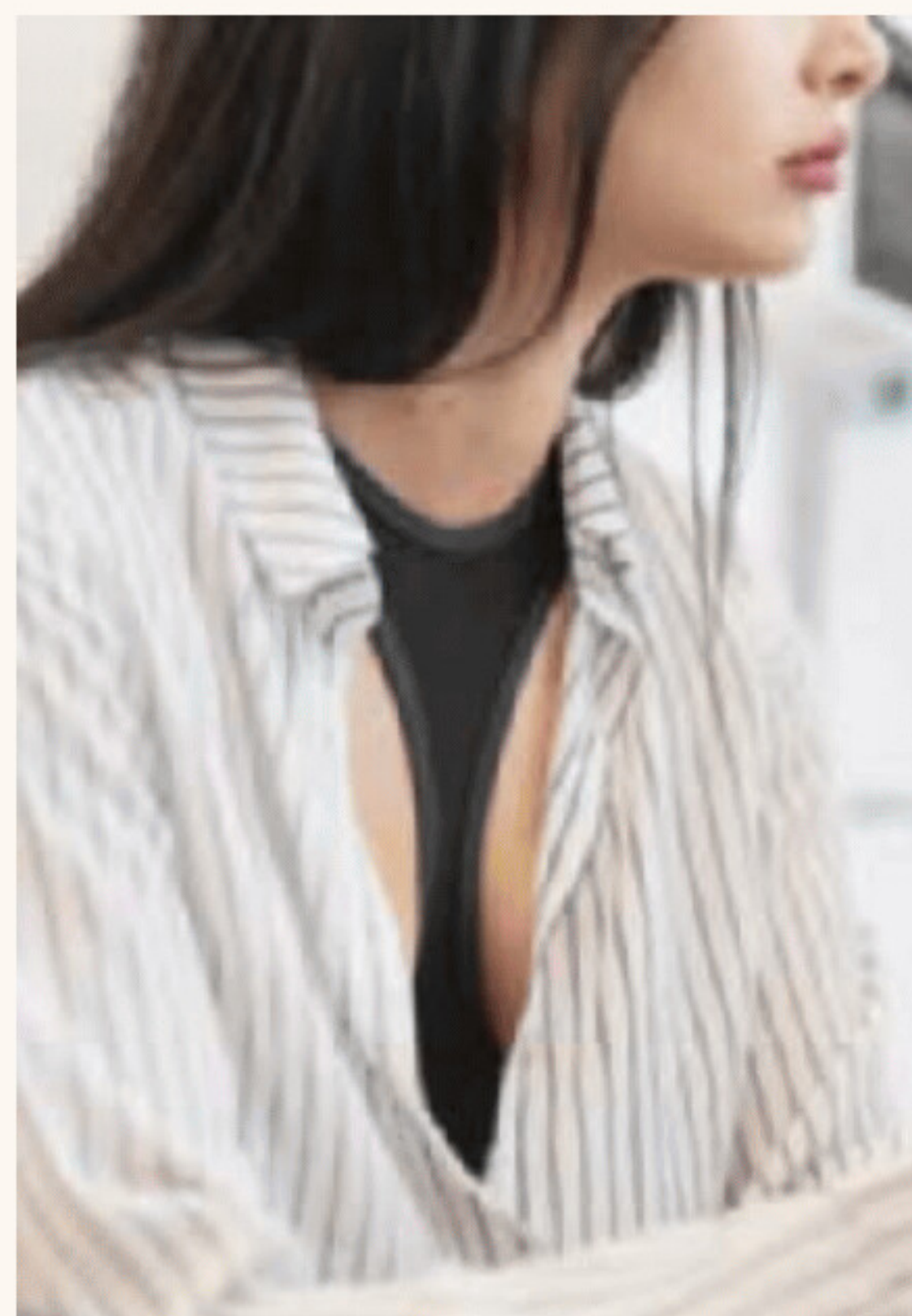
- ✓ Antes de empezar a maquillarte recuerda humedecer tu piel, ya que si está seca se harán más visibles los efectos del envejecimiento. Hazlo con una crema hidratante antiedad.
- ✓ A continuación, aplica la base de maquillaje con una brocha específica o una esponja, nunca con los dedos. Los motivos son sencillos: con los dedos se desperdicia mucho producto y el acabado no es el mismo.
- ✓ Por último, si crees que lo necesitas, finaliza tu *make up* con un poco de polvos compactos, que sellen y maten el resultado.

Acierta con tu tono

Lo ideal es probar tu tono de maquillaje en la zona de la mandíbula, donde no hay rojeces que puedan despistar. Además, si se tienen manchas, no hay que intentar cubrirlas con tonos más claros ni usar pesados correctores. La clave es optar por una base antiedad que tenga cobertura modulable. Eso significa que puedes dar más cobertura en una parte del rostro que en otra sin que se note que hay más cantidad. El truco es aplicar una primera capa bien difuminada y, después, con una esponjita ir aplicando más base hasta que la mancha no se vea.

Nightbra

LUCIENDO ESCOTE CON ESTILO Y SEGURIDAD



● **Asimétrico, barco, palabra de honor, en pico...** Hay muchos tipos de escote, y saber cuál nos conviene más no solo depende del tipo de pecho que tengamos, sino de la prenda y nuestros gustos. Por ello, para llevar un escote con estilo, tan solo hay

que sentirnos bien con él. Y en Nightbra te podemos ayudar.

● **Con el paso del tiempo es normal que vayan apareciendo arrugas en la zona del escote.**

Por un lado, es una zona bastante castigada por el sol y, por otra parte, las propias mamas crean pliegues que también provocan la aparición de arrugas. En Nightbra trabajamos con dos líneas que sirven como herramientas para tener una piel tersa y joven: el sujetador antiarrugas y la gama de cosméticos.

● **El sujetador antiarrugas Nightbra consigue prevenir y eliminar las arrugas del escote.**

Su diseño exclusivo permite utilizarlo de noche y de día, y hace que toda la zona intermamaria quede tersa durante su uso, teniendo total libertad de movimiento y mucha comodidad. Por su parte, la gama de cosméticos se compone de varios productos tales como crema reafirmante, crema revitalizante o el serum biológico con retinol para cuello y escote, siempre bajo la garantía de la marca Nightbra.

Descúbrelo



nightbra.com

Te gustarán...



► Base de maquillaje antiedad Your Skin But Better CC+ Oil-Free Matte, de It Cosmetics. 45€



► DD Cream Nude Skin Perfection SPF15, de Atashi Cellular Cosmetics. 31,06€



► BB Cream antiedad Age Perfect, de L'Oréal Paris. 12,25€



► Fresh Skin, de La Biosthétique. 38€



El clavo de olor: más que una especia aromática

- **Alivia síntomas de resfriado y gripe**, como la fiebre o el dolor de cabeza, ya que es un antipirético y analgésico natural.
- **Sus propiedades desinfectantes** son efectivas para la salud oral, curar llagas y controlar el mal aliento.
- **Ayuda a atenuar las náuseas**, reduce los gases y el dolor provocado por los cólicos, ya que es un antiespasmódico natural. Favorece las digestiones.
- **Tiene propiedades antiinflamatorias, antibióticas** y anticoagulantes, promoviendo la salud cardiovascular.



BELLEZA



Stop pelo encrespado

Si tienes tendencia a que se te encrespe el pelo en cuanto hay un poco de humedad, prueba a derretir aceite de coco virgen al baño María y, una vez líquido y tibio, añádelo a tu champú habitual. Deja actuar unos minutos y aclara.

REMEDIO EFICAZ

AMAPOLA CONTRA LOS DOLORES POR LA TOS

Para controlar los molestos dolores musculares en el pecho o en la espalda causados por ataques de tos, un efectivo remedio es tomar infusiones de amapola.

Tostadoras limpias para ahorrar luz

ELIMINA LAS MIGAS CADA SEMANA

Limpia regularmente las migas que se quedan en el fondo del tostador, ya que si no, este tardará más tiempo en calentar el pan, incrementando el gasto de luz.

HOGAR

Usos del agua de cocción de la pasta

- ✓ **El almidón que se libera en la cocción** de la pasta actúa como un espesante natural para las salsas. Así, al reutilizarla, te evitarás en algunos casos recurrir a otros ingredientes como la nata, el pan rayado o la harina.
- ✓ **Por otra parte, el agua de cocción** puede servir para suavizar las salsas que hayan quedado demasiado espe-

sas, sin perder la textura. Otra opción es reutilizarla para enriquecer un caldo.

- ✓ **Este agua caliente es muy efectiva** para limpiar una olla o sartén en la que se haya pegado la comida

- ✓ **Y cuando esté fría, puede servir** para poner a remojar los garbanzos o las lentejas.

HOGAR

Tips para conservar el parquet impecable

1 Barrido regular y adecuado

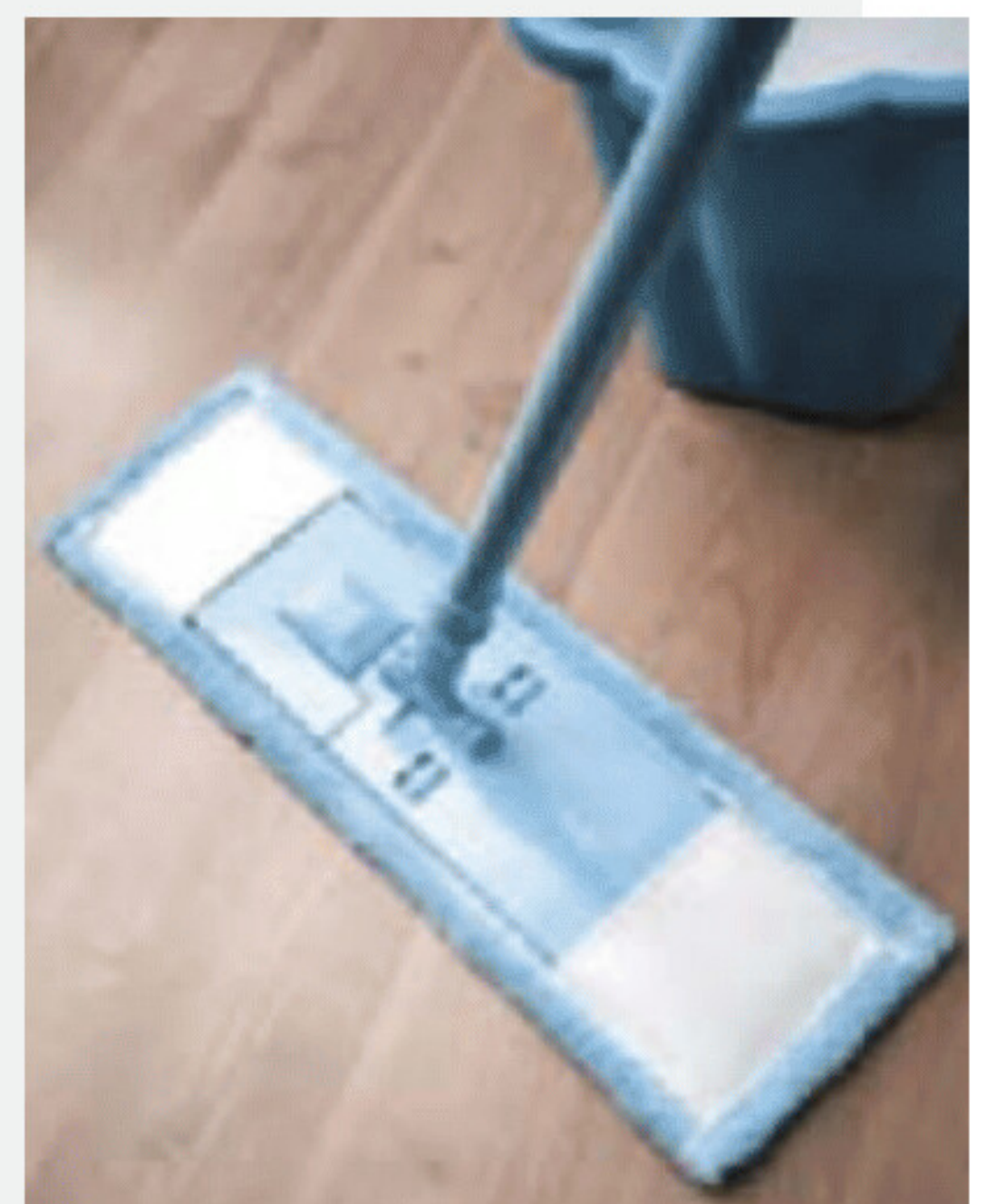
Para evitar que se dañe con la suciedad, es fundamental barrerlo a diario con cepillos de cerdas suaves o una aspiradora con un accesorio adecuado para el parquet.

2 Limpieza con mopa y agua

Si quieres una limpieza más profunda, pasa una mopa de microfibra ligeramente humedecida.

4 Cuidados básicos y fregado

Evita la acumulación de agua, el sol directo y protege las zonas que pueden sufrir arañazos. Por último, frega el parqué con un producto o solución adecuada, como el vinagre de manzana diluido en agua.



AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco	DESTRUÍS CON EL FUEGO ACCIÓN DE TENTAR IGUAL, SE-MEJANTE	SEA URGENTE POSEÉIS ALDABÓN, LLAMADOR	VOCAL DÉBIL CABALES, INTEGRAS DE LA TIBIA CIEN ROMANO	NOTA BENE SU ALTEZA REAL ATALAYABA TAPADERA	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO PONE ORDEN	EL TÍO ..., USA EN ROMA-NOS, 53 RUMOR DE VOCES RADÓN	ENCA-NECIDO DAD UN PASEO PREF., VIDA	GAS NOBLE CAMINOS ESTRECHOS HARÉ AL HORNO	SE ..., PIERDEN EL EQUILIBRIO UN MA-RISCO, PL. TE ATRE-VIERAS
VINOS QUINADOS EN NÚMEROS ROMANOS, NOVENTA									
PATRIA DE ABRAHAM MUEVE LOS BRAZOS									
LÍNEA DE SIMETRÍA MAGNETICE									
QUE TIENE MANSEDUMBRE, FEM. IMPAR									
PRIMERA LETRA DEL ABECEDARIO TABLA GRUESA									
REPITÁIS, REITERÉIS SÉPTIMA LETRA									
ESENCIA, NATURALEZA DIVINIDAD FEMENINA									
... WATTS, ACTRIZ ESTADO MAYOR									
CABEZA PRODUCTO NACIONAL BRUTO									
DOS VOCALES IGUALES EQUIVOCADA									
SE HALLA EN UN LUGAR UTILIZAS									
EXPONENTE POTENCIAL LAGOS PIRENAICOS									
DAR LA ..., MOLESTAR OESTE									
PERCIBÍ OLORES NO ESTÁS SEGURO									
LLEVEN A CABO UNA DATACIÓN SALAMANCA									
CORTAN ÁRBOLES POR EL PIE CAFETERÍA									
PREF., SEPARACIÓN DARÁ A LUZ									
BARNIZ DURO Y BRILLANTE NEGACIÓN, PL.									

