

DIEZ MINUTOS

20 NOVIEMBRE 2024 • NÚM. 3822

03822
8413042018100

SOLO
2,50€
Canarias 2,65€



EXCLUSIVA
ISABEL PANTOJA
Primeras fotos de su vida en Madrid, acudió a un hospital



EXCLUSIVA
ÁLVARO ESCASSI Y SHEILA CASAS
Disfrutan su romance



EXCLUSIVA
TAMARA E ÍÑIGO
“No estamos en el punto de adoptar”



ANA MENA, ENRIQUE IGLESIAS, LOLA ÍNDIGO
La gran fiesta de la música

Día

¡Celebra todos los Días!



Descubre nuestro surtido navideño
en tiendas Día y en dia.es

Esta semana en Diez Minutos...

Número 3822 • 20-11-2024



LA REINA LETIZIA

de reuniones para ayudar a las víctimas de la DANA

En su afán por informarse y ayudar a los damnificados, Letizia ha mantenido reuniones con entidades sociales que atienden a las víctimas, en su despacho de Zarzuela. El sábado lo hizo con representantes de Cáritas Española, la Red Europea Antipobreza-EAPN, de la plataforma Voluntariado de España, de la Plataforma del Tercer Sector, de la Plataforma de la Infancia y de Cruz Roja. Y agradeció su labor: "Los daños van a ser profundos y van a requerir mucho tiempo, que esa atención constante y sostenida en el tiempo se prolongue más allá de los días que llevamos", comentó, según Casa Real. El Rey, por su parte, vuelve a Valencia, después de que días atrás fueran recibidos con una lluvia de insultos y barro en Paiporta. Felipe VI visitará a las unidades militares desplegadas en la Comunidad Valenciana por la DANA.

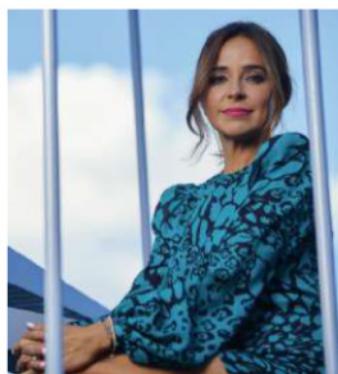
REPORTAJES



Johnny Depp
Presenta filme en Sevilla
Le acompaña la actriz
Antonia Desplat 20



Aitana
Voluntaria en Valencia Quito
barro o repartió comida. Hubo más
VIPs que arrimaron el hombro 24



Carmen Alcayde
La DANA le toca de cerca
La periodista llora la muerte de su tío,
el empresario Miguel Burdeos... 26

Diez Minutos cuida de ti
Salud, Movilidad, Belleza...

Marta Luisa de Noruega
apoya a su marido, acusado
de presunta agresión sexual.

Kate Middleton, agríduce
reaparición: sus médicos le
aconsejan que no se exceda.

"Maestros de la costura"
se graba la versión "celebrity".

Ana Boyer: "No tenemos
pensado volver a España".

Fran Zafra El español se corona
Mister Internacional 2024.

Enrique Iglesias,
viaje relámpago a España
sin visitar a su madre.

Valeria Vegas: Ángela Vallvey.

Gente con estilo: Barei.

Ángel Antonio Herrera:
La familia Trump.

Estos días se habla de...



KEVIN COSTNER

Recoge en Munich el Premio Bambi

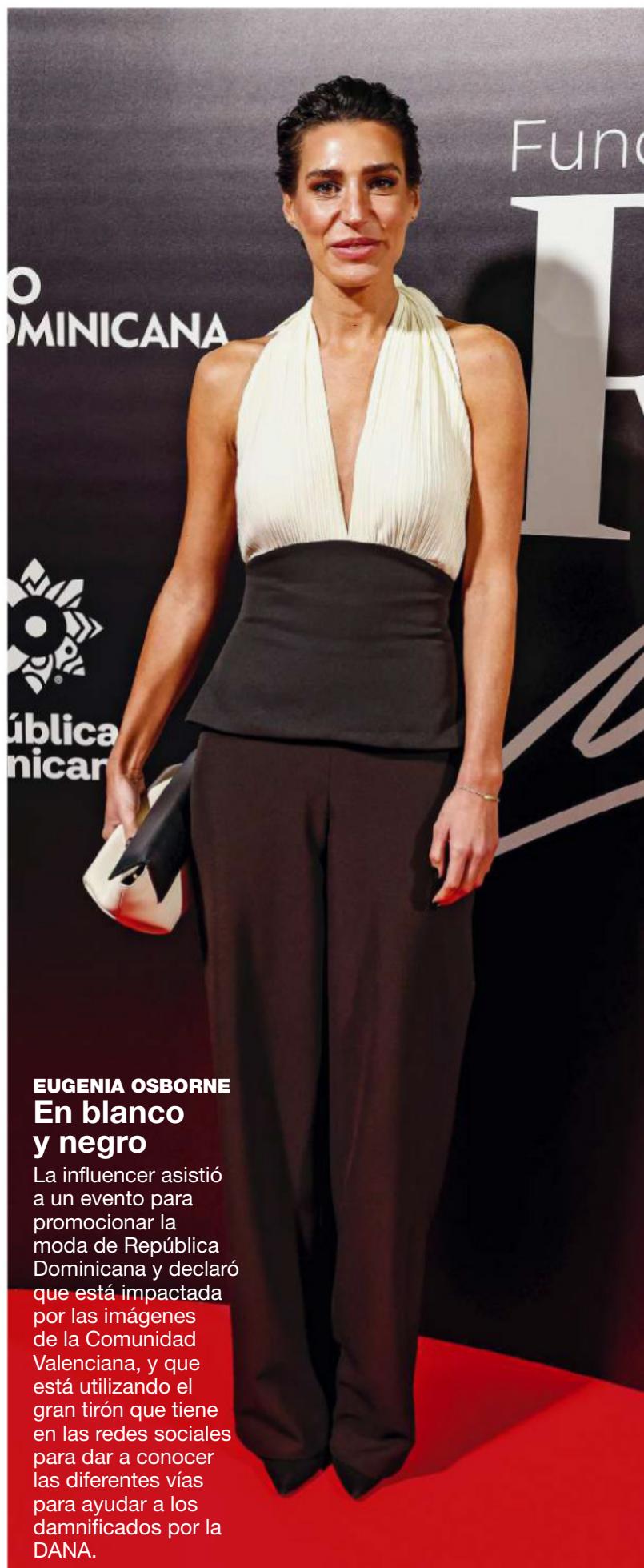
El carismático actor ha recibido el galardón en la categoría de "Actor Internacional". Seguro que este premio ha ayudado a que Kevin supere el disgusto por el divorcio de su segunda mujer, Christine Baumgartner, con quien llevaba casado 18 años, y por la mala acogida de la saga de sus películas "Horizon", en la que ha invertido 40 millones de dólares.



LEONOR WATLING

"Me da miedo que un tuit sea una sentencia judicial"

La actriz ha presentado "Anatema", donde comparte trabajo con Juan Antonio Codina, actor que recientemente ha sido acusado de agresión sexual por dos personas. Leonor prefiere no opinar al respecto, pero ha declarado que le "da miedo que un tuit se considere una sentencia".



EUGENIA OSBORNE

En blanco y negro

La influencer asistió a un evento para promocionar la moda de República Dominicana y declaró que está impactada por las imágenes de la Comunidad Valenciana, y que está utilizando el gran tirón que tiene en las redes sociales para dar a conocer las diferentes vías para ayudar a los damnificados por la DANA.

**ÁNGEL ANTONIO
HERRERA**
**Premio
de la Crítica
de Madrid**

El escritor y colaborador de DM Ángel Antonio Herrera ha obtenido, junto a Álvaro Pombo e Ian Gibson, el Premio de la Crítica de Madrid que otorga la Asociación madrileña de escritores y críticos literarios. De Ángel Antonio se ha destacado su brillante trayectoria como periodista y su extensa carrera que abarca novela, poesía y ensayo. ¡Enhorabuena por este merecido premio!



CHRISTIAN GÁLVEZ
**“Me faltaba Luca,
era el propósito
de mi vida”**

“Te he llamado por tu nombre” es el título del nuevo libro de Christian, una novela histórica que se desarrolla en el Jerusalén del siglo I. El libro está dedicado a su hijo Luca, que cumplirá un año en diciembre, y del que el escritor dice que es el propósito de su vida. Además, el presentador de Mediaset volverá a dirigir las galas de Navidad de la cadena junto a su compañera Verónica Dulanto. Vamos, que atraviesa un gran momento personal y profesional.

Estos días se habla de...



SOPHIE RHYS JONES

Como una niña en el minigolf

Antes de darlo todo en el Día del Recuerdo, siendo la más fiel amiga y compañera de Kate Middleton, la duquesa de Edimburgo estuvo en Legoland, en Windsor. Un paraíso para los más pequeños donde ella disfrutó como si fuera una niña en el minigolf. Y no se le daba mal, parece, al menos la postura la tenía.

FELIPE Y MATILDE DE BÉLGICA

Reyes y “obreros” por un día

El matrimonio hizo una visita a la provincia de Namur, con el objetivo de apoyar las iniciativas empresariales y sociales en la región. Y comenzaron en la fábrica Materne-Confilux, ubicada en Floreffe, que impulsa la economía circular y brinda empleo local. Vestidos con batas, redecilla en la cabeza y gafas protectoras, los reyes belgas estuvieron atentos a la línea de producción.



HARRY Y MEGHAN MARKLE

Reaparecen juntos y acallan los rumores de crisis

No les veíamos juntos desde agosto, cuando hicieron una gira por Colombia. Desde entonces, sus agendas han ido por separado, alimentando los rumores de crisis. Los duques de Sussex la desmintieron con la imagen de un vídeo grabado en Bogotá, con motivo de la Conferencia Ministerial Mundial de las Naciones Unidas para Poner Fin a la Violencia contra los Niños. El matrimonio luce sendas amapolas con motivo del Día del Recuerdo.