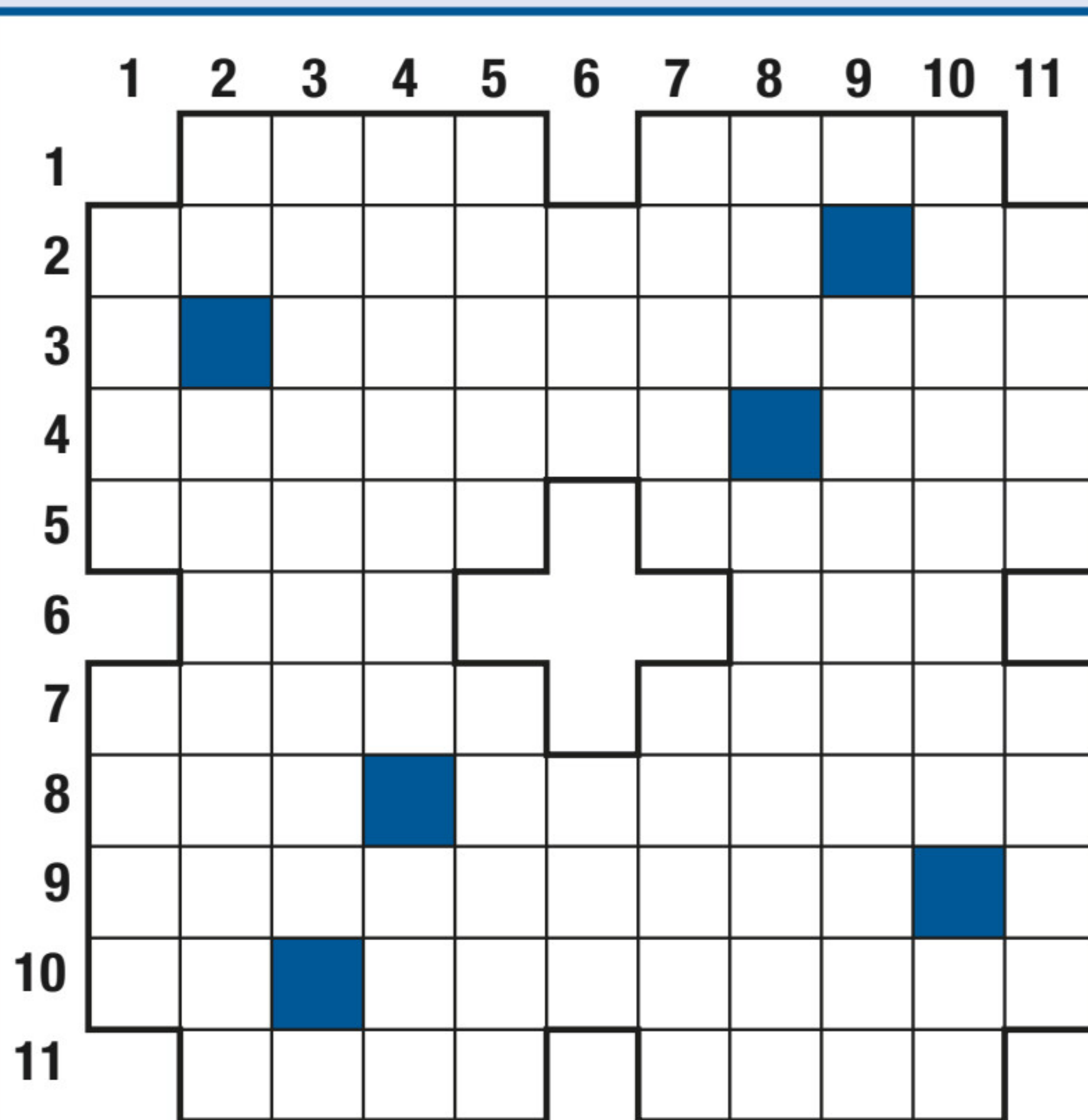


CRUCIGRAMA

Nº 2.814

HORIZONTALES

- 1:** Tipo de objetivo fotográfico. Acusadas de un delito.
2: Lanzar maldiciones. Matrícula de Ecuador.
3: Falda corta.
4: Que nos pertenece, fem. Una agencia estatal.
5: Se mueve formando ondas. Responsabilidad.
6: Símbolo de "decárea". Tratamiento alemán.
7: Compacto, apretado. Arteria principal.
8: En este lugar, aquí. Relativo a una parte.
9: Carcajadas, golpes de risa ruidosa.
10: Amplitud modulada. Quitar las armas.
11: Deslucos, estropeas. Gas que forma parte ínfima del aire.



VERTICALES

- 1:** Miembro prensil. Entregará alguna cosa.
2: Antigua matrícula de Zamora. Oncena.
3: Nacidas en Olmedo.
4: Aventuras azarosas. Tipo de poema.
5: Hierbabuena. Tomes una opción.
6: Central de Información de Riesgos. Ácido acetilsalicílico.
7: Efectuad una rifa. Estén en combustión.
8: Período histórico. Traeré algo a la memoria.
9: Tendencia política británica.
10: Deseosa de bebida. Prefijo que significa "carencia".
11: Sufrir una caída. ... del Rey, municipio de Palencia.

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

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

Difícil

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











































FOTO 5 A MÍ O PARA MÍ	EN NÚME- ROS ROMA- NOS, 2100	PLANTÍ- GRADOS SUSTANCIA URINARIA	TOLEDO PERMA- NECEN EN UN LUGAR	UN CON- DIMENTO	ARGÓN ORIFICIO RECTAL	ONOM. DEL HIPO ENTRE- GADAS	DISCUTÍS SEMILLA DEL NABO	FOTO 2 NIVEL
	FOTO 8 SUBIDA			FOTO 6 PREF., AN- TERIORIDAD				
COLOQ., MI- CRÓFONOS ROSTRO			COLOCA EN UN SITIO RELATIVA AL HUESO		HACER APAÑOS CONCEPTOS			
		TIPO DE CORTINA MUCHA- CHAS		ESCUCHAD VACA JOVEN		HAGO UN BIS LÍNEA DE UN POEMA		
RENOMBRE RECORTÓ LAS RAMAS			SE ..., SE LAVE EN INGLÉS, ARN		UNA COPA DE TENIS NOMBRE DE MUJER			UNE POR EL DORSO
		RADIO ESPAÑOLA HACED ORACIÓN		SONRIESEN COLOQ., TÍOS			TIPO DE PILA FORMEÍ- S ERAS	
MOTIVO, CAUSA COBALTO			ANUDARÁ PERNICIOSA			RASPAD CON RAEDERA BESOS		FOTO 4
	VALLE PIRENAICO AARE, RÍO SUIZO		INDEMNES PINAR, PINEDA				READ ONLY MEMORY PLIEGA	
UNA DESINENCIA VERBAL	ASIDERO FOTO 1		TOMAN UNA OPCIÓN SIENTE AMOR			TANTEE LAO-..., FILOSOFO CHINO		
		NATURAL DE DACIA UN DÍA DE LA SEMANA			ETCÉTERA INTELIGEN- CIA RUSA		FORMAR LÍOS AGITAD	
EN LATÍN, ARTE CIRCUITO CERRADO			CAP. BIE- LORRUSA DISTANTE			SUMERGÍS RIEL		CHUPABA LA LECHE DE LOS PECHOS
	PROVINCIA DEL PAÍS VASCO ¡ARREA!			NABIZAS DIEZ MÁS UNO			MÁLAGA BARNIZ DURO	
TIENE CABIDA UN GUIISO			PONE EN ADOBO INTERJ. DE AVISO			DAD FORMA DE ÓVALO SORTEE		
			PREFIJO PRIVATIVO GANSO DOMÉSTICO		MAR- CHARSE CÓDIGO FISCAL		DUEÑO LABRÉ LA TIERRA	
FOTO 3	UN ESTADO DE EEUU VOCALES DÉBILES			EN ROMA- NOS, 251 RADÓN		CAPITAL DE BAN- GLADESH APÓC., UNO		SUF., ALCOHOL
			DI CRÉDITO A ALGUIEN			BUFIDO DEL GATO	COLA DE LOS ANI- MALES TE- RRESTRES	
IN AGRO		GOLFO DE ..., GOLFO DEL MAR ARÁBIGO		FOTO 7			ALUMINIO	



DAMERO

Nº 2.867

1	L	2	F	3	L		5	L	6	F	7	K	8	K	9	E	10	A		12	I	13	I	14	I	15	L
16	C		18	J	19	J	20	Q	21	H	22	J	23	Q		25	Q		27	H	28	A	29	C	30	G	
31	I	32	D	33	G	34	H		36	C	37	E		39	B	40	F	41	G	42	H	43	E	44	H		
46	G	47	G		49	A	50	O	51	N	52	O	53	P	54	C	55	G	56	M	57	P	58	N	59	B	
61	L	62	D	63	C	64	N		66	P	67	P	68	N	69	O		71	I	72	G		74	O	75	P	
76	M	77	M	78	D	79	B	80	C	81	I		83	B	84	O	85	D		87	M	88	N	89	H	90	O
91	A	92	P		94	D	95	B		97	F	98	A	99	A	100	M	101	O	102	Q	103	J		105	G	
	107	P	108	M		110	I	111	F	112	P	113	Q	114	I	115	B	116	Q		118	L	119	M			
121	J	122	N	123	D	124	B	125	J		127	E	128	C		130	Q	131	N	132	K	133	N	134	O	135	L
	137	F	138	M	139	A	140	E	141	H		143	Q	144	K		146	H	147	D	148	E	149	F	150	J	
151	L		153	J	154	K		156	E	157	K	158	K	159	K												

Fragmento del poema "El payaso". Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerán el nombre y el apellido de la autora.

- A.** 139 98 49 10 99 28 91
Conjunto de personas jóvenes o de mozos y mozas solteros.
- B.** 59 39 83 95 124 79 115
Consentid en lo que se os solicita.
- C.** 54 16 36 63 29 128 80
Acción de resellar una cosa.
- D.** 147 85 78 62 32 123 94
Instigad.
- E.** 140 43 37 156 127 9 148
Agotéis.

- F.** 111 137 2 97 40 149 6
Tocó una pieza musical.
- G.** 72 30 105 47 46 41 33 55
Hicieseis una lectura.
- H.** 146 89 141 34 21 42 44 27
Un pronombre.
- I.** 114 13 110 71 81 14 12 31
Creen algo.
- J.** 121 22 153 19 150 18 125 103
Caña para mantener derecha una planta.
- K.** 157 132 159 8 154 7 158 144
Natural de Ayora.

- L.** 1 118 61 15 151 3 135 5
Que padecen lepra.
- M.** 138 108 87 76 77 56 100 119
Condición de autor, pl.
- N.** 68 122 51 64 133 88 131 58
Producirán cansancio.
- O.** 69 90 84 52 74 101 50 134
Golpes con el azote.
- P.** 75 67 112 66 53 107 57 92
Que cuestan mucho.
- Q.** 20 143 116 113 25 130 102 23
Elementos isotópicos.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.866

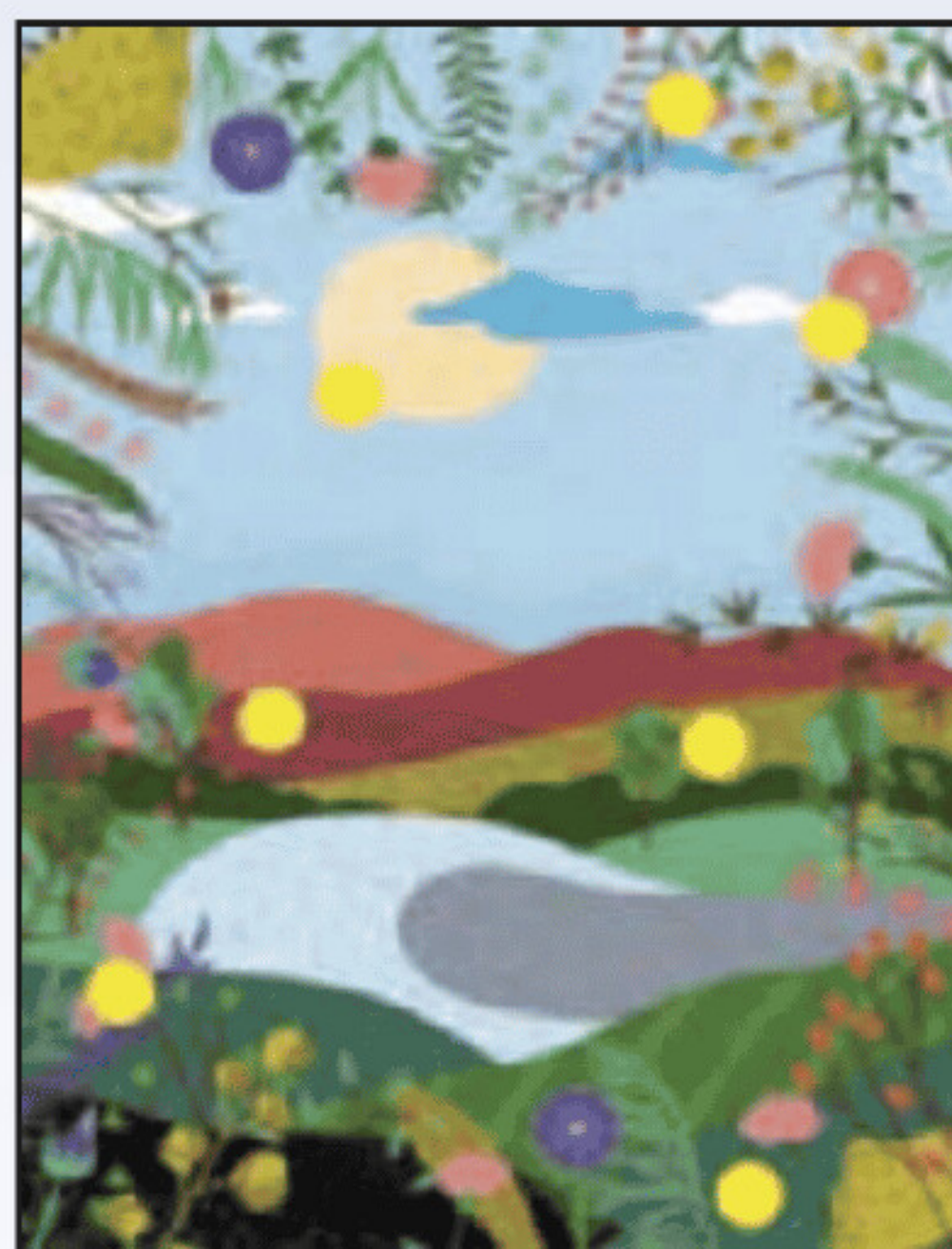
El descubrimiento del artículo fue vital como forma de vida, como forma de lucha, como arma de trabajo, como instrumento de guerra, como explosión lírica...

Clave: Francisco Umbral. Madrid.

AUTODEFINIDO

C	G	T	B	G	E	A	R	O								
L	I	M	I	T	E	C	U	E	N	T	A	G	O	T	A	S
R	E	I	T	A	P	N	B	L	U	N	E	R	A			
A	U	I	T	A	L	I	A	A	P	O	D	E	M	R		
J	A	V	I	B	I	D	E	O	J	O	V	E	A			
C	A	N	A	S	T	O	A	L	U	D	A	T	I	O	N	
N	I	N	S	R	M	E	R	A	D	O	S	I	C			
T	O	M	P	E	I	M	P	A	R	C	A	Ñ	O	A		
A	B	S	A	G	U	E	N	C	A	S	E	B				
E	C	C	I	C	L	O	S	I	S	I	S	R	A	E		
A	C	E	C	H	A	A	C	O	S	A	A	J	A	S		
A	B	C	O	I	A	S	A	O	R	G	I	A	T			
E	C	O	P	T	A	I	S	I	E	S	D	R				
P	C	S	E	A	R	O	M	A	D	A	L	A	M	I		
E	Ñ	O	J	A	S	J	A	L	A	M	A	R	L			
A	R	E	S	S	A	J	E	N	D	A	D	A	L			
O	N	C	I	R	I	O	C	O	C	I	N	E	R	O		

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

N	E	O	A	B	U	S	O
O	R	I	L	L	O	A	S
N	R	E	E	L	I	J	O
A	D	E	X	I	T	O	S
T	A	R	R	A	S	A	A
O	R	E	A	N	L	E	S
S	R	I	D	U	O	S	
O	D	I	E	S	T	L	
B	O	C	R	A	C	E	O
A	R	R	O	Z	A	L	A
T	E	A	V	A	R	A	N
E	C	B	E	S	A	D	
S	A	T	I	R	O	E	O
E	R	R	E	M	O	S	
C	O	R	V	A	L	L	O
R	A	T	A	N	A	O	S
E	R	A	S	E	I	R	E
P	A	N	L	O	S	A	N

CRUCIGRAMA Nº 2.813

HORIZONTALES.

- 1: Maná. Fume.
- 2: Morarían. Na.
- 3: I. Treceavos.
- 4: Leerían. Eje.
- 5: Alfas. Atlas.
- 6: Dad. Eos.
- 7: Mecas. Andén.
- 8: CNT. Pasarse.
- 9: Isotópicos.
- 10: Ve. Ataremos.
- 11: Sres. Esos.

VERTICALES.

- 1: Milá. MCIV.
- 2: Mo. Eldenses. R.
- 3: Artefacto. R.
- 4: Narrada. TAE.
- 5: Aréis. Stops.
- 6: Ica. Apa.
- 7: Faena. Asiré.
- 8: Una. Tenaces.
- 9: M. Velódromo.
- 10: Enojases. Os.
- 11: Ases. Ness.

CINE

ESTRENOS
18 DE OCTUBRE

La habitación de al lado

Nac: España.**Dir:** Pedro Almodóvar.**Int:** Tilda Swinton, Julianne Moore, John Turturro, Alessandro Nivola, Juan Diego Botto.

● Ingrid (Julianne Moore) y Martha (Tilda Swinton) fueron muy amigas en su juventud, cuando trabajaban en la misma revista. Pero Ingrid acabó convertida en novelista y Martha en reportera de guerra, las circunstancias de la vida las separaron y estuvieron muchos años sin tener contacto. Y ahora han vuelto a encontrarse en una situación extrema, aunque también extraordinariamente dulce, cada una con su vida y sus problemas.



Shin Chan: El superhéroe

Nac: Japón. **Dir:** Hitoshi One.

Shin chan está jugando en casa cuando una luz cae del cielo y se precipita sobre él, dándole superpoderes y convirtiéndolo en el elegido del que habla una antigua profecía. Ahora deberá enfrentarse a un supervillano, pero antes tendrá que aprender a controlar sus poderes...



El club de los milagros

Nac: Irlanda. **Dir:** Thaddeus O'Sullivan.**Int:** Maggie Smith, Kathy Bates.

En 1960, las mujeres de Ballyfermot, en Irlanda, tienen un sueño para escapar de su aburrida vida doméstica: peregrinar a Lourdes. Y tres amigas son las afortunadas en ganar el billete de sus vidas la noche de la rifa local, con un poco de ayuda extra.

LIBROS

SEMANA
recomiendaLas olas
de tu corazón

Mil amores. 19,90 €

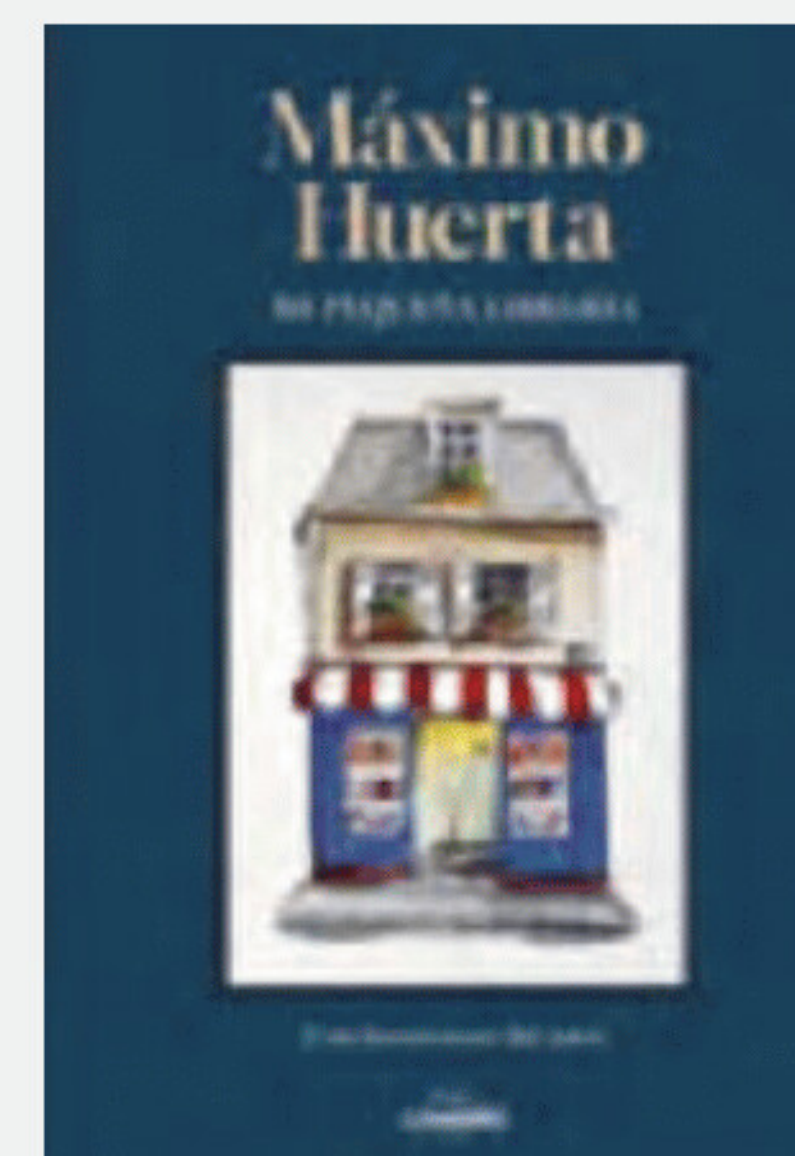
● Vicky no encuentra su camino. Aritz se ha confundido con el suyo. Una vida rota en Madrid y un viaje a Ámsterdam lo cambiarán todo. Porque, si quieres encontrar tu norte, necesitas algo más que una brújula y, a veces, necesitas perderte para encontrarte.



Mi pequeña librería

Editorial Lunweg. 20,90 €

● Un precioso viaje en el tiempo. Máximo Huerta regresa a Buñol para cuidar a su madre y los recuerdos se amontonan: las primeras lecturas, los vecinos, los días de lluvia, las tardes de rotuladores, chocolate y el abrigo de las primeras lecturas.





ARIES

21/3 - 20/4

SALUD: Alivio de preocupaciones ante buenas noticias sanitarias.

DINERO: Posible mejora de condiciones laborales y económicas.

AMOR: Revisa tus expectativas respecto a lo que otros deberían hacer, porque escapa a tu control.

Tres rosas en agua mejorarán las relaciones.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Las cervicales volverán a molestarte. Cuida la postura y consulta al médico.

DINERO: Sobresaltos ante noticias inesperadas que te obligarán a replantear tus cuentas.

AMOR: Promoverás un ambiente calmado, pacífico y en el que evitarás los conflictos.

Una llave antigua será un excelente imán del dinero.

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Alguna analítica o prueba médica arrojará luz sobre algo que debe ser atendido.

DINERO: Permanece más atento y sin despistes que puedan suponer pérdidas o extravíos.

AMOR: Sé paciente con alguien muy querido que atraviesa un mal momento.

Lleva una piedra negra que absorba lo negativo.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Los astros anuncian alergias o lesiones molestas de piel.

DINERO: Preocupación u obsesión. Recuerda que si no está en tus manos, tampoco esté en tus pensamientos.

AMOR: Serás el centro de atención, generando ambientes muy positivos.

Un helecho atraerá prosperidad y abundancia.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Alimenta tus pensamientos con contenidos positivos.

DINERO: No te precipites a tomar una decisión. Tómalo el tiempo que necesites y escucha los consejos.

AMOR: Superación de algo doloroso del pasado. Crecimiento a través de la experiencia.

Una turmalina será excelente protectora y talismán.

El mejor signo



VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Sé paciente con la espera para acceder a esa prueba, cirugía o tratamiento.

DINERO: Podrás participar de algún proyecto ventajoso que proporcionará dinero.

AMOR: Unión familiar por causas y comunes. Amor, respeto y confianza.

El aroma de almizcle favorecerá tu energía.

LIBRA

23/9 - 22/10

SALUD: Será fundamental para tu bienestar resolver tu trastorno de sueño.

DINERO: Optimismo, positividad y alivio ante las buenas noticias que llegarán a ti.

AMOR: Nuevas oportunidades. Fin de conflictos. Inicio de nuevas amistades.

Quema velas blancas que atraerán luz y energía.

ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Cuida los pies y el calzado. Tal vez requieras de una plantilla adaptada.

DINERO: Al planificar eventos, deberás cuidar de no asumir demasiados gastos.

AMOR: Riesgo de decepción con alguien cercano. Despiertas muchas envidias.

Una amatista te ayudará a sentirte bien.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Tendencia a padecer cólicos, problemas de piedras o arenilla o tema de riñón.

DINERO: Invertirás más recursos en aficiones satisfactorias que mejorarán tu ánimo.

AMOR: No te obligues a sentir lo que no sientes. Evita forzar las relaciones.

Lleva contigo algo de coral, que es un gran protector.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Procura no ser muy aprensivo ni que tus miedos te jueguen malas pasadas.

DINERO: Estudiarás el modo de reducir gastos, cambiar de compañías y mejorar tus condiciones financieras.

AMOR: Alguien cercano declarará sus sentimientos hacia ti.

Un cuarzo rosa contigo estos días te infundirá ánimo.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Días de cuidarte y anteponer tus necesidades. Tratamientos médicos estéticos.

DINERO: Te encapricharás de cosas caras al tiempo que sentirás merecerlas.

AMOR: Los sacrificios y esfuerzos realizados ahora merecerán la pena. Felicidad y éxito.

Quemar incienso de canela para la abundancia.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Días extraños en los que, sin causa aparente, te sentirás inestable.

DINERO: Evita las actitudes derrotistas o poner tu atención en lo que no salga como tenías previsto.

AMOR: Atención o cuidado de alguien querido. Cierta aplazamiento de tus deseos.

Llevar una malaquita te ayudará a sentirte mejor.

Tarot
ALICIA GALVÁN

922 679 362
806 514 514

Coste M&M 806: 1,21 €/minuto + IVA. 1,37 €/minuto + IVA. IVA incluido. Impuesto de 18 años. Atención: 9h - 1h. Apertura de correo: 14h. Código Postal: 28004. Torre Cruz de Tenerife. Servicio de Chat y Transmisión.

PREDICCIONES
2024
aliciagalvan.com

24 h. TAROT

Begoña Santamaría

Muy Directa = Soluciones Rápidas

806 466 864

VISA

98 196 03 29

Coste MAX. POR LLAMADA: 91.217.41.59 / IVA 1,37 €/min + IVA. 18 años. IVA incluido. APODO. CORREOS: 28004 / 28003 MADRID

factoria de medios -91 217 41 59

Sofía del Prado:

"He perdonado, pero no olvido a los que me hicieron bullying"

El título de Miss Universo España 2017 le dio a conocer, aunque luego ha tenido que abrirse camino por sí misma

SIN filtros y con ganas de que la conozcan de verdad: así es como se enfrenta Sofía del Prado a esta entrevista. La joven se hizo conocida por ganar Miss Universo España 2017, un título que le llevó a representar a nuestro país en el certamen internacional de Miss Universo, en el que quedó en el top 10 y que le abrió las puertas en multitud de eventos sociales.

Siete años después de su coronación, la albaceteña nos abre las puertas de su casa para que todos podamos descubrir su parte más desconocida.

No le tiembla la voz al hablar abiertamente del infierno que vivió siendo una niña por culpa del acoso escolar

que sufrió, ni tampoco de su último momento viral de hace unas semanas cuando a una miss le pueden los nervios al responder una pregunta que le hace nuestra protagonista como presentadora del certamen de belleza. Una Sofía, en general, que quiere mirar al presente. Un presente lleno de sueños que ha querido compartir con SEMANA.

Muchas gracias por recibirnos en tu casa. ¿Cuánto tiempo llevas viviendo ahí?