EXPERIENCE
FRESH



COCINA FÁCIL, SANA... ¡Y CON TODO EL SABOR!

Descubre con Samantha, nueva embajadora de Experience Fresh, una nueva forma de disfrutar la cocina, fácil, saludable y con mucho sabor.

Con los microondas 4 en 1 con función vapor, freidoras de aire, panificadoras y exprimidores de baja velocidad de Panasonic convierte cada plato en un aliado para tu bienestar y descubre lo sencillo que es cuidar de ti y de los tuyos, ¡sin renunciar al sabor!

by Samantha

Estos días se habla de...

VIVIENDA

VERANO EN
DICIEMBRE
AIÉN



CARMEN MACHI, BÁRBARA LENNIE Y GRIMALDOS Estrenan "Verano en diciembre"

El pasado 8 de noviembre se estrenó en la Gran Vía madrileña la ópera prima de Carolina África (tercera desde la izda.), que dirige esta comedia familiar con Carmen Machi, Bárbara Lennie y Beatriz Grimaldos. Con ellas posó en el photocall al que acudieron infinidad de amigos. "Os va a encantar", dijo.



EL CIGALA

¡A juicio! Niega haber maltratado a su ex

Cinco años de cárcel por presunto delito de maltrato y vejaciones a su exmujer, Dolores Méndez, Kini. Eso es lo que pide el fiscal para Diego, "El cigala". El cantante acudió al juzgado de Jerez de la Frontera el pasado 6 de noviembre. En sede judicial negó los hechos y argumentó que lo único que quería su ex era dinero.

LORENA GÓMEZ Boda y nuevo single

La cantante acaba de lanzar un nuevo single, "Si tú supieras", una canción en la que cuenta la lucha para alcanzar los sueños. Y uno de sus sueños creímos que era casarse con el padre de su único hijo, pero no. Lorena ha sorprendido contando que ella y René Ramos están casados. "No hemos hecho ninguna celebración pero la haremos".





LA CULTURA ESTÁ EN TI, ESTÁ EN TODO

Una nota, un sabor, una textura, una imagen,
una idea, una historia, un encuentro....
Todo esto es cultura.

**ACCEDE
CREA
DISFRUTA**

Son derechos culturales



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA



EXCLUSIVA

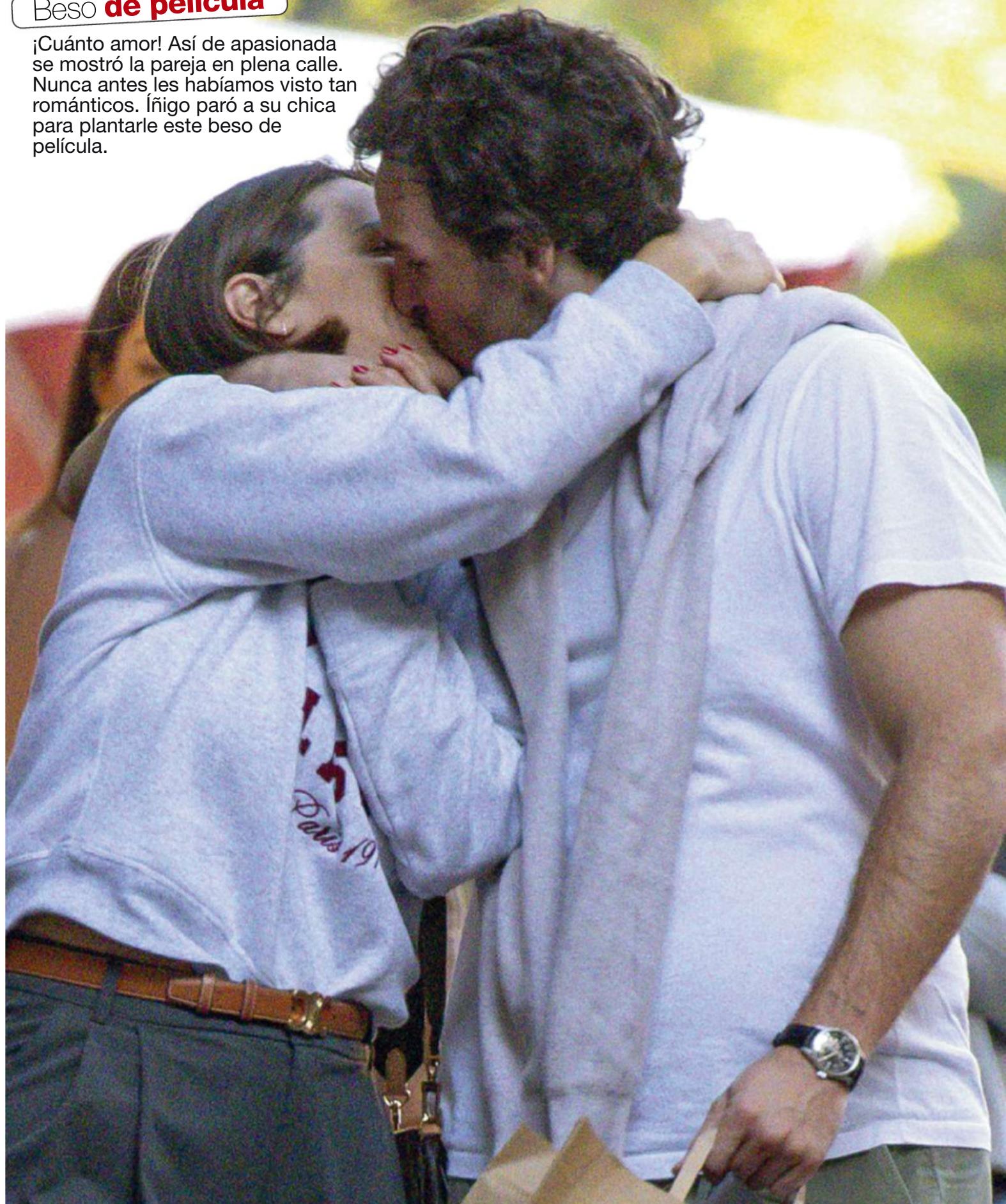
Tamara e Íñigo

“No estamos en el punto de adoptar”

La hija de Isabel Preysler solo contempla una opción: el embarazo natural. A pesar de que no termina de llegar, tanto ella como su marido están atravesando un momento inmejorable en su relación.

Beso de película

¡Cuánto amor! Así de apasionada se mostró la pareja en plena calle. Nunca antes les habíamos visto tan románticos. Íñigo paró a su chica para plantarle este beso de película.





Después de unos días en Valencia, Íñigo se reencontró con Tamara, a la que adora.

La búsqueda del bebé, sobre todo si tarda en llegar, resulta muy estresante para multitud de parejas. Sin embargo, Tamara Falcó e Íñigo Onieva llevan su espera con filosofía. Se les nota más relajados que nunca. De hecho, es la primera vez que les vemos así de cariñosos, compartiendo bromas, incluso parándose para dedicarse besos de película en la calle. Y eso que no se trataba de ninguna velada romántica. La pareja quedó para comer en un restaurante del centro con la familia del empresario. Tamara se lleva fenomenal tanto con su suegra, Carolina Molas, como con sus cuñados, así que la velada se alargó hasta bien entrada la tarde.

Días antes, Tamara se mostró igual de feliz cuando le preguntaron sobre la búsqueda de su embarazo. "Lo vivo con muchísima paz y confiando en Dios", dijo en la presentación del libro 'Cuando conoció al Dios amor', de su amiga Ana Finat Martínez-Costa.



Tamara estuvo feliz con su familia política: su suegra Carolina Molas y sus cuñados, Jaime y Alejandra.



GRAN APOYO PARA SUS AMIGAS

Tamara fue una de las protagonistas en la presentación de "Cuando conoció al Dios Amor", el libro de una de sus mejores amigas, Ana Finat. Fue en este evento cuando la hija de Isabel Preysler confesó que descarta la idea de adoptar. También señaló: "La maternidad no es el único camino para ser feliz".



Cancelaron su boda por una deslealtad de él, pero ahora el ya matrimonio presume de estar en forma.



VOLUNTARIOS PARA PALIAR LA TRAGEDIA DE LA DANA

Tamara no fue a Valencia, sino que se trasladó al municipio de Mejorada del Campo para colaborar con la ONG del Padre Ángel. Íñigo sí que viajó a la zona de la catástrofe con un grupo de amigos. "Lo que más le ha chocado es lo que los valencianos están luchando. Yo estaría destrozada. Allí están dándolo todo y se muestran muy agradecidos con los voluntarios", contó Tamara sobre la experiencia de su chico.



"LA GENTE SE RÍE DE MI CUANDO CUENTO QUE **SANTA ISABEL SE QUEDÓ** EMBARAZADA A LOS 70 AÑOS", DIJO TAMARA

► Tamara no reparó en detalles: "Yo estoy haciendo todo lo posible. Si es que sí, es porque es mi camino. Si es que no, es porque también es mi camino. La gente se ríe de mí cuandouento que Santa Isabel se quedó embarazada a los 70 años". También confesó que no se

han planteado la adopción. "Ahora mismo no estoy en ese punto. De todas maneras, en unos días cumple 43 años y creo que la edad límite para adoptar es 40 o eso me dijeron porque tampoco lo he investigado, entonces no sé tan siquiera si es una opción", añadió.

Tras llevar a cabo un método natural llamado naprotecnología, ahora la pareja se ha puesto en manos del médico Xevi Verdaguer, conocido por ayudar a Andreu Buenafuente y Silvia Abril.

Con el Padre Ángel

Dejando de lado el tema del bebé, Tamara e Íñigo también han mostrado estos días su lado más solidario. El empresario viajó incluso a Valencia con mascarilla y

pala para recoger barro de las calles. La hija de Isabel Preysler no se trasladó al lugar de la tragedia, pero sí ha colaborado activamente con Mensajeros de la Paz, la ONG de su querido Padre Ángel (recordemos que co-fició su enlace). Tamara viajó hasta el municipio de Mejorada del Campo, donde la organización almacenó todos los productos donados para trasladarlos a Valencia.