Tres años. Es mi refugio total. Me encanta llegar a mi casa por las noches, sobre todo cuando vengo de viaje. Aquí tengo mi paz.

En la mesa de la cocina podemos apreciar un balón



de baloncesto ¿Lo sigues practicando?

Yo jugaba al baloncesto, no te voy a decir que profesionalmente, pero sí estuve cinco años en un equipo. Desde que me mudé a Madrid y empecé a estudiar una carrera, lo dejé un poco porque empecé a enfocarme más en la moda y, posteriormente, en la comunicación.

¿Es cierto que el baloncesto te salvó en una época de tu vida?

Parece un poco increíble, pero, para mí, fue una salvación porque venía de muchos problemas de *bullying* y, sobre todo, problemas de integrarme y de hacer amigos. El hecho de empezar a practicar este deporte me hizo conectar con chicas que yo no conocía de mi pueblo y creé un vínculo de amistad que a día de hoy se mantiene.

¿Por qué crees que se metían contigo?

Creo que nunca va a haber una justificación. Se la van a inventar. Si eres alta, porque eres alta, si eres baja, porque eres baja, si llevas gafas o te gusta estudiar, lo mismo. Sobre todo, si tienes una personalidad un poco más sensible o débil, a por quien van a ir es a por ti.

¿Y a día de hoy los has perdonado?

(Suspira) Bueno... Sí, claro, tengo que perdonar, pero no olvido. Yo no me olvido de ellos.

¿Y te los has vuelto a encontrar?

Sí, claro. Muchos de ellos siguen viviendo en mi pueblo. Han pasado muchos años y creo que todos hemos madurado y hecho nuestras



"El baloncesto fue una salvación porque venía de muchos problemas de 'bullying', de integrarme y de hacer amigos"

"Este deporte me hizo conectar con chicas que no conocía de mi pueblo y creé un vínculo de amistad que se mantiene"

vidas, pero a mí no se me olvida quiénes son los que me dejaron de lado, los que me insultaron y los que me hicieron *bullying*.

Pero ahora todo ha cambiado y te has convertido en una de las mujeres más bellas de España y, también, una de las más preparadas.

Eso lo dices tú (*risas*).

Cuando ganaste la corona, ¿te esperabas que este mundo fuera así?

No sé si me lo esperaba. Pero sí que es verdad que, en este mundo de la farándula, ayuda mucho las personas que tengas al lado... Yo, al final, me he decantado por tener conexiones reales. Me da un poco igual quién sea, pero quiero que quien

tenga cerca sea de verdad y me aporte. Eso no sé si hace que me cueste un poquito más que me llamen para determinados proyectos profesionales.

¿Eso te desilusiona?

Hay que estar siempre como a la pelea de: "Oye, acuérdate de mí si hay cualquier evento". Al final, ►►►

►►► hay que ser pesada con todo.

¿Recuerdas el momento más complicado?

Sobre todo, cuando gané el título de Miss España. Todo el mundo tenía una serie de expectativas y de pensamientos preconcebidos de lo que es ganar este concurso. Es verdad que tú antes si ganabas te convertías en un personaje muy popular, pero ahora todo ha cambiado. Tienes que estar tú buscándote la vida. Después de alzarme con el certamen, recuerdo ir a todos los eventos, pero no tenía un trabajo con el que ganarme la vida. Eso, por una parte...

¿Y por la otra?

El hecho de que mucha gente piensa que por haberte presentado a un concurso de belleza, ya llevas una etiqueta de guapa y tonta. Eso te lleva a luchar siempre por quitártela. Son estigmas que, seis años después, sigo sufriendo.

"Mucha gente piensa que por presentarte a un concurso de belleza, llevas una etiqueta de guapa y tonta"

Me gustaría conocer un poquito más de ti, por ejemplo, ¿tienes pareja en estos momentos?

Sí, tengo pareja y estoy muy feliz. Lleva bien mi trabajo y tengo la suerte de que él también viaja mucho. Es una de las personas que más me anima en todo.

Hace poco protagonizaste un momento viral en la gala que presentaste de Miss Internacional 2024.

"Mi relación con una chica fue un momento mediático, pero al final, yo he tenido y tengo parejas heterosexuales"

"Tengo pareja y estoy muy feliz. Lleva bien mi trabajo. Es una de las personas que más me anima en todo"



"Después de ganar el certamen de Miss España, recuerdo ir a todos los eventos, pero no tenía un trabajo con el que ganarme la vida".

Me gusta porque sigo conectada con ese mundo, aunque de una forma un poco diferente. De repente, un vídeo de un fragmento de la gala en el que yo le hago una pregunta a Miss Cataluña se hace viral y se convierte en noticia.

El vídeo se convierte en viral porque a Miss Cataluña le tocó una pregunta no especialmente complicada: que diera su opinión acerca de la caída de la natalidad en España... Pero al parecer, la joven, llamada Lara Doval, no entendió bien la pregunta y te achacó a ti la responsabilidad alegando que no habías pronunciado bien la pregunta.

A principio titubeé, pero se me entendió perfectamente. No había duda. También ha dicho que los preparadores me habían dicho que no tenía que preguntar dos veces... En vez de decir: "Oye, me puse nerviosa, me he equivocado y me quedé en blanco", decidió salir por ahí.

¿Y has vuelto a hablar con ella después de todo lo que sucedió?

No. A mí nadie me ha llamado para preguntarme nada y agradezco que tú lo hayas hecho.

Cerrar esta entrevista nos costó mucho porque no paras de viajar...

Es que ahora mismo estoy presentando un programa de televisión de apuestas deportivas que se emite en Atresmedia y Mediaset. Y luego, aparte, he trabajado con Euroliga, hacemos proyectos particulares y especiales, y, además, presento galas y eventos.

¿Y cómo haces para llegar a todo y encima dar lo mejor



"Ahora estoy preparándome para lanzar mi marca y ojalá me vaya bien en esta faceta como empresaria".

de ti?

Pues siempre con motivación y con ganas de mejorar y de seguir creciendo como profesional. Yo creo que, al final, eso es un poco lo que lo que nos mueve a todos, que hay veces que dices: "Uy, qué pereza irme aquí o qué pereza tener que ir a Barcelona todas las semanas", pero luego todo vale la pena. En la moda también sigo haciendo cosillas.

¿A ti dónde te gustaría verte trabajando? ¿Cuáles son tus metas por alcanzar a largo o corto plazo?

Me gustaría seguir dedicándome a la comunica-

"En este mundo, de la farándula, yo me he decantado por tener cerca a gente que sea de verdad y que me aporte"

ción, pero en otra franja horaria y quizás más enfocada al deporte o al entretenimiento. Ahora estoy preparándome para lanzar mi propia marca y ojalá me vaya bien en esta faceta como empresaria.

¿Alguna pista?

Va a ser algo relacionado

con la salud y con la belleza también. Te confieso que desde que gané Miss España siempre he querido tener mi marca.

¿Un sueño?

¿Y si no se cumple? (risas) .Pues sería dar el salto con un formato de deporte o entretenimiento y que mi marca sea un éxito.

.....
Iván Reboso

Fotos: Joan Crisol

Peluquería y maquillaje:

Alberto Dugarte Institute by Maite

Garriz y Elena Cobos.

Agradecimientos:

Alexah, Lanuya

y Lola Casademunt.

Belén Esteban se derrite con su madre

La colaboradora televisiva ha disfrutado de unos entrañables días junto a su progenitora, Carmen Menéndez, por la que siente adoración

Carmen siempre ha sido el gran apoyo de Belén en los malos momentos.



COMO tantas y tantas madres, Carmen Menéndez ha dedicado toda su vida a cuidar de sus hijos y, ahora, a sus 81 años, a estos les toca cuidar de ella. Esto es algo que Belén Esteban (50) tiene grabado a fuego con su progenitora, por la que siente un profundo amor. Así lo ha demostrado una vez más la colaboradora televisiva estos últimos días en los que ha disfrutado a tiempo completo de la compañía de su madre, que desde hace unos años reside en Benidorm.

Y es que, a pesar de que siempre ha sido reacia a aparecer en televisión, aprovechando una reciente visita a Madrid, la madre de Belén Esteban acudió al plató donde se graba *Ni que fuéramos Shh* (Ten), el espacio en el que ahora trabaja su hija, dando una lección de saber estar. Belén, orgullosa, miraba con ternura a su madre, que se desenvolvió muy bien hablando de temas de actualidad con los compañeros de su hija.

Sin duda, el momento más emotivo para Belén Esteban fue cuando su madre habló de Miguel Marcos, su marido: "Miguel es... cómo os puedo decir. De nota le pongo un sobresaliente no, una matrícula de honor alta, muy alta. A mi niña la quiere muchísimo".

En familia

Pero la cosa no acabó ahí, ya que, el fin de semana siguiente, Belén se desplazó con su madre hasta Benidorm, un lugar, que como reconoce, significa mucho para ella. "Fin de semana con la familia recordando mi infancia, adolescencia y ahora la madurez. Qué buenos recuerdos", afirmaba Belén sobre esta ciudad alicantina

La madre de Belén acudió al plato del programa donde ahora trabaja su hija y, días después, ambas disfrutaron juntas de un inolvidable fin de semana en Benidorm, donde Carmen reside desde hace unos años

donde siempre ha disfrutado de sus vacaciones estivales.

Allí madre e hija, pasearon por lugares tan emblemáticos como la Plaza de la Hispanidad y comieron, junto con otros familiares, en un conocido restaurante cerca de la playa. Sin duda, un bonito recuerdo para añadir al amplio álbum familiar de Belén y Carmen. ■



Juntas disfrutaron de un descanso en los bancos de la Plaza de la Hispanidad.



Madre e hija se fundieron en un emotivo abrazo.

Ortega Cano se recupera tras su accidente en el metro

Tras una aparatosa caída en unas escaleras mecánicas, el diestro tiene que llevar el brazo en cabestrillo

TODO ha quedado en un susto, afortunadamente. José Ortega Cano sufrió un accidente en el Metro de Madrid cuando la escalera mecánica que estaba utilizando en ese momento se paró de repente y muchas de las personas que allí estaban cayeron sobre él.

El diestro, que cumplirá 71 años el próximo 23 de diciembre, tuvo que ser ingresado de urgencia en el hospital por varias lesiones, como la rotura del hueso húmero del brazo.

Descanso obligado

Transcurridas unas horas y estabilizado, Ortega Cano recibió el alta y regresó a casa para continuar su recuperación. Aunque al principio saltó la voz de alarma por su estado, lo cierto es que el torero se encuentra

cada día mejor, como podemos comprobar en esta salida por la capital.

José Ortega Cano tiene que llevar el brazo en cabestrillo hasta que suelde el hueso, pero por lo demás su salud no reviste preocupación. Así también se mani-

El diestro, que está separado de Ana María Aldón, cuenta con el apoyo de los suyos, y sobre todo de su hija Gloria Camila

festaba su hija, Gloria Camila, ya más tranquila al comprobar que no era grave.

Ahora solo le resta tener un poco de paciencia, algo que para un hombre que ha sufrido decenas de cogidas por el toro en su carrera, esto es *peccata minuta*. ■

El torero, de 70 años, de paseo por los alrededores de su domicilio en Madrid.

El Corte Inglés

presenta

100

CADENA 100 POR ELLAS

Wizink Center · Madrid

Sábado 19 de Octubre · 20:00



A beneficio de la
**Asociación Española
Contra el Cáncer**

Síguelo en directo en CADENA100.es y en youtube.com/CADENA100

Patrocinadores



'Aída y vuelta', el retorno de 'Aída' diez años después

● Paco León lleva luchando por revivir uno de sus mayores éxitos varios años. La vuelta de *Aída* ha sido un tema recurrente en cada una de las apariciones públicas de sus protagonistas desde que la serie se despidió de su audiencia, en junio de 2014. Hace justo diez años. Ahora, tras muchas idas y venidas (nunca mejor dicho), el retorno de la ficción de Telecinco es una realidad con *Aída y vuelta*. Este nuevo proyecto, producido por Mediapro y Telecinco Cinema, llegará a los fans en formato película, y estará dirigido por el propio Paco León. Según ha podido conocer SEMANA, podría tener más partes de resultar un éxito.

"Al principio había muchas ganas del público y también de nosotros de un reencuentro. Cuando me propusieron que fuera yo el que dirigiera el proyecto, tuve algunas dudas. Después se me ocurrió una idea y ahora estamos trabajando en ello con ilusión. Va a ser un viaje muy fuerte para todos volver a Esperanza Sur", ha dicho Paco León tras el anuncio de *Aída y vuelta*.

Eso sí, eso de "para todos" está aún por ver. Ana Polvorosa, la mítica Lorena en la ficción, ha confirmado en FórmulaTV que ella ha rechazado estar presente: "Lo que se ha contado es que se va a hacer una película, pero yo no voy a estar. No por nada, tengo pleno amor a todo este universo de *Aída*,



En la imagen, muchos de sus protagonistas: Paco León, Melani Olivares, Miren Ibarburen, Canco Rodríguez, David Castillo, Carmen Machi, Eduardo Casanova, Pepa Rus o Secun de la Rosa.

"Va a ser un viaje muy fuerte para todos volver a Esperanza Sur. Trabajamos en ello con ilusión", ha dicho Paco León

pero así lo he decidido, porque creo que en el momento en el que estoy así me lo pide mi energía, lo que siento". Así las cosas, su rodaje comenzará en el primer trimestre de 2025 y aún tendremos que esperar para conocer al elenco definitivo de este regreso tan esperado.





Loles León, Inés Hernand y Mariona Casas, al rescate de la noche de los viernes

● Televisión Española continúa la renovación de su parrilla coincidiendo con el inicio de la nueva temporada. El éxito de David Broncano y su irrupción en el *prime time* diario de La 1, ha empujado a la corporación a tomar una decisión crucial: apostar por el único

día que no cuenta con el show del humorista como respaldo.

Loles León, Inés Hernand y Mariona Casas se pondrán al frente de un nuevo show de entrevistas y espectáculo en la noche de los viernes, para competir contra *De Viernes* de Telecinco e

intentar replicar el éxito que tiene *La Revuelta* de lunes a jueves.

En este nuevo espacio, que recordará al extinto *Hable con ellas*, estas tres mujeres recibirán a invitados y a colaboradores, que serán sus 'vecinos', ya que el concepto es el de hogar.

Los Mozos de Arousa y el precio de la fama

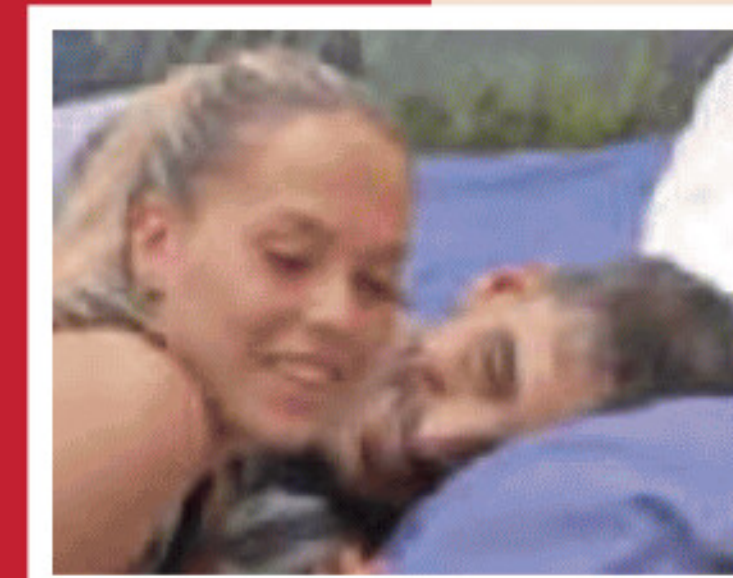
● Borjamina, Raúl y Bruno se han convertido en uno de los tríos más famosos de la tele, pero la fama tiene un precio. Los tres llevan acumulados dos millones y medio de euros en *Reacción en cadena*: "Es difícil compaginarlo con la familia y el trabajo. Echamos de menos hacer cosas después del trabajo, como quedar con amigos o hacer deporte. Viajamos muchísimo".



FLASHES

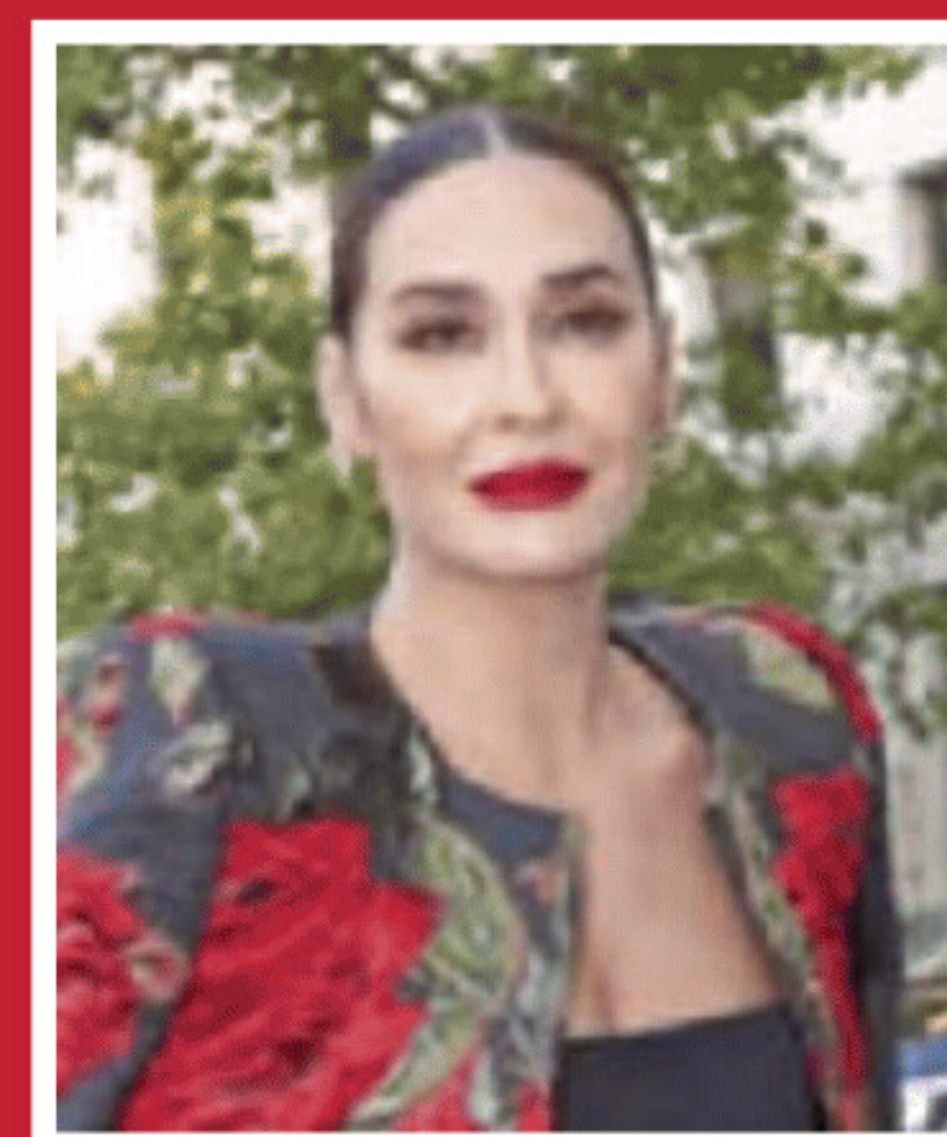
VIOLETA Y EDI PROTAGONIZAN UNA HORA SIN CÁMARAS EN 'GRAN HERMANO'

● La pareja ha dado un paso más en su historia y ha disfrutado una hora sin cámaras, en la que han tenido intimidad.



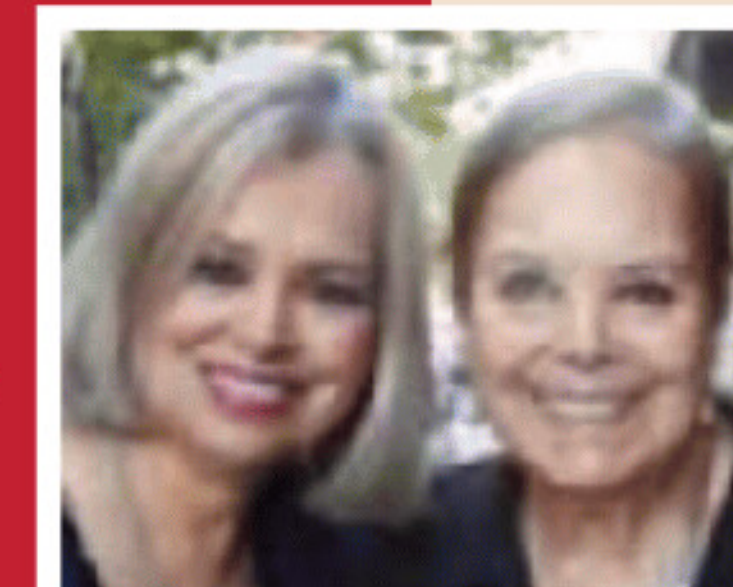
VICKY MARTÍN BERROCAL TENDRÁ SU PROPIO REALITY EN MOVISTAR+

● *Las Berrocal* será el nuevo reality de la plataforma, en el que la diseñadora y su familia mostrarán su día a día al estilo de *Las Campos*.



FALLECE ELISA MONTÉS, LA MADRE DE EMMA OZORES, A LOS 89 AÑOS

● La actriz de *Verano Azul*, hermana de Emma Penella y Terele Pávez, ha fallecido en su casa de Madrid tras más de seis décadas de trayectoria.



Anne Igartiburu, Antena de Oro 2024



● La presentadora de *D corazón* ha sido galardonada con una de las Antena de Oro que concede la Federación de Asociaciones de Radio y Televisión de España. Su labor al frente del formato de Televisión Española la ha hecho merecedora de este reconocimiento. La gala de entrega de estos premios se celebrará el 16 de noviembre en el Casino de Aranjuez y estará presentada por la periodista Ana Belén Roy. Otros de los premiados son Sonsoles Ónega; Carlos Franganillo, de *Informativos Telecinco*; Nacho Abad y David Aleman; Gloria Serra, de *Equipo de Investigación*; Isabel González, de *La mañana de Federico* o José Luis Sastre, copresentador de *Hoy por hoy*.



Javier Gutiérrez, Marta Hazas y Manuela Velasco, protagonistas de 'La Agencia'

● Mediaset continúa su apuesta por la ficción española con *La Agencia*, una nueva serie para las noches de Telecinco que contará el día a día en una agencia de representación artística. Esta comedia, que recuerda al éxito de Netflix *Paquita Salas*, estará pro-

ducida por Daniel Écija y llegará a la parrilla de la cadena de Fuencarral en el segundo trimestre del 2025, sumándose a *La Favorita 1922*, la otra serie que preparan. Conflictos, infidelidades, amores imposibles o situaciones disparatadas en las

que los representantes tendrán que navegar entre los intereses de sus representados y los suyos propios. Estas serán solo algunas de las tramas de esta nueva serie que aún no ha completado su reparto y cuyas grabaciones se iniciarán en las próximas semanas.

1000 cantantes se presentan al 'Benidorm Fest': Víctor Sandoval, Raoul...



● La nueva edición del *Benidorm Fest* ya calienta motores en TVE. El próximo mes de febrero, 16 nuevos artistas volverán a subirse al escenario del Palacio de los deportes de Benidorm. Este año se han batido todos los récords en la preselección con más de 1000 candidaturas de artistas y grupos nacionales. Entre ellos, los extriunfitos Raoul Vázquez y Nika, y los colaboradores de *Ni que fuéramos Shhh*, Víctor Sandoval y Marta Riesco.

SERIE

**'Nadie quiere esto':
el regreso de la
comedia romántica**

● Se ha colado en la lista de las series más vistas de Netflix, recuperando una fórmula clásica que nunca falla: chico conoce chica, se enamoran y deben enfrentarse a los obstáculos que se encuentran en el camino. En este caso los problemas de *Nadie quiere esto* vienen porque ella es una treintañera agnóstica y borde, harta de citas con hombres equivocados y él es un rabino muy comprometido con su comunidad y que acaba de romper con su prometida. ¿Podrá el amor romper las barreras? Por lo pronto, la serie hará la delicias no solo de los fans de las comedias románticas sino también de los dos actores protagonistas, Kristen Bell y Adam Brody, a quienes recordamos por dos series que marcaron una generación, *Verónica Mars* y *The O.C.*, respectivamente.



NETFLIX

Los diez capítulos de apenas media hora de duración de la serie la convierten en ideal para marcarse un maratón de fin de semana.



Seyma Korkmaz

(Süreyya en 'Hermanos'):

"Es muy cómodo trabajar con tu marido"

● Interpreta a Süreyya, la madre de Süsen (Lizge Cömert), en la serie turca *Hermanos* (Antena 3). Un personaje con el que llegó Seyma Korkmaz en la cuarta temporada y ya se ha convertido en uno de los principales. Pero formar parte de un equipo con varios años de trabajo juntos, no ha sido ningún problema para la actriz, sobre todo porque entre el elenco se encuentra su marido, Cüneyt Mete (Orhan). Aunque no comparten apenas escenas, Seyma confiesa lo útil que resulta contar con su apoyo.

¿Te ha apoyado mucho tu esposo?

Sí, me recibió un equipo muy cariñoso y tuve la suerte de tener a Cüneyt dentro. Gracias a él ya conocía a la

"Cuando le dije a Cüneyt que me habían ofrecido entrar en la serie, pensó que bromeaba"

"Soy una gran admiradora de Cüneyt, siempre consulto mis guiones con él y le pido opinión"



Seyma y su marido, el actor Cüneyt Mete, el día de su boda.

gente y eso me facilitó mucho la adaptación.

¿Cómo te surgió la oportunidad de trabajar en *Hermanos*? ¿Tuvo tu marido algo que ver?

No tuvo nada que ver (risas). De hecho cuando le dije que me habían ofrecido un personaje en la serie, pensó que estaba bromeando.

¿Era un personaje de largo recorrido desde el principio?

No, iba a estar solo una semana.

¿Habías trabajado antes con tu marido?

Hace 12 años, actuamos los dos en la serie *Beni Affet*, que tuvo 1474 episodios. Nos conocimos allí, en realidad. No grabábamos juntos tampoco, como en *Hermanos*, aunque aquí hemos tenido la oportunidad de estar uno en frente del otro.

¿Fue un amor a primera vista?

No (risas). Fuimos amigos y compañeros de set durante dos o tres años y un día pasó algo que no puedo describir.

¿Qué te parece trabajar juntos? ¿Te gusta?

Es tremendamente cómodo trabajar con tu marido. Yo no sé qué opina él, pero yo soy una gran admiradora suya (sonríe). Admiro sus ideas, su visión de la actuación y su talento. Siempre que tengo un guion, lo consulto con él y le pido opinión.

¿Te gustaba el mundo de la actuación desde niña?

Nunca me lo he planteado, pero es la única profesión en la que puedo experimentar muchas emociones y expresarlas. Sin

embargo, me gradué en la Facultad de Educación, en Magisterio artístico, y empecé a actuar cuando cursaba mis últimos años.

¿Ya se te daba bien el teatro de pequeña?

En mi familia, dicen que era divertida, pero no hacía nada a propósito para hacerles reír. Creo que tengo una energía interior muy potente y no puedo retenerla (risas). Recuerdo que, de pequeña, solía cantar y pedía aplausos al terminar, como si estuviera dando un concierto.

“No estoy en contra de la cirugía estética, pero no hay nada que yo quiera cambiar de mí. Me gusta cómo soy”

“El hermano de Cüneyt vive en Barcelona y nuestro plan es ir a visitarlo. Sueño con viajar a España”

¿Cómo fue tu niñez?

Muy feliz, estaba siempre jugando en la calle, algo que me parece algo muy saludable. Teníamos muchos juegos y cosas a nuestro alrededor que desarrollaban nuestra creatividad.

¿Sigues muy unida a tu familia?

Sí, la familia es muy importante para mí. Busco momentos para pasar con ellos.

¿Cómo te describirías?

Intento ser una persona tra-



Junto a la actriz Lizge Cömert, su hija en la serie 'Hermanos'.

bajadora, de corazón limpio y honesta.

¿Cómo es tu vida cuando no trabajas?

A Cüneyt y a mí nos gusta pasar tiempo juntos. Siempre intentamos viajar cuando tenemos tiempo para nosotros, sobre todo, en moto. La carretera nos encanta. También intentamos dejar espacio para nuestros amigos.

¿Qué es lo que más te gusta de Cüneyt?

Es una persona tremendamente concienzuda y muy sensible hacia todos los seres vivos: se esfuerza por cuidar nuestras flores, por ser padre de nuestros perros y gatos, por dedicar tiempo a nuestro pájaro y todo lo que hace por ayudar a los demás...

¿Cómo te cuidas?