Agencias



SKIN BOOSTER
COLLECTION
SERUMS FACIALES

3,99€*

a partir de



ÁCIDO HIALURÓNICO

SÉRUM ULTRAHIDRATANTE
HIDRATANTE Y ALISANTE

NIACINAMIDA

SÉRUM ANTIMANCHAS
UNIFICANTE Y ANTIOXIDANTE

VITAMINA C

SÉRUM ILUMINADOR
REVITALIZANTE Y ANTIOXIDANTE

RETINOL

SÉRUM ANTIARRUGAS
REAFLIRMANTE Y ALISANTE

UN BOOST DE VITAMINAS PARA UNA PIEL HIDRATADA, LUMINOSA Y RADIANTE.

*PRECIO VENTA PÚBLICO RECOMENDADO

¡ENCUENTRA
TU PUNTO DE
VENTA!



BYPHASSE

www.byphasse.com



EXCLUSIVA

Isabel Pantoja primeras imágenes de su vida en Madrid

La cantante, que dejó Cantora el pasado 18 de noviembre para instalarse definitivamente en la capital, acudió con su hermano al hospital.

Se instaló en Madrid el 18 de octubre, pero hasta ahora nadie, absolutamente nadie, había logrado captar una imagen de Isabel Pantoja en la capital. "Diez Minutos" la ha conseguido. Fue el pasado martes 5 de noviembre, y muy cerca de su nuevo domicilio, un chalet de más de

1.000 metros cuadrados construidos, que tiene hasta cine, situado en la exclusiva urbanización La Finca, por el que dicen que paga un alquiler de unos 15.000 euros al mes. Isabel no salió a pasear; no es algo que le guste hacer a juzgar por el modo de vida que ha llevado en los últimos años. Solo salió

para acudir al hospital Puerta de Hierro, de Majadahonda, donde según dijo Kike Calleja, tenía una revisión médica. Fue precisamente a la salida del centro médico cuando pudimos verla. Iba acompañada de su persona de confianza, su hermano, en el que siempre se apoya. Como se puede apre-

ciar en las imágenes, la viuda de Paquirri lucía buen aspecto, aunque decidió ponerse mascarilla, quizás para protegerse de los virus que suele haber en los hospitales.

Aplaza su concierto

Según contaron en "Fiesta", finalmente Isabel no actuará



La tonadillera sigue adelante con su gira de conciertos, pero ha decidido aplazar el concierto programado el 30 de noviembre en Tarragona.

el próximo 30 de noviembre en Tarragona: "Nos dicen que no se ha cancelado el concierto sino que se ha aplazado al 5 de julio. Eso es buena señal porque significa que ella va a continuar con su gira en 2025. Las razones de este aplazamiento no es por ella sino por un miembro de su equipo

que está pasando un problema médico y ella no quiere hacerlo sin él. Acordaos de los problemas de sonido que tuvo en Alcalá de Henares. No está dispuesta a que haya más fallos y prefiere esperar a que esté bien". Sin embargo, Isabel sí actuará el próximo 26 de diciembre en Starlite, en Madrid.

"Ese concierto es mucho más pequeño y con menos músicos", matizan. "Además está muy ilusionada", dijo Kike.

Ni una palabra de Isa

Lo que no hizo Isabel fue contestar a ninguna de las preguntas de los periodistas que la esperaban en la puerta del

centro médico; ni sobre el motivo de su visita ni mucho menos de su hija, Isa. La pequeña del clan Pantoja se sentó hace unas semanas en "De Viernes" para hablar de la decepción que sentía con su madre: "Me siento como si me hubiera quedado huérfana por segunda vez".

ISA PI: "ME SIENTO COMO SI ME HUBIERA QUEDADO HUÉRFANA POR SEGUNDA VEZ"

► El relato de Chabelita fue desgarrador y entre lágrimas. Según ella, cuando era adolescente, con 17 años concretamente, su hermano se enteró de que ya no era virgen y decidió regalarla con una manguera en el patio de Cantora. "Todo viene por que yo había estado en casa de mi hermano con un chico. Es algo muy doloroso pero me acuerdo de todo; de cada media hora, de las personas que estaban, de lo que me hicieron sentir... Era diciembre, hacía mucho frío, acababa de llover..." Además, Isa relató el día que su madre le cortó el pelo para que no saliera de casa. "Todo el mundo me dice que pase página, pero tengo que hablar del tema para poder superarlo".

Asraf, contra ella

Asraf también se sentó para hablar de su suegra. "Me llamó garrapata. Y me amenazó con llevarme a los tribunales. Me hizo sentir muy incómodo".

Agencias



SU CUMPLEAÑOS MÁS TRISTE

Sólo unos días después de sentarse en "De Viernes", Isa celebró su 29 cumpleaños. Lo hizo con la única compañía de Asraf y de su hijo Albertito, que ya tiene diez años. La colaboradora de "Vamos a ver" dice que está viviendo un momento muy delicado y que necesita ayuda psicológica.



Isabel acudió al centro médico con ropa cómoda: chándal de terciopelo y botas de borreguito. No se quitó la mascarilla ni las gafas de sol.



La tonadillera evitó hacer declaraciones a la prensa que se encontraba en la puerta del hospital.

El actor posó con traje,
sombrero y gafas de
sol, y con una de las
actrices protagonistas,
la francesa Antonia
Desplat.

Festiv
de S

NO8DO

MUNICIPIO DE SEVILLA

A Ju
d

Fest
de

Johnny Depp

presenta en Sevilla su nueva película como director

Acompañado por la actriz Antonia Desplat, quiso recordar a las víctimas de la DANA: "Nuestro corazón está con ellos", dijo.

Hace años que ya no interpreta al famoso Jack Sparrow de "Piratas del Caribe", pero Johnny Depp no parece dispuesto a desprenderse del todo del look bucanero, aunque luzca traje. El actor se convirtió en la estrella del Festival de Cine Europeo de Sevilla, donde presentó su segunda película como director: "Modi, Three Days on the Wing of Madness", donde recorre 72 horas en la vida del pintor italiano Amedeo Modigliani, en el París de principios de siglo XX. Depp no se presentó solo en la capital hispalense, sino que posó con una de las actrices protagonistas, Antonia Desplat.

En la rueda de prensa, el actor de Hollywood quiso tener un recuerdo para todos los afectados de la DANA.

"Quiero reconocer el apoyo y el calor con el que me acogen siempre en España, pero después de la catástrofe ocurrida, es un honor y un privilegio estar aquí y nuestro corazón está con todos los damnificados y todo el país. La resiliencia y la fuerza de la gente es

commovedora. Nos gustaría hacer todo lo posible para ayudar de cualquier manera", aseguró. Además, también se mostró encantado de trabajar en Europa. "Hollywood es más rígido. Aquí hay mucha más pasión", apuntó.

Agencias



Emma Suárez y Natalia de Molina presentaron en Sevilla su nueva película, "Desmontando un elefante", ópera prima de Aitor Echeverría.



*Como un RADAR “Detecta-Suciedad”
¡que además ahorra energía!*

ASPIRADOR INTELIGENTE

SENSOR • PRO



DISEÑO “2 en 1”
SIN CABLE

*El secreto de su eficacia:
Los últimos avances en Tecnología y Diseño*



Además con SOPORTE de PARED y CARGADOR

- Motor ciclónico de 190 W
- Potencia de aspirado: 13 Kpa
- Batería de Litio de 2.200mAh
- Silencioso: < 78db
- Medidas y peso: aspirador de pie con tubo extensible de aluminio (120 x 20 x 13,5 cm. 2,5 Kg); aspirador de mano (30 x 21,5 x 12 cm. 1,47 Kg)
- Modo Manual (3 intensidades) y Auto
- Garantía internacional: 3 años

Aproveche AHORA la **MAXI OFERTA**

i50% Descuento!

902 107 902

Oferta válida solo para Península, Baleares y Canarias

 **GALERIA
DEL COLECCIONISTA**

Avda. de Manoteras, 50 • 28050 Madrid
www.galeriadcoleccionista.com

EX77

- ✓ No pague hasta dentro de 2 meses
- ✓ ENVÍO GRATIS A DOMICILIO
- ✓ 15 días de EXAMEN SIN COMPROMISO
- ✓ 100% GARANTÍA DE SATISFACCIÓN
- ✓ 50% de DESCUENTO:

Antes 560€ Ahora sólo 280€

28 mensualidades de sólo 10 € sin intereses





Sheila y Álvaro se
conocieron en el plató
de "TardeAR" hace
algo más de un mes.



EXCLUSIVA

Álvaro Escassi y Sheila Casas muy acaramelados a la salida del trabajo

Ellos dicen que solo son muy amigos, mientras sus compañeros de "TardeAR" confirman el romance. "Las miradas fueron especiales desde el primer instante", desveló Frank Blanco. Y así siguen siéndolo cuando están juntos.

Es un conquistador nato. Después de su historia de amor con María José Suárez y un breve affaire con Hiba Abouk, Álvaro Muñoz Escassi ha centrado sus energías en Sheila Casas, abogada y representante de su hermano Mario. Ellos insisten en que solo son muy amigos, pero estas imágenes demuestran la complicidad que hay entre ellos. Sonrisas,



Muy cómplices

A la salida de Telecinco, los dos se mostraron así de melosos. Sus miradas no engañan, están encantados el uno con el otro.

miradas, manos cogidas... Así salieron a la calle después de compartir plató en "TardeAR", donde ambos trabajan como colaboradores. Sus compañeros de plató no niegan el romance, sino todo lo contrario. De hecho, Frank Blanco confesó cómo fue su primer encuentro: "Yo les presento. Yo asisto al momento en el que ellos se conocen y se ven en persona por pri-

mera vez. Esas miradas fueron especiales desde ese instante". Además, "Socialité" les descubrió días después comiendo en un local enfrente del Retiro de Madrid, donde quedaron con Anna Barrachina, la hija de él.