Lo único que hago es escucharme a mí misma y me doy lo que necesito. Me gusta la frase de: “Eres lo que comes”. Además, me encanta hacer deporte. Por otra parte, debido a los rodajes, nuestro cabello sufre mucho y el maquillaje que tenemos que usar envejece

la piel. Por eso, en mi vida privada no uso nada de eso.

¿Qué opinas de la cirugía estética?

No estoy en contra. Yo no juzgo ni comento si alguien lo ha hecho o no, pero no hay nada que yo quiera cambiar de mí. Me gusta cómo soy ahora.

¿Es importante el físico para ti?

Es un trabajo que puede parecer muy visual, pero esto se debería colocar en segundo lugar, porque lo importante son las emociones y que el público lo sienta. Tu físico puede ser muy bello pero si no transmites emoción al público, no importa lo delgada que sea tu cintura.

¿Conoces España?

Desde que estudié pintura, sueño con ir a vuestro país y visitar los museos que tenéis allí. Todavía no he tenido ocasión, pero lo haré. Además, el hermano de Cüneyt vive en Barcelona y nuestro plan es ir a visitarlo.

.....
M. Gómez.

Fotos: Zeynel Abidin Ağgöl
y Ferhat Sirin.

Carmen ha mantenido en todo momento la voluntad de acercarse a José María y retomar el contacto con su nieto.

El decepcionante reencuentro entre Carmen Borrego y su hijo

José María Almoguera y su madre iban a sellar la paz bajo los focos de un plató de televisión en un reencuentro que nunca se llegó a producir



NO ha podido ser. Después de dos años de enfrentamiento, Carmen Borrego y su hijo no terminan de acercar posturas. El público y notorio arrepentimiento de ella no ha sido suficiente para ablandar el corazón de José María Almoguera que, de momento, insiste en que no está preparado para retomar su relación con ella.

En un plató, como no podía ser de otra manera, se cocinaron todos los ingredientes necesarios para que esa reconciliación fuera un hecho. Una madre arrepentida, un hijo que ya empezaba a reconocer sus propios errores, una tía remando a favor de obra... En *De Viernes* todo estaba listo que televisar el que sería el abrazo del momento, pero este no se produjo. ¿El motivo? Según José María no era el momento ni era el lugar.

"La perdonaré, pero yo no lo he superado y hasta que no lo supere no hay manera de encauzar una relación con nadie. No he superado ese pasado y hasta que no lo haga no podré solucionar nada", decía para negar ese abrazo con ella. El joven aseguró que se había sentido desprotegido todo este tiempo y que mientras no sienta que su familia lo arropa y lo defiende de las críticas no dará su brazo a torcer: "Necesito ver que cuando se habla mal de mí mi familia saca la cara por mí. Necesito que sea prolongado en el tiempo para que me lo crea".

Una madre abnegada

Por su parte, Carmen solo acertaba a decir: "Te pido que te pongas bien y que te cuides y que para que cualquier cosa que necesites estoy aquí, para ayudarte y quererte. Te quiero y te querré siempre".

Las palabras de amor de Carmen se sumaban a un perdón que la colaboradora repetía cada vez que tenía ocasión. Quiere recuperar a su hijo y, al menos públicamente, está poniendo toda la carne en el asador.

Y eso a pesar de que José María terminó desvelando una anécdota que dejó a Borrego completamente atónita. No quiso entrar en conflicto y no explicó el motivo de su sorpresa, pero lo cierto es que su cara denotaba que no entendía que su hijo desvelase aquella historia. Se refería a lo ocurrido unos meses atrás cuando, según José María, él la invitó a acudir a un mediador familiar que ayudase a solucionar sus problemas y fue Carmen la que se marchó airada sin dar opción a arreglar nada. "Fui yo el que puse de mi parte para solucionar esto. Busqué un profesional para hablar con

"No he superado ese pasado y hasta que no lo haga no podré solucionar nada", dice José María negándole el abrazo a su madre

él y con mi madre y arreglar nuestras diferencias. No salimos bien de ahí... No se acabó la sesión", contó Almoguera.

Así las cosas, lo que olía a reconciliación terminó sabiendo a resentimiento. El cara a cara entre madre e hijo decepcionó a todos. También a ellos mismos. Carmen y su hijo aún no han logrado superar sus diferencias y si bien parece que ella va a volver a ejercer de abuela, según consintió José María, aún está lejos de hacerlo como madre. Al menos con su primogénito. ■



José María, muy dolido aún, le ha pedido a su madre que le proteja de las críticas.

Terelu está
siendo la mejor
consejera para
su hija, que vive
su primer
embarazo.

Alejandra Rubio: "Por primera vez tengo una relación madura"

La joven, embarazada de siete meses, fue a una
revisión de rutina junto a su novio y su madre,
mostrando una imagen de felicidad y armonía



Alejandra, Carlo y Terelu, por las calles de Madrid tras salir de la consulta del ginecólogo.

ENTRANDO en la recta final de su embarazo, Alejandra Rubio (24) se deja mimar por las dos personas más importantes de su vida. Junto a su pareja, Carlo Costanzia (31), y su madre, Terelu Campos (59), acudió a una revisión ginecológica de rutina. Las caras de tranquilidad de los tres tras la salida de la consulta indicaban que todo está transcurriendo sin ningún problema.

La propia Alejandra lo confirmaba en una de sus últimas apariciones públicas: "Me encuentro muy bien, todo dentro de lo normal. Por ahora no tengo antojos y estoy comiendo muy bien".

La hija de Terelu, que dará a luz a su primer hijo a finales de este año, está viviendo esta etapa con mucha ilusión y arropada en todo momento



Terelu tiene una gran relación con el novio de su hija.

por su pareja: "Me cuida y me mimas muchísimo, muchísimo. Estoy muy, muy, muy feliz. Gracias a Dios que le tengo y que siempre está conmigo y me apoya. Es la primera vez en mi vida que tengo una relación bastante

sana y bastante madura. Carlo es lo más importante que tengo en la vida ahora mismo y es el padre de la persona que llevo dentro", ha declarado.

En estos tiempos convulsos para la familia Campos, el bebé de Alejandra será un

motivo de gran felicidad, ya que según su hija, Terelu está deseando convertirse en abuela. Algo que la joven ha hecho extensible a su padre, Alejandro Rubio, y a los padres de Carlo, Carlo Costanzia y Mar Flores.

Papel de suegra

Aunque la noticia del embarazo llegó solo dos meses después de que Alejandra y Carlo comenzaran su relación y fue un shock para Terelu, ahora está encantada.

El hijo de Mar Flores ha encajado perfectamente en su familia política y mantiene una gran relación con su suegra: "Para una madre, que alguien quiera a tu hija, la cuide y mime, no solo es una cosa hermosa, es una tranquilidad", ha dicho Terelu sobre Carlo.

Fotos: Agencias

Susanna Griso 'descumple' 55 años con amigas

La presentadora de *Espejo público* celebra su cumpleaños con una comida con sus íntimas en un mítico restaurante de Madrid

SUSANNA Griso está encantada de celebrar un año más, sobre todo porque ella 'descumple' años. Al menos eso es lo que dice y siente. El pasado 8 de octubre llegó a los 55, y mejor que nunca. Así, sonriente, feliz y divertida, enarbolando un ramillete de globos de colores, salió de su trabajo en Antena 3 para festejar su cumpleaños como es debido.

La presentadora de *Espejo público* recibió este bonito regalo de parte de sus compañeros de la tele, además de ramos de flores y su tarta de rigor. "Me han montado un Chiqui Park en el camerino para hacerme creer que 'descumple' años", aseguró la periodista.

Tras finalizar la emisión de su programa, Susanna abandonó Atresmedia portando sus globos y con la

Susanna Griso festejó su 55 cumpleaños portando un divertido ramo de globos.



La periodista se rodeó de sus mejores amigas para disfrutar de su gran día.



Susanna estaba encantada con el regalo de sus compañeros.



El grupo, a las puertas del restaurante Lhardy.

mejor actitud, ya que había quedado con sus amigas para invitarlas a comer a Lhardy, uno de los restaurantes con más solera de Madrid. La estampa del estiloso grupo parecía como de *Sexo en Nueva York*.

Tras su separación de Carles Torras, padre de sus tres hijos, Susanna Griso mantiene una relación con Íñigo Afán de Ribera. Seguro que su pareja y su familia fueron los primeros en felicitarla en este gran día. ■

Kate Middleton, una sonrisa que da paz

La princesa de Gales sorprende en su primer acto público en persona tras finalizar el tratamiento contra el cáncer

LA sonrisa de Kate Middleton es el mejor indicativo de cómo van las cosas. Suele ser amplia y radiante, aunque en los últimos meses no hayamos podido verla a causa de su retiro para recuperarse del cáncer. Lo llaman su *"signature smile"*, su gesto de marca. Y ahora, afortunadamente, ha vuelto.

Hace unos días la princesa de Gales dio una emotiva sorpresa acudiendo a un compromiso junto a su esposo, el príncipe Guillermo. Ambos se encontraron con las familias de las tres niñas muertas tras ser apuñaladas en Southport el pasado verano, durante un evento dedicado a Taylor Swift.

Aunque no había sido anunciada, la presencia de Kate dice mucho de su interés por regresar poco a poco a la vida pública tras confirmar, el pasado 9 de septiembre, que había con-



Los príncipes de Gales, saludando a los servicios de emergencia en Southport.

cluido su tratamiento de quimioterapia y que trataría de mantenerse "libre de cáncer".

Ya entonces avanzó que todavía le quedaba camino por delante hasta su completo restablecimiento, pero que "tomando cada día como viene", iría asumiendo progresivamente más tareas. En esta ocasión no quiso faltar para mostrar su "apoyo, empatía y compasión a la comunidad local" ante un asunto tan delicado y sensible.

En marcha

Y sí. A pesar del motivo del viaje, durante su encuentro con los servicios de emergencia resurgió esa sonrisa suya que enamora y con la que da tranquilidad a su pueblo. Los británicos han estado muy preocupados por su adorada princesa después de casi diez meses sin agenda. Pero, a la vista está, Kate evoluciona favorablemente y a pasos agigantados.

Un mes después de anunciar el fin de la quimioterapia, la princesa compartió un viaje con su esposo fuera de Windsor

Esta era la primera vez que Kate Middleton abandonaba el recinto seguro de su residencia de Windsor, donde tras su 'alta médica' había llevado a cabo un par de audiencias. Ahora Kate empieza a salir al mundo.

Verla de nuevo en las calles da confianza y tranquiliza a una opinión pública que este año ha sufrido con dos de sus primeros 'royals', el rey Carlos y la princesa Kate, fuera de combate a causa del cáncer. ■

Kate Middleton (42), con un elegante abrigo largo de Alexander McQueen.

Malú: "Estoy monísima y feliz. ¿No me veis?"

En su primer acto después de que SEMANA anunciara su noviazgo, la artista se mostró más contenta que nunca

ACTORES presentadores, cantantes, *influencers*, deportistas... La fiesta del 30 aniversario de un centro de belleza congregó a destacados personajes de nuestro país. Sin duda, la que creó más expectación a su llegada fue Malú, ya que todo el mundo quería saber qué tenía que decir la cantante sobre la relación sentimental que desveló SEMANA en exclusiva con un miembro del equipo de su gira llamado Ángel: "¡Uy qué bonito! Yo tengo una canción que es *Ángel caído*, imagínate... Está todo superbien y todo genial, millones de gracias. Estoy monísima y feliz, ¿no me veis?", afirmó la artista

"Mi hija tiene una Alexa y la llama Alisia, y dice: 'Alisia, póneme las canciones de mamá', nos cuenta divertida Malú.



Manuel Díaz y Virginia Troconis, tan enamorados como siempre.



Miguel Torres se mostró encantador en su primer photocall en solitario.

madrileña dando por confirmada de esta forma la relación. Mucho más dispuesta se mostró en cambio a hablar de su hija, que, según parece, es la fan número uno de su mamá: "Yo no le pongo mis canciones, se las pone ella sola ya. Tiene una Alexa de estas y la llama Alisia, y dice: 'Alisia, póneme las canciones de mamá'. Y, claro, Alisia alucina", aseguraba de lo más divertida.

Solo ante el peligro

También estuvo *solo ante el peligro*, en su caso por razones de causa mayor, Miguel Torres, que se mostró muy amable y cómodo en su primer evento social sin Paula Echevarría. "Paula está trabajando en Canarias, ha perdido un vuelo y no ha podido llegar", nos confesó. Pero lo cierto es que la pér-

dida del vuelo de Paula no fue el único contratiempo de la noche. Y es que la presentadora y escritora Carme Chaparro hizo un esfuerzo sobrehumano para atender a los medios, ya que esa misma mañana había sufrido una aparatosa caída, según nos contó ella misma: "Me he pegado un leñazo y tengo la pierna negra, pero he dicho: nada, un traje largo y unos zapatos planos, que no puedo ni andar".

También acudieron Bibiana Fernández, Rossy de Palma e Hiba Abouk, que, aunque buenas amigas, decidieron posar por separado. Luego, la disposición fue bien distinta, ya que mientras las dos primeras conversaron con la prensa, Hiba desapareció como alma que lleva el día- ▶▶▶



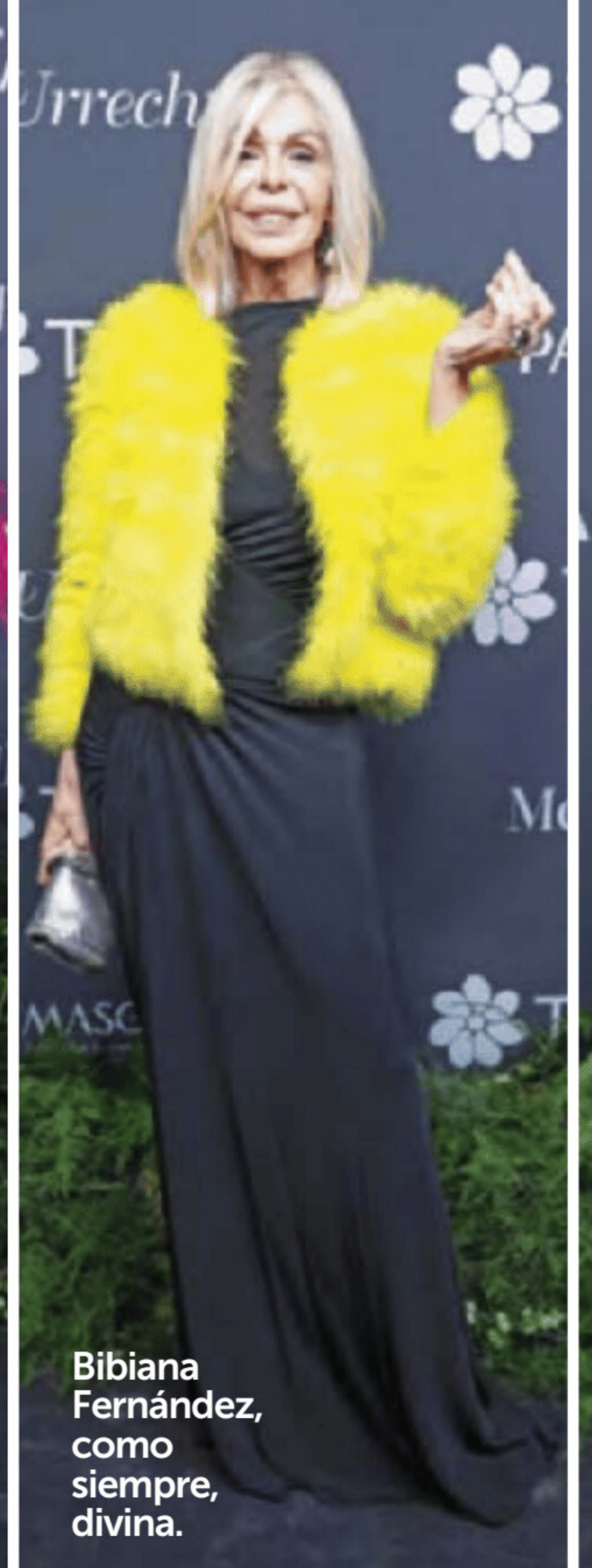
Maribel Verdú y Natalia Verbeke demostraron su gran amistad y buen rollo.