Juntos en Valencia

Con Sheila Casas, Álvaro ha vuelto a seguir su hoja de ruta en cuanto a conquistas.

Nunca confirma el affaire, sino que se dedica a piropearlas ante las cámaras. "No vamos a hablar de Sheila, lo maravillosa que es, lo buena persona que es, lo divertida, lo simpática, lo agradable... da gusto estar con ella, y luego además es guapa. Todo es bueno de Sheila, pero somos amigos y no hay nada más", aseguró. Además, desveló

que habían compartido viaje a Valencia. "Ella me llamó el domingo para ir, llenamos el coche y nos fuimos el lunes. Se llevaba hasta la comida para los perros y se asesoró muy bien con una ONG. Dormimos en una casa que nos dejaron unos amigos. Lo pasamos muy bien juntos", explicó.

Agencias



Aitana se protegió con mascarilla y botas. En la imagen, con la camiseta de la ONG World Central Kitchen.

Aitana

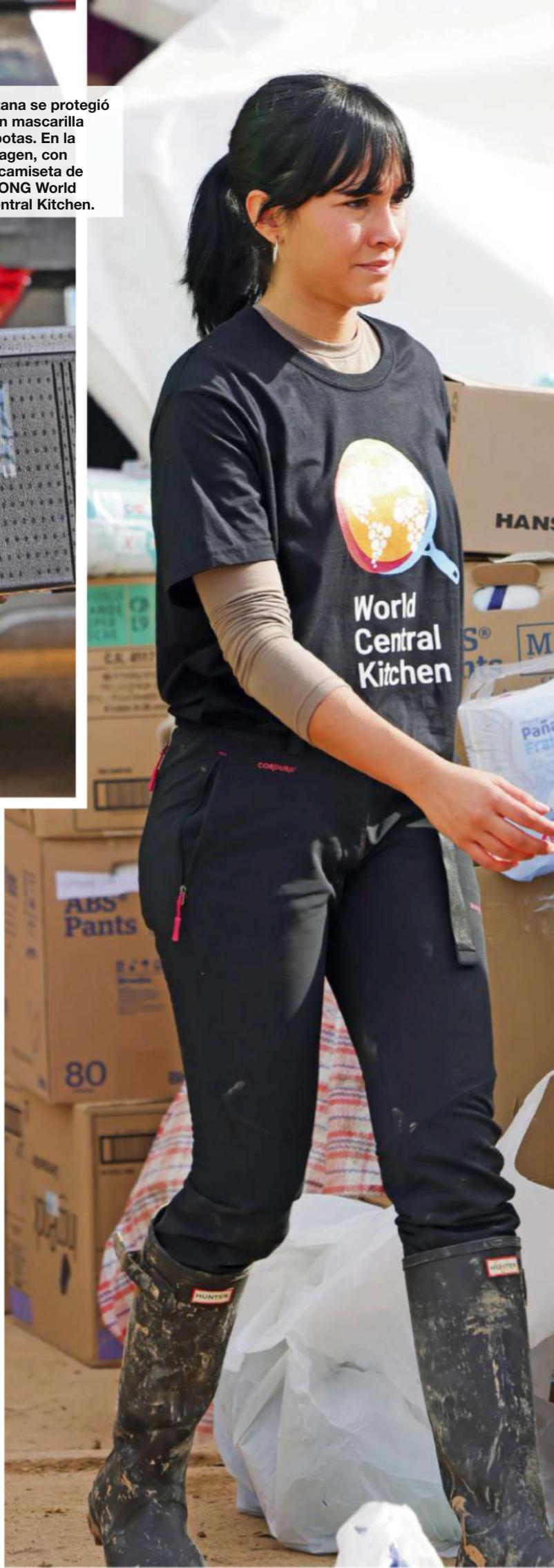
una voluntaria más en Valencia

La cantante quitó barro en Catarroja con una pala y después repartió comida junto a la ONG de José Andrés. También arrimaron el hombro Anita Matamoros, Anna Ferrer y Paz Padilla.

Cuando se desató la tragedia, Aitana confesó en redes que estaba hablando con su equipo para ver cómo ayudar. Y después de protagonizar estas imágenes, está claro que sus palabras no fueron posturero: la estrella pop se calzó las botas para trabajar como voluntaria en Valencia. No quería ser noticia, y no ha publicado nada en su Instagram, pero un vecino de Catarroja ha querido desvelar lo bien que se portó

la cantante con los vecinos. "Ella no quería que se supiera, pero primero nos mandó un camión con ayuda. Y después, el día 8, vino con un grupo de voluntarias y ha estado con una pala quitando barro desde las nueve de la mañana", explicó. En la imagen, ayudando también con la organización de José Andrés, World Central Kitchen, que reparten comida caliente en todas las zonas afectadas.

Agencias





Tras el triste fallecimiento de su hermano, Paz Padilla fue de las primeras en viajar a Valencia para ayudar.



Una visita viral

Rosalía quería pasar desapercibida, pero es imposible para una estrella mundial como ella. En la imagen, junto a voluntarias de Cruz Roja.



Las influencers Anita Matamoros y Anna Ferrer también han echado una mano para organizar los suministros que llegan a las zonas más afectadas.

Carmen fue la que dio la voz de alarma de la desaparición del empresario, que viajaba con otras tres personas desde Chiva cuando les pilló la riada.



Carmen Alcayde

rota en el adiós a su tío fallecido por la DANA

La periodista era familia de Miguel Burdeos, presidente de Deliplus y Bosque Verde. "Un buen hombre con un trágico final", ha escrito en sus redes.

Doce días después de denunciar su desaparición, la familia de Miguel Burdeos recibió la peor de las noticias. El empresario, desaparecido tras la DANA en Valencia, fue encontrado sin vida. Era el presidente de SPB Global Corporation, la empresa valenciana que suministra a Mercadona productos de limpieza (Bosque Verde) y cosmética (Deliplus) y tío lejano de Carmen Alcayde –era el hermano de su tía política, la mujer del hermano de su madre–.

Aun así, la periodista está rota y así lo ha hecho público en redes, donde ha compar-



UNA BONITA DESPEDIDA

Carmen subió a sus redes este storie en el que se despide de su tío. "Un buen hombre con un trágico final que no se merecía, como ninguno de los que se nos han ido con la DANA".

tido una foto del empresario acompañada de un sentido texto: "Un buen hombre con un trágico final que no merecía, como ninguno de los que se nos han ido con la DANA. Mi más sentido pésame a mi tía Clara, que ha perdido a su hermano, y a la mujer, hijos y nietos. Descanse en paz".

Emma, emocionada

Emma García fue la primera en darle el pésame a Carmen en directo. La presentadora de "Fiesta" se rompió al tener que hablar de ello. Aprecia muchísimo a Carmen, con la que comparte plató.

DM/Fotos: Agencias

Todos los beneficios de una completa sesión
de MASAJE Y RELAX ¡SIN SALIR DE CASA!



ULTRA CONFORTABLE:
interior con **MEMORY FOAM**

- **4 MODOS** de **MASAJE**
- **3 INTENSIDADES**
- **FUNCIÓN CALOR**
- **SESIONES** de **15 MINUTOS**
- Diseño **AJUSTABLE**
- **SIN CABLES**
- **TEJIDO SUAVE:**
desenfundable y lavable



Garantía Internacional: 3 años

- Medidas: 26 x 22,5 x 11 cm
- Peso: 545 g
- Batería de litio recargable integrada

40% DESCUENTO

ANTES ~~99€~~
AHORA SÓLO **59,40€**

(más 4,95€ por gastos de envío)

Masajeador
CERVICAL SHIATSU



CERVICAL SHIATSU combina los efectos del masaje con la función calor para aumentar su eficacia.

- ✓ Reduce la tensión muscular
- ✓ Calma las molestias cervicales
- ✓ Alivia el dolor de contracturas

¡UNIDADES LIMITADAS!
902 107 902

Oferta válida solo para Península, Baleares y Canarias

GALERIA
DEL COLECCIONISTA

Avda. de Manoteras, 50 • 28050 Madrid
www.galeriadcoleccionista.com



Bodegón solidario

La madre de Felipe VI junto a "Still Life", el cuadro que el pintor colombiano Fernando Botero donó a la Fundación Reina Sofía. Se subastará en Sotheby's Nueva York el próximo 21 de noviembre.



PREMIÓ A GUSTAVO DUDAMEL

En su viaje a Nueva York, planificado antes de la tragedia de la DANA, la emérita entregó el Premio Sofía a la Excelencia 2024 al director de orquesta venezolano Gustavo Dudamel. Un galardón a su compromiso en ampliar el acceso a la música clásica a nuevas audiencias. También se le concedió por su trabajo filantrópico a través de su fundación, en la que está muy implicada su mujer, la actriz española María Valverde.

No es ajena a la situación que está viviendo Valencia tras el paso de la DANA, y en su viaje a Nueva York la reina emérita se acordó de las víctimas. Doña Sofía acudió a la Gran Manzana para asistir a la exposición de "Still Life", un bodegón que Fernando Botero donó a la Fundación Reina Sofía antes de su fallecimiento, y que se subastará en Sotheby's. La recaudación irá destinada íntegramente a la Federación Española de Bancos de Alimentos para adquirir leche, alimentos infantiles y aquellas otras necesidades que puedan precisar los Bancos de Alimentos de

las zonas afectadas por el devastador temporal.

Una iniciativa que se suma al fondo de emergencia de 50.000 € con el que la Fundación de la madre de Felipe VI, a través de la Federación Española de Bancos de Alimentos (FESBAL), ha ayudado a las víctimas. Ya se han donado más de un millón de litros de zumo y leche, miles de kilos de alimentos infantiles, equipos de frío necesarios para la conservación y distribución de alimentos frescos perecederos y se han realizado campañas de comunicación para fomentar la colaboración.

Fotos: Fundación Reina Sofía y Agencias

A close-up portrait of Queen Sofia of Spain. She has short, wavy, reddish-brown hair and is wearing a dark green velvet jacket over a patterned blouse. She is smiling and looking slightly to her left. In the background, there is a wall with some text and a large, dark, circular object.

Cuando en España los Reyes alentaban a las víctimas de la DANA, a Doña Sofía le tocaba representar a su Fundación en Nueva York (EE UU) con la muestra del cuadro de Botero, premiando a Gustavo Dudamel y en la presentación de un proyecto del Queen Sofía Spanish Institute.

Doña Sofía

subasta un cuadro para los Bancos de Alimentos

El dinero recaudado por la obra, en su día donada a la Fundación de la reina emérita por el fallecido Fernando Botero, se sumará a los 50.000 € ya destinados a la población afectada por la DANA en Valencia.



La actriz acudió a la gala para recoger el premio especial del público a "La Promesa". Allí habló del drama que vive su familia política tras la DANA.

María Castro

"La familia de mi marido lo ha perdido todo con la DANA"

La actriz acudió a la primera gala de los Premios "In style en Serie" para recoger el galardón a La Promesa. No pudo reprimir lo que siente tras el drama vivido por la DANA.

El pasado 5 de noviembre se celebró en Madrid la primera edición de los "Premios InStyle en serie". Unos galardones que premian los mejores trabajos audiovisuales de nuestro país. A la ceremonia, celebrada días después de la tragedia de la DANA, acudieron muchos famosos que se acordaron de las víctimas, como María Castro, que recogía un premio por la serie que protagoniza, "La promesa", y cuyo relato nos dejó impactados. "Mi marido es de Torrent y la familia de mi marido es de Paiporta, lo han perdido todo. Son todos de allí, yo soy de la Terreta por la parte que me toca. Estamos un poco desolados, en un estado de shock". Y no es extraño porque cuando se produjo la tragedia tardaron en saber si su familia estaba a salvo: "Con sus padres, cuando saltó todo, nos quedamos sin comunicac-

ción. Por lo que veíamos en las noticias, la zona de ellos no estaba siendo afectada, pero claro, hasta que no hablas con ellos... Fue al día siguiente, a través de su hermana, que supimos que estaban a salvo. Pero allí es todo terrible, desolador. Según el hermano de José, todo lo que veías en la tele que es horrible, no se parece en nada a lo que se vive allí; el silencio, el olor, todo..."

"Vivían en casas bajas"
María incluso se sentía mal por estar en la fiesta con todo lo que sigue pasando... "Estoy impactada por estar aquí vestida de largo, digo, ¿pero qué hago aquí...? Mi familia de Paiporta vivían en casas bajas y lo han perdido todo, sus negocios y, por supuesto, sus coches. Es mi familia. Me están enviando todo el rato mensajes. Hay gente que lo está pasando mucho peor". ▶





Pareja de guapos

Kira Miró ejerció de maestra de ceremonias de la gala ante la atenta mirada de su chico, el también actor Salva Reina.

Alberto y Laura Caballero, los ganadores del Premio Especial a la Mejor Pareja Profesional.

La actriz Petra Martínez entregó el premio a su amiga Loles León.

LOLES LEÓN Y PETRA MARTÍNEZ

PROTAGONIZARON EL MOMENTO MÁS DIVERTIDO DE LA NOCHE

► Kira Miró no tiene familia en Valencia pero se mostró muy afectada con la tragedia. La actriz, que ejerció de maestra de ceremonias de la gala, dejó claro que estos premios son también un homenaje a las personas que lo han perdido todo debido a las inundaciones.

Laura Caballero, que recogió un premio junto a su hermano, también hizo referencia a este asunto sobre el escenario: "Este premio se lo vamos a dedicar a la gente de Valencia porque les han quitado las ganas de reír y se las tenemos que devolver lo antes posible".

El momento divertido

Por el escenario fueron subiendo María Pedraza, ganadora del premio a la Actriz española con mayor proyección internacional, Hannah New, Mejor actriz internacional, y el premio De honor, lo recibió Loles León, de mano de su gran amiga Petra Martínez. Juntas protagonizaron el momento más divertido de la noche al cantar "Si nos dejan".

La actriz británica Hanna New, Mejor actriz internacional, dedicó el premio a las mujeres: "Me gustaría agradecer este premio a mi red de mujeres, que me apoyan e inspiran cada día". Para cerrar la gala, el elenco de "Machos alfa": "Seguro que algunos os sentís un poco frívolos por estar aquí esta noche, pero lo que hacéis es importante porque si no hace la vida mejor, por lo menos la hace más entretenida". Y así fue.

DM/Fotos: Agencias

Juana Acosta eligió un dos piezas con chaqueta estampada y falda negra. A la dcha., la actriz Manuela Velasco.

A la izda., la actriz Alicia Borrachero. A la dcha. María Pedraza, ganadora del premio a la Actriz española con mayor proyección internacional.





Luis y Luisa, vestida de Tod's, llevan once años juntos y tienen dos hijos. La pareja está feliz de compartir ahora nueva película.



Luis Tosar y Luisa Mayol

amor dentro y fuera de la pantalla

Los actores se mostraron felices de promocionar “Amanece en Samaná”, donde interpretan a una pareja.

Tenían muchas ganas de volver a trabajar juntos y les llegó el proyecto perfecto: “Amanece en Samaná”. El rodaje fue en verano, en un resort de lujo en República Dominicana y podían llevarse a sus dos hijos, León y Luana, de ocho y cinco años. ¿Cómo decir que

no a semejante ‘caramelo’? La pareja presentó en Madrid la película, y demostró que tiene complicidad total tanto dentro como fuera del trabajo. “Es muy fácil trabajar con Luis, es mi marido y lo amo, pero además siento muchísima admiración por él. Es un tremendo actor-

zo, nada puede salir mal a su lado. Los niños, además, se lo pasaron fenomenal, fue el verano de sus vidas”, reconoció la actriz chilena. Mayol aseguró que sus peques todavía no entienden demasiado su profesión. “Los protegemos bastante, todo el tema de las pantallas, vivimos a las afue-

ras... No están en una burbuja, pero sí tenemos cuidado”, dijo. Luis y Luisa compartieron alfombra roja con los otros dos protagonistas de la película, Luis Zahera y Bárbara Santa-Cruz, que también hicieron gala de llevarse de maravilla.

Agencias

Carlos Sobera

“El secreto para que una pareja dure pertenece al Olimpo”

Matías Roure, Laura Boado y las gemelas Cristina y Marisa Zapata acompañan al presentador en “First Dates”, que acaba de celebrar 2.000 programas.

Acaban de celebrar los 2.000 primeros programas de “First Dates”, y los que les quedan. Después de ocho años de emisión, el programa sigue triunfando en Cuatro, pese a competir esta temporada con dos access prime time tan potentes como “El hormiguero” y “La Revuelta”, las “joyas” de Antena 3 y La 1 respectivamente. Carlos Sobera, el alma del dating show, que casi supera el millón de espectadores diarios, no puede estar más que agradecido por un formato que este verano hasta tuvo su versión “First Dates Hotel”, en Telecinco. Y como experto en relaciones amorosas, puede hacer estas afirmaciones: “El secreto para

que una pareja dure toda una vida no existe, pertenece al Olimpo”. Asegura, además, que no sabe cuándo las parejas saldrán juntas o no: “No hago porras”. Y confiesa: “No juzgo por las apariencias, es un error brutal”.

Citas memorables

Sobre las citas que han tenido lugar en el restaurante del amor, explica: “Han sido muchas, pero recuerdo a la chica y el chico con síndrome de Down, un ejemplo de ternura; a alguna pareja muy mayor; y especialmente a Platinia (que se consideraba “de otro planeta”), sabíamos que habría un antes y un después en “First Dates”.

Agencias



Carlos, que además de presentar actúa y es productor teatral, rodeado de Matías Roure, Laura Boado, Cristina y Marisa Zapata.

ESCRITORA

Ángela Vallvey

“Por ser impulsiva he perdido oportunidades. No tengo filtro”

Por Valeria Vegas FOTOS: ANA RUIZ AYUDANTE: SARA GUILLÉN

¿Quién es ella?

NACIÓ en San Lorenzo de Calatrava, Ciudad Real, en 1964.

TRAYECTORIA: Licenciada en Historia Contemporánea y Doctora en Derecho, su carrera como escritora comenzó publicando novela juvenil y luego poesía, en donde destacan “Extraños en el paraíso” y “Epidemia de fuego”. En 2002 obtuvo el Premio Nadal por la novela “Los estados carenciales”, al que siguieron otros galardones como el Premio Ateneo de Sevilla, el Barcarola de Poesía, la Medalla de Oro de Castilla La Mancha o la Medalla de Cultura de la Comunidad de Madrid. En 2005 comenzó a colaborar en televisión en el programa “Nada que perder”, de Paramount, y ha participado en otros formatos como “D-Calle”, “Amigas y conocidas”, “El gran debate” y desde hace dos años en “Y ahora Sonsoles”. Con más de una veintena de títulos, acaba de publicar “Cuentos para dormir más y mejor, para adultos de todas las edades”.

FAMILIA: Confiesa estar casada con suerte y tener una hija humana. También tiene un hijo perruno, que conforma la parejita.



Angela Vallvey tiene nuevo libro bajo el brazo, “Cuentos para dormir más y mejor, para adultos de todas las edades”. La escritora resulta una analista perfecta porque tiene la capacidad de saber escuchar y leer entre líneas, a la vez que reflexiona siempre con agudeza y sentido del humor, algo de lo que presume y ejercita a conciencia. Nos vemos fuera del plató de “Y ahora Sonsoles”, donde ha comenzado su tercera temporada como colaboradora, en un medio que en absoluto le resulta ajeno.

-Siendo tu nuevo libro “Cuentos para dormir más y mejor”, y habiendo escrito novela y poesía, ¿podríamos decir que ahora eres cuentista?