Tras los rumores de relación con Muñoz Escassi, Hiba Abouk no quiso hablar con la prensa.



Rossy de Palma acudió acompañada por su hija.



Bibiana Fernández, como siempre, divina.

►►► blo. Estaba claro que no quería hablar de los rumores sobre su relación con Álvaro Muñoz Escassi.

'Pili y Mili'

Y, acompañadas y muy juntitas, posaron otras dos buenas amigas, Maribel Verdú y Natalia Verbeke, o lo que es lo mismo, *Pili y Mili*. Y no lo decimos nosotros, lo dicen ellas: "Nuestra amistad surgió en los festivales de cine. Hacíamos piña y acabábamos siempre riéndonos un montón. Hasta que hicimos teatro juntas y eso nos unió para siempre. Somos *Pili y Mili*", desvelaba Maribel. De hecho, son tan amigas que Natalia fue una de las elegidas que acudió a la celebración de sus bodas de plata con Pedro Larrañaga. "Fue una celebración muy bonita en la playa con muy poquitos. Éramos 26 amigos", contaba Verdú.

Otra que también había celebrado recientemente su aniversario, en su caso, el octavo, fue Marta Hazas con Javier Veiga. Además de contarnos lo rápido que se le habían pasado estos años junto a su amor, Marta nos habló de la reciente operación de miopía a la que se ha sometido que le hace ver la vida con otros ojos: "Yo soy muy miedica para esas cosas y estoy alucinada. Tenía siete dioptrías y al día siguiente ya veía increíble. Antes mi mundo estaba un metro más adelante porque más allá no veía y ahora paseo por Madrid y lo que antes era una piedra es un capitel precioso".

Mucho amor

Aún de luna de miel pudimos ver a David Summers, junto a Christine Cambeiro, de quien el cantante está profundamente encandilado:



Carme Chaparro hizo el esfuerzo de asistir a pesar de su caída.



Marta Hazas y Javier Veiga, celebrando sus ocho años de casados.



Rosanna Zanetti posó sin David Bisbal, que la esperaba en el interior.

"Ella es un regalo caído del cielo cuando ya no pensaba que esto iba a pasar. A la vuelta de la esquina puede estar el amor de tu vida".

Enamorados y acaramelados vimos también a Manuel Díaz *el Cordobés* y a Virginia Troconis, quien nos comentó que está a la espera de una biopsia que se realizó por unas manchitas que le han salido en la piel: "No me han dado de momento el resultado, pero la doctora me dijo que no era nada preocupante. Hay que cuidarse mucho del sol y yo de joven he sido muy loca".

Y también disfrutaron de esta glamurosa fiesta Rosanna Zanetti y David Bisbal, aunque la primera esta vez no habló con la prensa y el segundo ni siquiera pasó por el *photocall*. Nada que decir. Otra vez será.

Matilde Molinero. Fotos: Gtres.



David Summers y Christine Cambeiro, aún en su luna de miel.

Los novios, posando en el palacio de Las Dueñas de Sevilla. Genoveva Casanova lucía un vestido de Pronovias.

Cayetano Martínez de Irujo y Genoveva Casanova: Así fue la boda casi real que duró solo dos años

El conde de Salvatierra y la mexicana se casaron hace 19 años con aires de realeza, como correspondía a la Casa de Alba



Los hijos de la pareja, Luis y Amina, y Tana Rivera, fueron pajes y damitas de honor.

ACONTECIMIENTO

Nuestra revista dedicó su portada al completo a un evento que reunía muchos ingredientes atractivos: la boda de un soltero de oro, perteneciente a una dinastía noble, acaparó todo el interés allá por 2005.



SEMANA

Boda
de Cayetano
y Genoveva

El 15 de octubre de 2005 todos los ojos estaban puestos en Sevilla. Ese día, pasadas las siete de la tarde, se daban el 'sí, quiero', el hijo favorito de la duquesa de Alba, Cayetano Martínez de Irujo, con Genoveva Casanova, una dulce mexicana que con el paso de los años ha protagonizado historias con las que ha llegado a eclipsar a la que fuera su poderosa familia política.

Lejos del boato y la pompa de los enlaces de otros miembros de la Casa de Alba, como el actual duque con Matilde Solís o Eugenia Martínez de Irujo con Francisco Rivera, ambos con ceremonias dignas de los *royals* ante el Altar Mayor de la Catedral de Sevilla, el enlace de Ca-

Al contrario que sus hermanos, el conde de Salvatierra prefirió la intimidad del palacio familiar de Las Dueñas

yetano se planteó como una celebración más familiar, discreta e íntima, que tuvo lugar entre los muros del palacio de Las Dueñas.

Gran expectación

Pero la realidad fue bien distinta. Desde primeras horas de la mañana, en los alrededores de la residencia preferida de la añorada duquesa se congregaron cientos de personas y de medios de comunicación para no perderse ni un detalle.

Los novios nunca aparecieron, pero eso no pudo con la alegría y las ganas de fiesta del público, que vitoareaba cada llegada de los ilustres invitados y en especial de Cayetana de ►►►

►►► Alba. Esta, en su papel de 'duquesa del pueblo', salió a saludar tras la ceremonia, vestida con un elegante vestido de Tony Benítez, realizado con un encaje antiguo.

Corta relación

El perfil bajo que buscaron los contrayentes venía provocado por los antecedentes de su relación. Y es que Cayetano y Genoveva se habían conocido en el 2000 en una competición hípica en Jerez de la Frontera, cuando la mexicana se encontraba realizando un intercambio en Sevilla con la Universidad de México mientras estudiaba Filosofía.

Solo seis meses después, cuando la relación todavía no estaba consolidada, anunciaron que iban a ser padres, provocando un terremoto en la Casa de Alba. El 25 de julio de 2001 nacieron los mellizos Luis y Amina, en México: "Lo que he llegado

Cayetano reconoció que el embarazo de Genoveva, al inicio de su relación, fue una sorpresa

ni se buscó ni se dejó de buscar sino que vino así", afirmó el aristócrata tras el nacimiento de sus hijos.

Y cuatro años después llegó la boda. Cayetano dejaba atrás su estatus de 'soltero de oro' y olvidaba tormentosas relaciones anteriores, como la de Mar Flores.

Cayetano y Genoveva se dieron el 'sí, quiero' en la capilla del palacio de Las Dueñas, en una ceremonia oficiada por el párroco Ignacio Jiménez Sánchez-Dalp, confesor de la duquesa.

Genoveva Casanova fue una novia clásica y regia, con un diseño de Alta Cos-



NUERA ACEPTADA

Aunque la duquesa de Alba había sido muy crítica con todas las novias anteriores de Cayetano, a Genoveva siempre le tuvo un cariño especial, que se mantuvo hasta el final.



La portada de SEMANA en la que la pareja presentó a sus hijos, un mes después de su nacimiento, en julio de 2001.

PADRES DE LOS MELLIZOS LUIS Y AMINA

Cayetano y Genoveva dieron la bienvenida a sus hijos en México, el 25 de julio de 2001. Un mes después, la pareja los presentaba en sociedad en la finca sevillana de Las Arroyuelas.



tura de Manuel Mota para Pronovias, inspirado en los años 50 y valorado en 60.000 euros de la época.

Un vestido en *voile* de organza de escote palabra de honor con el cuerpo ceñido y falda de encaje con motivos florales, bordada en micro cristal glasé, de la que partía una cola de dos metros. La acompañó de una chaqueta entallada de encaje de chantilly y también bordada de cristal, como el vestido.

Una joya especial

Haciendo gala de la magnífica relación que ya entonces tenía con la duquesa y que se mantuvo hasta el final de su vida, Genoveva lució a modo de diadema la pulsera que Luis Martínez de ►►►

SEMANA

10 DE OCTUBRE DE 2007 NÚM. 5331 LEOK CANAL LEOK
REDA+DIF LEOK CANAL LEOK

Dos años después de su boda

Cayetano y Genoveva
se separan
de mutuo acuerdoLA MUJER
DE BERTÍN:
«Mi hijo
ya se sujeta
solo»

SE DIERON EL «SÍ, QUIERO»

En Pontevedra En Teruel
PATRICIA PÉREZ DAVID CIVERATITA
Y SU HIJO
CADA VEZ
PEOR:
Ella dice
que no
hay boda y
él que síPRIMERAS
EMPESADAS
con la
Semana
DIF 8/12**MADRE
ENTREGADA**

Sus hijos aún eran muy pequeños cuando Cayetano y Genoveva tomaron caminos separados, pero a Luis y Amina nunca les ha faltado el amor de sus padres.

►►► Irujo, padre de Cayetano, regaló a la duquesa de Alba con motivo de su boda.

Por su parte, el novio vistió el uniforme de maestrante perteneciente a la Real Maestranza de Caballería de Sevilla, el mismo que había llevado en la boda de su hermana Eugenia Martínez de Irujo y Francisco Rivera en 1998, donde ejerció como padrino.

Genoveva fue llevada hasta el altar por su padre, Kenneth Larry Casanova, mientras que el novio lo hizo del brazo de su madre.

Sus hijos, Luis y Amina, tuvieron un papel importante como pajes, junto a Tana Rivera, la hija de Eugenia Martínez de Irujo.

El país de la novia estuvo muy presente con un cuadro de la Virgen de Guadalupe, patrona de México, presidiendo la capilla, o la música de un grupo de mariachis.

La boda congregó a miembros de la aristocracia, el mundo de la empresa, la política y a muchas celebridades. Entre ellos, El Litri con su mujer de entonces, Carolina Herrera, Lydia Bosch, Ramón García con Patricia



El exmatrimonio, en una comida con sus hijos, que demuestra su cercanía.



Cerezo, Curro Romero y Carmen Tello o Enrique Ponce con la que era su mujer, Paloma Cuevas, entre otros. Esta última, íntima de Genoveva, le cedió a la novia las arras que se utilizaron en la ceremonia.

Incómodo encuentro

Pero también hubo algún incómodo encuentro, como el de Eugenia con su ex, Francisco Rivera. La pareja ya estaba separada, pero el torero seguía manteniendo una relación especial y muy intensa con los Alba, hasta el punto de que la propia Cayetana lo seguía considerando su yerno favorito. Y además Cayetano lo eligió como testigo del enlace.

La duquesa de Montoro tuvo que compartir la celebración con su exmarido, pero no pudo llevar a su pareja de entonces, Gonzalo Miró, quien nunca contó con el visto bueno de su madre.

Tras la ceremonia, los novios y más de 200 invitados disfrutaron de una cena en los salones de palacio, a cargo de Salvador Gallego, antiguo



SIGUEN SIENDO FAMILIA

La relación de Cayetano y Genoveva tras su separación no puede ser mejor. Sobre todo por sus dos hijos: "Cayetano es mi pilar y somos una familia de cuatro", asegura la mexicana.

cocinero de la Casa de Alba, que sirvió escalibada con puntillas, merluza al pil pil y membrillo con vinagreta de frambuesa.

Y después llegó la gran fiesta hasta altas horas de la

madrugada, con mucha música mexicana y flamenca.

Pese a todo, el matrimonio no duró mucho. Solo dos años después, en octubre de 2007, la pareja anunció la separación: "Discutíamos por

todo. Hasta que me di cuenta de que éramos dos personas con caracteres muy fuertes. Ni opuestos ni parecidos, sencillamente fuertes", dijo Genoveva Casanova sobre el motivo del final.

Separados, pero amigos

Pasado el tiempo, Cayetano y Genoveva son el mejor ejemplo de los ex mejor avenidos: "Para mí Cayetano es mi familia. Es mi pilar. Somos los dos pilares de una familia de cuatro", asegura a día de hoy la mexicana.

También el duque de Arjona solo tiene buenas palabras para la madre de sus dos hijos: "Me preocupa muchísimo Genoveva. La cuido, me ocupo de ella en todos los sentidos. No es solo la madre de mis hijos, la quiero personalmente".

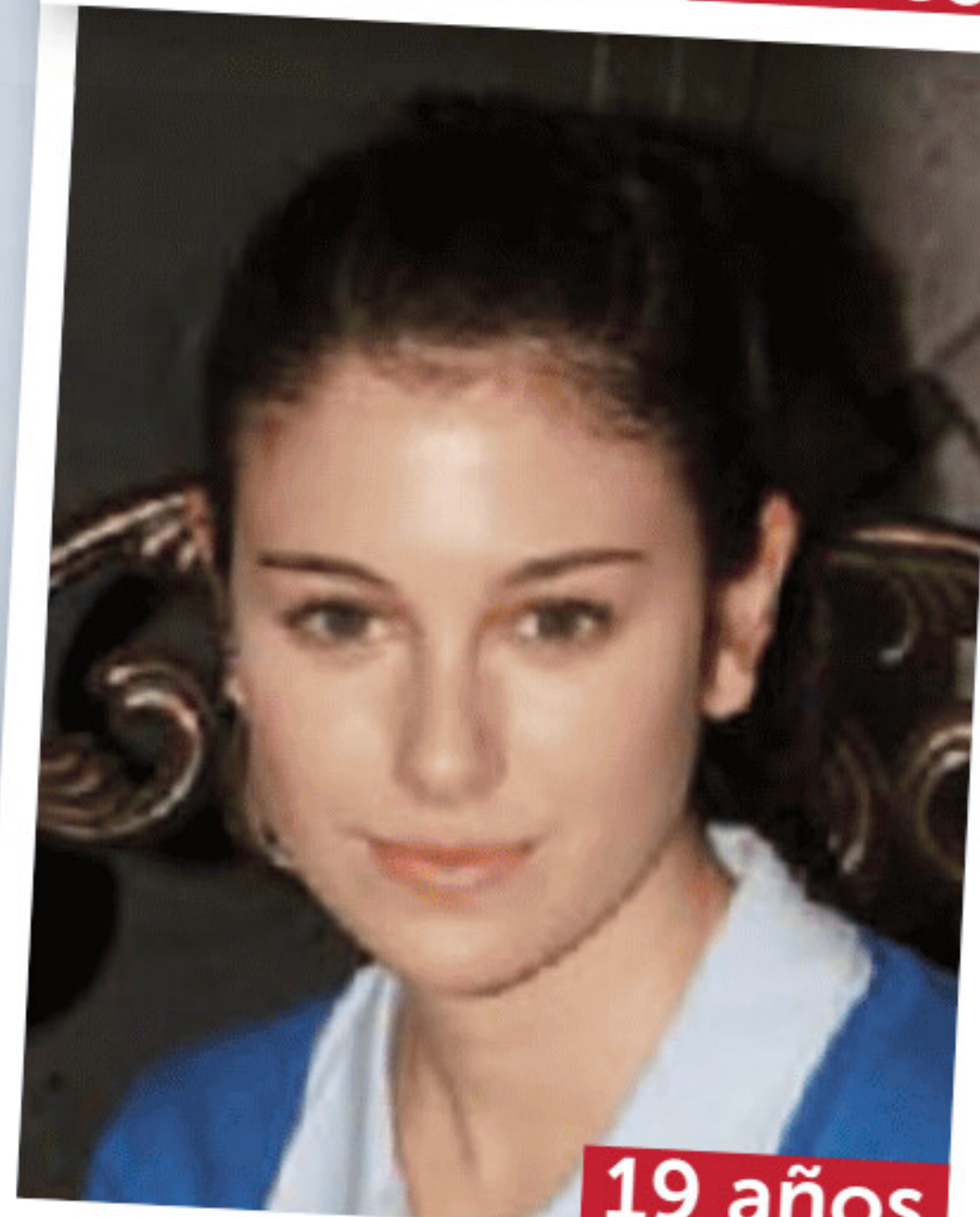
Y a su lado ha estado en todos sus malos momentos, como cuando ha tenido graves problemas de salud a causa de una embolia pulmonar o tras sus polémicas fotos con Federico de Dinamarca, que se convirtieron en escándalo mundial. ■

Blanca Suárez

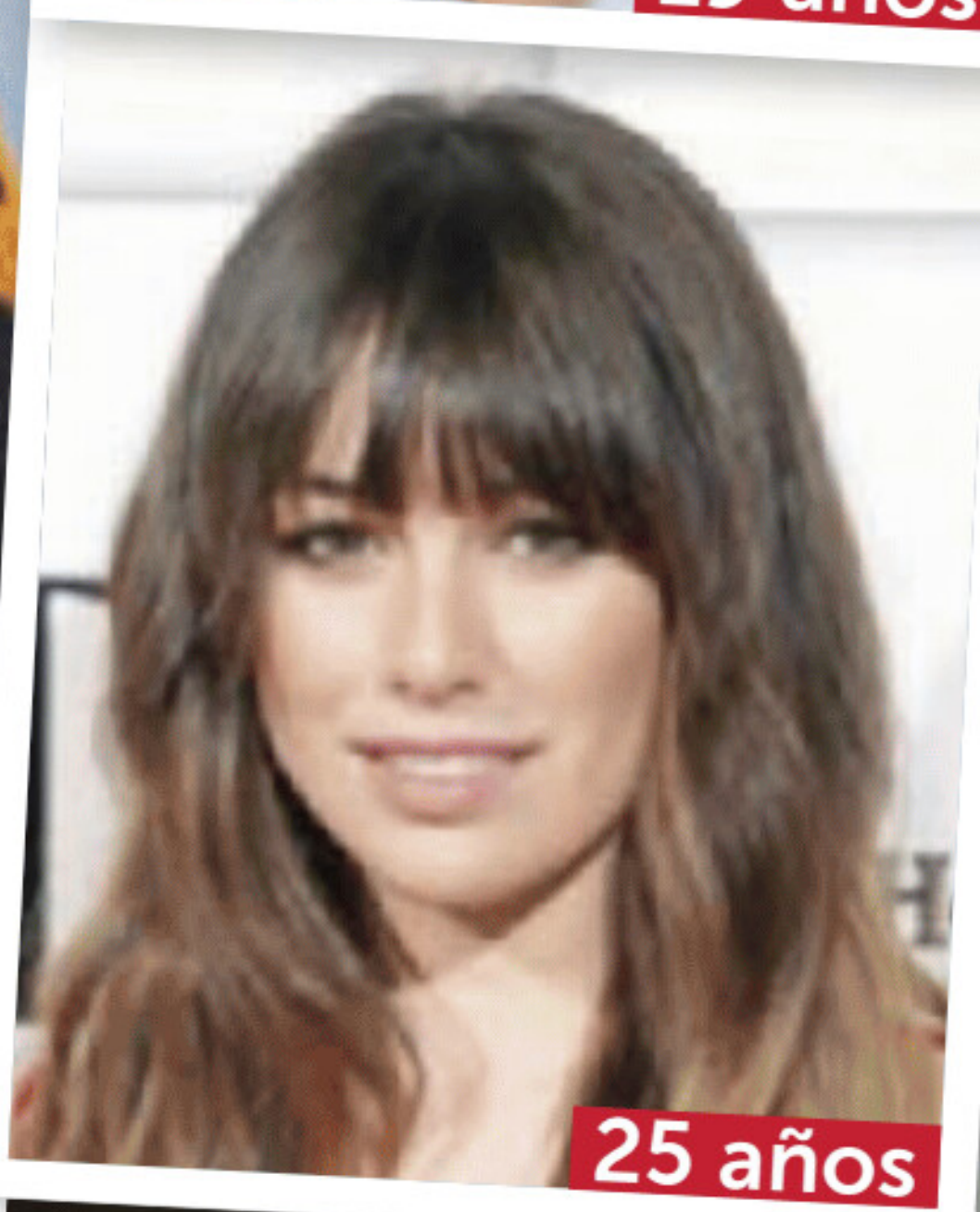
El 21 de octubre cumple 36 años, pero para muchos la actriz sigue siendo esa jovencita inocente de *El internado*. Blanca Suárez salió de aquella serie convertida en una estrella, que luego también ha conquistado el cine, con trabajos para Álex de la Iglesia y Pedro Almodóvar. Aunque ella es toda una reina de la pequeña pantalla, con títulos como *El barco*, *Los nuestros*, *Carlos*, *Rey Emperador*, *Las chicas del cable* y *Jaguar*. Además, Blanca ha conocido el amor dentro de su profesión, viviendo relaciones con Javier Pereira, Miguel Ángel Silvestre, Dani Martín, Joel Bosqued y Mario Casas. Su actual pareja es el actor Javier Rey. Se conocieron en 2016, en la serie *Lo que escondían sus ojos*, donde él daba vida a Balenciaga y ella era la marquesa de Llanzol. Después rodaron juntos *El verano que vivimos*. Y su relación dura ya cinco años. Ahora Blanca triunfa de nuevo en televisión con *Respira* (Netflix).



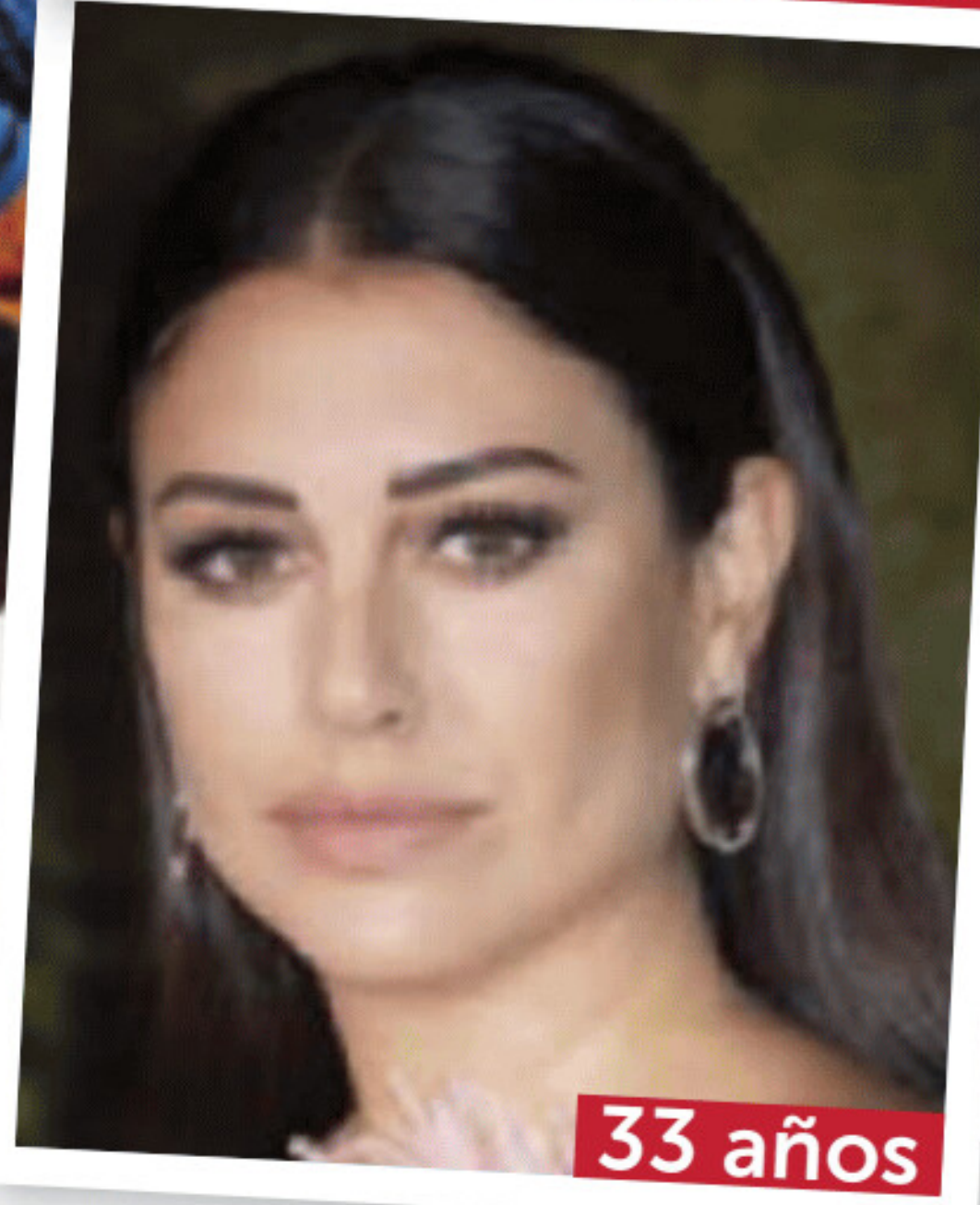
9 años



19 años



25 años



33 años

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

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: Rocio Moreno y Francisco José de Pablo.

SEMANA.ES: Miguel Curtido (Director Digital), Laura Campos, Gloria López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres, Estefanía Fernández, Santiago Merino, Laura Gay y Erika Ferraro (Community Manager).

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:

Avda. de Burgos, 16D - 6ªA. 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: Rotocobri S.A.

Rda. de Valdecarrizo, 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.orby.es



www.kioskoyas.com



www.zinio.com

TE REGALA*

el coleccionable de cocina
con lo mejor de nuestra gastronomía



arrilleras de cerdo

Ingredientes:

- ♦ 2 carrilleras de cerdo
- ♦ cebolla grande
- ♦ zanahorias
- ♦ puerros
- ♦ diente de ajo
- ♦ copa de brandy
- ♦ vaso de vino blanco
- ♦ cucharadas de aceite
- ♦ caldo de carne
- ♦ sal
- ♦ pimienta negra
- ♦ hoja de laurel
- ♦ tomillo

Preparación:

Sazonar con sal y pimienta las carrilleras, y dorarlas en aceite caliente en una cazuela plana. Añadir la cebolla, el ajo, los puerros y las zanahorias, todo picado, y rehogar sobre la carne hasta que tomen color la cebolla y el puerro.

Añadir el brandy, de ar que se caliente y prenderle fuego. Cuando se apague, añadir el vino y cubrir con el caldo. Sazonar con laurel y tomillo, tapar la cazuela y, cuando hierva de nuevo, bajar el fuego al mínimo y dejar cocer.

4 raciones minutos

Añadir más caldo si fuera necesario cocinar durante horas (45 minutos en la olla rápida). Después, sacar las carrilleras y triturar la salsa. Servir cubiertas con su salsa y acompañadas de patatas asadas, fritas o en puré.

Son más tiernas que las de ternera y mejor si son de la quijada del cerdo ibérico. Esta receta medieval es cada vez más admirada en las cartas gourmet.

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

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 42

A woman with long, wavy blonde hair is the central figure, wearing a white lace dress with a low back and thin straps. She is looking back over her right shoulder towards the camera. In the background, a man in a dark suit is holding a vintage-style camera, appearing to be taking a photo. The setting is an elegant interior with warm, golden lighting and blurred architectural details.

AIRE

BARCELONA

COLECCIÓN 2025

airebarcelona.com*



Esta REVISTA fue DESCARGADA de JAROCHOS. Puedes
accesar a nuestro GRUPO PRINCIPAL en TELEGRAM a través
del Grupo de paso

@PurgatorioJarocho
<https://t.me/purgatoriojarocho>

En Jarocho NO promovemos ni incentivamos el uso inadecuado de autoría intelectual, solo compartimos material que ya se encuentra en Internet con una simple búsqueda en cualquier buscador o en sitios como PDFMagazine, WordlMagz, etc.
Si piensas que se están socavando tus derechos de autor mándanos un mensaje (con previa identificación como portador de los derechos sobre el material reclamado) solicitando la retirada del material.