-Pues sí, pero no son cuentos al uso, porque son sueños que parecen cuentos, y cuentos que son como sueños. Para mí los cuentos son parecidos a la poesía, y en este caso intentan tener la magia del cuento de toda la vida, que te servía para dormir.

-Hace dos años colaboras semanalmente en “Y ahora Sonsoles”, pero ¿cómo fue tu llegada a la tele?

-Empecé en 2005 en un programa de Paramount que se llamaba “Nada que perder”, con Dani Mateo y Ricardo Castella, que está ahora con Broncano. Aquello era algo muy loco, muy friki y muy divertido. ¡Qué pena que no se puedan recuperar esas cosas! Y ya luego no he parado, con algunos altibajos, pero ya desde entonces siempre he hecho colaboraciones en televisión. ▶



Ángela y Valeria quedaron en casa de la escritora para la entrevista.





Ángela tiene nuevo libro bajo el brazo, "Cuentos para dormir más y mejor, para adultos de todas las edades".

► -El público desconoce que durante el programa de "Y ahora Sonsoles", estás tomando notas constantemente, intuyo que capturando ideas. Es algo que me fascina cada vez que coincidimos.

-Tengo un montón de cuadernos de notas, y siempre uno en el bolso. De hecho, me mudé hace un año y pico, y en la mudanza perdí de vista todos esos cuadernos de notas que tengo, que son desde el año de la Piquer, y casi me dio una depresión. Estuve deprimida hasta que aparecieron. Siempre tengo mi cuaderno al lado, que es un almacén de ideas. Lo que no he sido capaz es de escribir diarios.

-Pues con lo reflexiva que eres, es algo que te pega mucho...

-Los diarios me superan. Lo intenté cuando era pequeña pero nunca he sido capaz de llevarlo. Me parece una cosa monótona y hay un asunto de pudor. Si escribes un diario tienes que escribir intimidades, tienes que desnudarte. Y ese striptease delante de ti misma resulta incómodo a veces. Pero las notas sí, las notas, porque apunto ideas, frases, cosas de ingenio, de humor, de futuros desarrollos como ensayísticos, de todo.

-Hay que decir que tu nuevo libro tiene ese humor característico de su autora. ¿De dónde te viene esa ironía y esa socarronería de la que haces gala?

-Siempre he tenido sentido del humor y de hecho lo utilizo en mi propia vida. No tengo duplicidad, soy igual de cara a un programa de televisión que en mi vida privada, y creo que sin humor la vida se convierte en una tragedia. Si tienes que elegir entre la tragedia y la comedia, mejor quédate con la comedia.

-Eres también una mujer impulsiva ante los temas que te commueven. ¿Siempre has sido tan justiciera?

-Sí, de siempre. Y por ser tan impulsiva he perdido grandes oportunidades, porque nunca he tenido filtro, como dicen ahora. O lo de "no te signifiques", que decían las madres antiguamente. Pues eso conmigo no ha ido. Me he significado, y el tomar postura en el mundo en el que vivimos, conlleva muchos riesgos y consecuencias. Pero tu tranquilidad de conciencia y tu karma te lo agradecen.

-Eres escritora multipremiada. ¿Alguna vez se te subió el éxito a la cabeza?

-Cuando me decían que tenía muchos premios siempre contestaba con humor, que no todos los que me merezco. A veces el humor es difícil captarlo y alguno me tomaría por vanidosa. Los tengo, y a veces he optado a otros que finalmente no me han dado. Lo que pasa es que vivimos un mundo bastante áspero y los premios te van ayudando a soportar una carrera que es dura.

-¿Y a qué sabe el reconocimiento?

-Me da como vergüenza, porque por una parte es algo muy valioso, pero, por otra parte, piensas en cómo te van a mirar y que al estar expuesta a lo mejor no vas a estar a la altura. Lo que es el síndrome del impostor, que a mí de vez en cuando sí que me ataca.

-Pues precisamente tienes una trayectoria que te avala. ¿Qué es lo más difícil de esa carrera?

-El mantenerte ahí. Nunca he ido de artista, ese papel no me lo arrogo, pero empatizo con ellos. El demostrar tener una valía y, sin embargo, con el tiempo o son cancelados o son olvidados y despreciados, porque vivimos en un mundo muy rápido y muy evanescente. Y hay gente que se queda por el camino y es difícil mantenerte ahí pedaleando en la rueda del hámster, el seguir publicando.

-Confiésame una virtud, y ya que estamos, también un defecto.

-Mi mayor virtud es que sé leer el mundo y la realidad. Mi especialidad es la lectura, más que la escritura. El saber verlas venir, interpretar lo que hay alrededor. Y defecto es que no tengo uno mayor, tengo tantos que juntos hacen una bomba de defectos. Soy maniática y obsesiva. Intento mantener el orden, pero soy un verdadero caos. De esas personas que entran en la habitación, está muy ordenada, pero abres el armario y te cae todo encima.

-Antes era muy habitual ver a escritores en televisión, como Cela, Umbral, Antonio Gala o Terenci Moix. Para mí, tú estás en esa línea. ¿Por qué crees que se ha perdido esa buena costumbre?

-Me halaga mucho y es una buena observación, pero ¿sabes qué pasa? que la televisión, como todo en la vida, se ha democratizado. Quiere decir que se ha llenado de gente corriente, que es la protagonista verdadera de la vida.



"No tengo duplicidad, soy igual de cara a un programa de televisión que en mi vida privada"

► ¿Quién iba a pensar hace no tanto que iba a interesar la vida de tu vecino? En aquella época se buscaba gente notable y ellos tenían personalidades con mucho carácter, pero eso se ha perdido.

-**Tus intervenciones son de las que no dejan a nadie indiferente. ¿Alguna vez te muerdes la lengua?**

-La tengo troceada de los mordiscos que me pegó. A veces me callo porque vivimos en una época muy dura, y tú lo sabes, en la cual sales en una pantalla diciendo buenas tardes y hay diez mil personas en su casa que dicen, pero ¿qué está diciendo? ¿Buenas tardes? Pero ¿cómo se atreve a decir buenas tardes? Intento verdaderamente no ofender a nadie pero hay veces que el humor me lleva a hacer observaciones que le pueden resultar a alguien ofensivas. No pretendo nunca ofender, pero la vida tiene también su gracia y hay que ponerle a veces un poco de humor.

"Dejé de escribir cosas con mucho humor porque me daban muchos palos"

-Dedicas tu nuevo libro a los insomnes. ¿Qué tal concilia el sueño Ángela Vallvey y qué se lo quita?

-He tenido COVID persistente y me produjo problemas de alteración del sueño, por eso me interesé por el asunto y me he dedicado a investigar cómo utilizar el sueño curativo, el sueño guiado. No había tenido problemas de sueño nunca, hasta que tuve el COVID persistente, que al final, volviendo a tu pregunta, es lo que me quita el sueño.

-También se lo dedicas a Marta Robles, con la que trabajaste en televisión, al igual que con Inés Ballester o ahora con Sonsoles. ¿Qué destacarías de ellas?

-Son todas excelentes profesionales. La gente desde sus casas no sabe lo duro que es ese oficio, el estar delante y ejercer de presentadora. La gente tampoco sabe que hay horas de trabajo detrás, que lo preparan todo un montón de horas antes. Son mujeres muy fuertes, muy poderosas, que han conseguido superar muchos obstáculos para estar donde están.

-¿Eres de las que tienen placeres culpables?

-Sí, claro. De cosas que dices me encanta esto y me arrepiento, obvio. Los míos son muy básicos. Porque como me dicen en casa, mi familia, soy de instintos básicos, como la película. No tengo grandes sofisticaciones, me gustaría ser un poco más refinada, pero soy de las de comer el chocolate en el cuarto de baño, en la oscuridad.

-**Y crees que los escritores han tenido durante muchos años un mayor trato de favor que las escritoras?**

-Sí, y me da mucha rabia ese epígrafe de literatura femenina, que era una etiqueta peyorativa, y se encasqueta ya tan sólo porque escribía una mujer. Y si encima le añades el humor, consideraban que caías en lo más bajo. Yo dejé de escribir cosas con mucho humor porque me daban muchos palos. Mi amiga Ana María Matute, que era como un hada buena, me decía que eso siempre había ocurrido, desde joven, el tener que aguantar críticas y humillaciones. Por suerte, ese aspecto ha ido cambiando.

-En la pequeña pantalla transmites ser muy pragmática, pero me da que hay en ti una romántica empedernida.

-En realidad, intento cultivar el sentido común, porque pienso que si dejo que se me vaya la olla, puede ser tremendo. Soy soñadora, no lo puedo remediar, y por eso quizás he escrito poesía. Me considero fundamentalmente poeta en el sentido de la vida, como una actitud, porque además creo que se puede ser poeta sin tener que escribir.

-**¿Qué queda de aquella Ángela Vallvey que hace 22 años logró el Premio Nadal?**

-Creo que sigo siendo la misma. La vida me ha dado grandes revolcones y grandes satisfacciones. Sí que desde entonces tengo más experiencia, por supuesto, y creo que bien aprovechada. Aunque en otras ocasiones no me sirve de nada.

-**Y ya para terminar, ¿qué van a encontrar los lectores en estos "Cuentos para dormir más y mejor"?**

-Es como un viaje fantástico, del tipo del Mago de Oz, con unos personajes que son oníricos, pero con un fondo de reflexión sobre lo que son los sueños. Para encontrar sus claves y que mejoren tu vida.



SUS FAVORITOS

UNA CANCIÓN

“I will survive”, de Gloria Gaynor.

UNA PELÍCULA

“La vida de Brian”, de los Monty Python.

UN LIBRO

“Las aventuras de Tom Sawyer”, de Mark Twain.



MI FOTO FAVORITA

“Esta foto, de hace un año y medio, tiene un significado especial, porque fue el día después de hacerle una operación a mi chihuahua adoptado, Miko, que nos tuvo muy preocupados a todos en la familia. Afortunadamente, todo salió bien.”

ELLE

CALENDARIO DE ADVIENTO

EL REGALO IMPRESCINDIBLE DE ESTA NAVIDAD



VALOR REAL: 625 €

CONSIGUELO AQUÍ.
Incluye una selección top de 24 productos 'beauty'
imprescindibles y además, 12 números de la revista ELLE.
Todos los productos son formatos reales, no muestras.
Promoción válida sólo en Península y Baleares.



DIEZ MINUTOS

cuida de ti... y de tu bolsillo

TE AYUDAMOS A HACER LA CESTA DE LA COMPRA, COMPARAMOS LAS MEJORES OFERTAS DEL MERCADO, NUEVAS SOLUCIONES DE ENERGÍA, TODO PARA CUIDAR DE TI



Limpiar con seguridad

Sanidad ofrece recomendaciones para que los afectados y voluntarios que ayudan tras los destrozos de la DANA, limpien, coman y beban sin contaminarse.

Producto estrella

Secador y plancha de Corioliss

La edición limitada C3+Flow DC contiene la plancha C3 y el secador Flow DC. El secador contiene 2 boquillas que permiten trabajar cualquier estilo sea cual sea tu tipo de cabello. La plancha con placas de titanio extralargas garantizan un alisado suave y pulido en una pasada.

199 €

PATINETE ELÉCTRICO

Hay un decálogo sobre normas de uso de este vehículo para evitar irregularidades y siniestros. Si eres usuario, revisalo para cumplir la normativa y no cometer infracciones.

A woman is riding an electric scooter on a paved surface. She is wearing a blue jacket and white pants. The background is a yellow wall.



INTELIGENCIA ARTIFICIAL, ALIADA DEL PLANETA ¿Sabías que gracias a ella se pueden restaurar ecosistemas, encontrar plásticos en los océanos o lograr cosechas más eficientes?

TENDENCIAS

Sofisticación

LA ELEGANCIA Y EL LUJO ENVUELLEN LOS LOOKS DE ESTA TEMPORADA. ATRÉVETE.

**LUJO SUGERENTE**

Georgina Rodríguez vuelve a colaborar con la firma Guess. La marca presenta un bolso llamado Georgina, con una imagen muy sugerente de la influencer. El bolso está confeccionado en piel de pitón sintética, con un diseño sofisticado ofreciendo un aire de lujo y glamour. Está disponible en dos modelos y un gran abanico de colores.
guess.eu

**ATEMPORAL**

Reset Collection está pensado para acompañarte a la oficina, prendas minimalistas, fusionando comodidad y sofisticación en cada detalle. La colección respira un estilo atemporal que se adapta a tu ritmo de vida. Con líneas limpias y tejidos de alta calidad.

**OBJETO DE DESEO**

La familia Medici fue seguramente la que más patrocinó el arte y la arquitectura durante el Renacimiento, lo más parecido a unos royals a la italiana. Esta diadema-corona es de la firma La Double J, inspirada en ellos, en jacquard de seda (120 €).

ladoublej.com

EXQUISITEZ

La unión entre Tamara Falcó y Falconeri vuelve una temporada más para reflejar la elegancia y exquisites del estilo de la socialité junto a la artesanía y el saber hacer de la firma italiana de cashmere. El impecable trabajo de las prendas de Falconeri han cautivado a la marquesa de Griñón con su encanto inigualable y su aura de distinción.

falconeri.com



DE CEREMONIA

En otoño también hay bodas y eventos a los que acudir como invitada. Con este look acertarás con total seguridad.



VESTIDO
de H&M,
25,99 €



PENDIENTES
de Bijou
Brigitte, 5,95 €



BOLSO
de Sfera,
17,99 €



BRAZALETE
de Bijou
Brigitte, 17,95 €

look TOTAL
87,88 €



SANDALIAS
de Primark,
20 €

SHOPPING

Ceremonias de otoño

SER LA INVITADA PERFECTA ES MUY FÁCIL CON LAS PROPUESTAS DE ESTE ESCAPARATE.



PENDIENTES
de Bendita Eva, 44 €

VESTIDO
de Lauren Ralph Lauren, 229,95 €



BOLSO
de Pedro Miralles, 49 €



PULSERA
de oro de Tous, 169 €



ANILLO
de Luxenter, 129,90 €



RELOJ
de Festina, 139 €



ZAPATOS
de Lauren Ralph Lauren, 149,95 €



KENDALL JENNER



VESTIDO
de Hugo Boss,
299 €



CHAQUETA
de Zara, 59,95 €



ABRIGO
de Mango, 159,99 €



BOLSO
de Volum, 59 €



MERCEDITAS
de Guess,
145 €



PANTALÓN
de Zara, 29,95 €



MINI VESTIDO
de Sister Jane,
109,99 €



BLUSA
de Mango,
29,99 €



TOP-CAPA
de Adolfo
Domínguez,
189 €



PANTALÓN
de Adolfo
Domínguez,
149 €



CLUTCH
de Menbur,
35,95 €



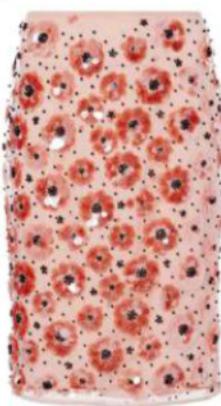
PENDIENTES
de Tous, 299 €



ZAPATOS
Tory Burch,
580 €



BRAZALETE
de Parfois,
35,99 €



oferta
estrella

Falda con
pedrería de
Rotate para
My Theresa
270 €

**ZOOEY DESCHANEL
BARDOT BANGS**

Inspirado en la icónica Brigitte Bardot, se caracteriza por su apariencia suave y voluminosa, dividida ligeramente en el centro. Este flequillo añade un toque retro pero atemporal, ideal para quienes buscan un look casual y elegante al mismo tiempo. Es perfecto para suavizar las facciones del rostro y dar un aire juvenil.

**Sabrina Carpenter****SABRINA BANGS: VERSÁTIL Y JUVENIL**

Inspirado en la joven estrella Sabrina Carpenter, el Sabrina Bangs es un flequillo cortina con raya en medio, que enmarca el rostro de manera suave y natural. Este estilo es ideal para quienes tienen un rostro en forma de corazón o una frente más amplia, ya que ayuda a equilibrar las proporciones y añade un toque juvenil y fresco.

**ZENDAYA
FLEQUILLO RECTO "CHER"**

El flequillo recto, popularizado por la icónica cantante Cher, es perfecto para quienes buscan un look elegante y definido. Es especialmente favorecedor para rostros alargados, ya que ayuda a acortar visualmente la frente, creando un equilibrio armónico en el rostro. Es un flequillo sólido y recto, que se asienta de manera precisa sobre la frente, dándole una apariencia dinámica y sofisticada.



¡Bienvenido flequillo!

DESDE EL GLAMOUR RETRO DE LAS BOMBSHELL BANGS HASTA LA ELEGANCIA DE LOS SABRINA BANGS, TE MOSTRAMOS LAS TENDENCIAS MÁS DESTACADAS.

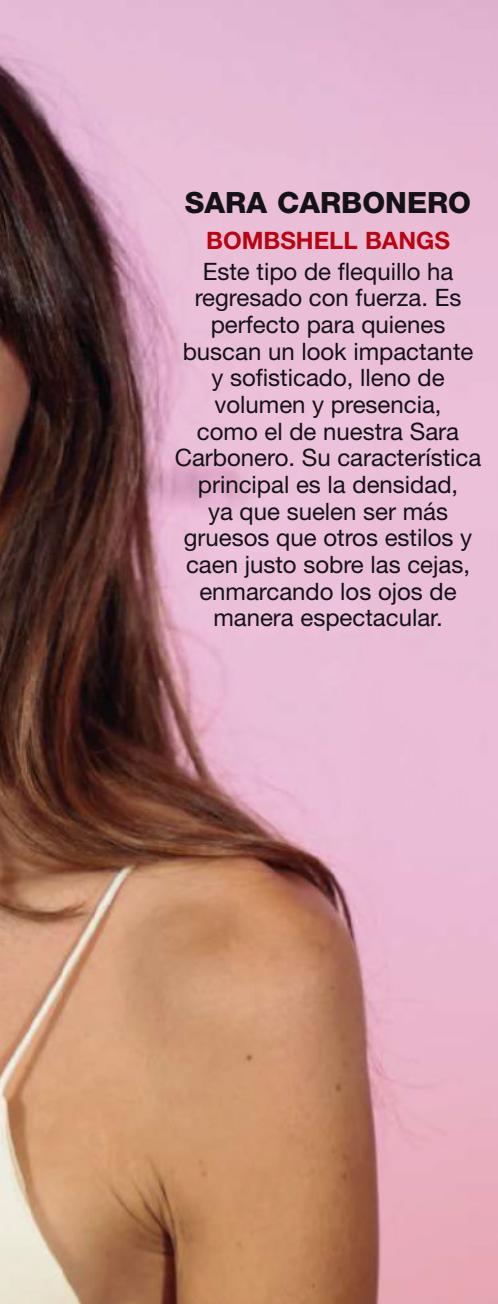
Este otoño, los flequillos han vuelto con fuerza y además son más versátiles que nunca, adaptándose a diferentes estilos y personalidades. Desde el glamour clásico de las BombsHELL Bangs hasta la suavidad de los Shadow Bangs, hay un flequillo para cada tipo de rostro y ocasión. Consultamos a tres expertas: Conchi Arias, fundadora de Campos Curlyhair, en Granada; María José Llata, presidenta de Intercolffure

España y directora de la peluquería Llata Carrera, en Cantabria; y Charo García, directora de Iilitia Beauty&Science en Balmaseda (Vizcaya), y las tres coinciden en que el secreto para lucir estos looks con éxito es adaptarlos a tus características personales y llevarlos con confianza. Muchas de nuestras famosas ya apuestan por estos flequillos, como Sara Carbonero, Zendaya, Zooey Deschanel o Sabrina Carpenter. ¡Ficha el tuyo!

SARA CARBONERO

BOMBSHELL BANGS

Este tipo de flequillo ha regresado con fuerza. Es perfecto para quienes buscan un look impactante y sofisticado, lleno de volumen y presencia, como el de nuestra Sara Carbonero. Su característica principal es la densidad, ya que suelen ser más gruesos que otros estilos y caen justo sobre las cejas, enmarcando los ojos de manera espectacular.



EL EXPERTO TE ACONSEJA...

Doctor, ¿los rellenos se reabsorben por completo?

Últimamente he escuchado que si te pones un relleno en la cara, se te queda una parte, cuando siempre se había dicho que actualmente son reabsorbibles. Estaba pensando en hacerme algo, ¿me fío?

Voy a explicarte a qué se debe eso que has escuchado, y empezaré diciéndote que puedes estar totalmente tranquila. Verás, las infiltraciones de hoy en día, de diferentes materiales, siendo el más utilizado el ácido hialurónico (pero tienes también la hidroxiapatita cálcica, el ácido poliláctico, etc...), son reabsorbibles, a diferencia de otros que se utilizaban en los años 90 y que dieron lugar a esos labios o pómulos desproporcionados, desplazados o con bultitos (granulomas).

Por tanto, hoy en día la medicina estética, y los rellenos, son muy seguros y temporales, de manera que si un resultado no te convence, no tienes por qué volver a usarlo. Es lo que se llama una huella estética positiva, en lugar de negativa, ahora que tanto se habla de este concepto.



DR. LEO CERRUD
Médico estético y nutricionista (Madrid)

Ahora bien, esto es así siempre que sigas los siguientes puntos que te voy a explicar: elegir a un profesional de la medicina estética, y que sea, efectivamente, médico, además de constatar que tiene amplia experiencia en la especialidad; no optar por volúmenes exagerados, sino proporcionados; respetar los tiempos entre las infiltraciones, aquellos que te marque tu médico y que estén estipulados por estudios contrastados. De esta manera, al relleno le dará su tiempo de reabsorberse.

Puedes estar tranquila porque las infiltraciones de hoy en día, de diferentes materiales, son reabsorbibles, a diferencia de otros que se utilizaban en los años 90

Champú
nutriregenerador
para cabello
seco de Labeau
Organic, 35 €.



Champú
alcalino de
La Mota,
27 €.



Producto
estrella

Secador y plancha de Corioliss

La edición limitada C3+Flow DC contiene la plancha C3 y el secador Flow DC. El secador contiene 2 boquillas que permiten trabajar cualquier estilo sea cual sea tu tipo de cabello. La plancha con placas de titanio extralargas garantizan un alisado suave y pulido en una pasada.

199 €

Champú y
Acondicionador
Equilibrante de
Moroccanoil, 28,50 €.



Acondicionador
Queratina, Jojoba & Karité de Anian,
26 €.



Magic Brush, de
Moncho Moreno,
24,90 €.

Las españolas no duermen suficiente

Supradyn ha realizado el estudio "Sueño & Mood" para medir las rutinas de sueño y de él se extrae un resultado: más de la mitad de las mujeres españolas no duerme las horas suficientes. En Bayer quieren poner remedio a este problema y ofrecen Supradyn Sueño Forte+ y Supradyn Sueño Gummies, en formato gominolas. bayer.com



El descubrimiento de Verónica Blume

La modelo y yogui Verónica Blume opta por un mundo más eco-responsable y apuesta por Labeau Organic, la marca de cosmética natural y orgánica que se fabrica en España y cuenta con más del 90% de ingredientes naturales y dermatológicamente testados. labeauorganic.com



080 Barcelona Fashion, comprometida

La 34ª edición de la semana de la moda catalana ha reafirmado su compromiso con la moda sostenible, responsable y de calidad y ha impulsado su internacionalización con unas cifras de récord con más de 17.500 personas acreditadas. 080barcelonafashion.cat/es



Pon a punto tus defensas

Afrontar el cambio de estación con un equilibrio entre energía e inmunidad es posible con Propolvit Defens por la combinación exclusiva de sus ingredientes, ya que contiene jalea real, propóleo, calostro (valorado en inmunoglobulinas), reishi, shiitake y vitamina B6 que contribuye al normal funcionamiento del sistema inmune y a la vez reduce el cansancio y la fatiga. Son viales monodosis fáciles de tomar. marnys.com



VALIDA te facilita la vida

Haz de tu casa un lugar accesible con las sillas salvaescaleras de VALIDA. Máxima seguridad, comodidad y confort al subir y bajar las escaleras. Sin peligro a caídas. Instala una silla salvaescaleras y mejora tu calidad de vida. Puedes solicitar presupuesto gratuito en el número de teléfono 900 41 40 00 y en valida.es



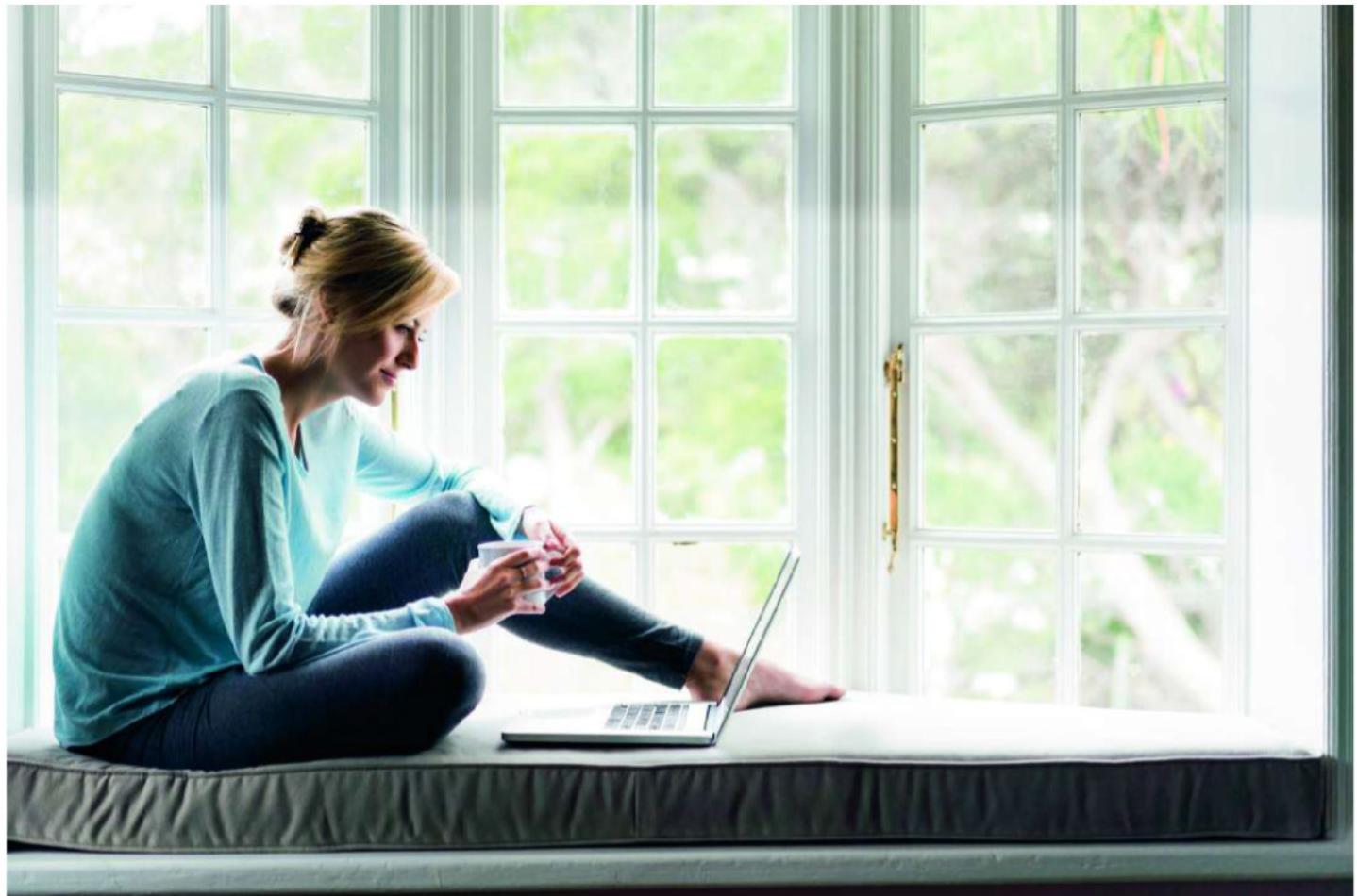
Coches y motos infantiles para regalar

Audi, Bentley, BMW... Puedes encontrar las mejores marcas en motos, coches, quads... multitud de modelos eléctricos que harán las delicias de los pequeños de la casa. Si te suscribes a su newsletter obtendrás un 10% de descuento en la primera compra. playkinkids.com

Nuevo Estilo

collection

El referente de la alta decoración, ahora online.



Nueva web, ¡descúbrela!
www.nuevoestilo.es



Los jóvenes, que nos han dado una lección brindando su ayuda, también necesitan protegerse.



Recomendaciones sanitarias para vecinos y voluntarios de la DANA

SANIDAD OFRECE CONSEJOS PARA LIMPIAR CON SEGURIDAD, COMER Y BEBER SIN CONTAMINARSE... Y OFRECE UNA LISTA DE SÍNTOMAS QUE REQUIEREN ATENCIÓN MÉDICA.

Ante lo sucedido en Valencia, Sanidad ofrece una serie de recomendaciones para los vecinos y voluntarios.

-Participación en la limpieza: Quienes tengan algún problema de salud (de tipo respiratorio o inmunodeprimidos), así como los niños y embarazadas no deberán participar en estas tareas.

-Ropa y protección: Se deben utilizar prendas que cubran brazos y piernas.

Además, la limpieza deberá realizarse con protección de nariz, boca, ojos y manos, utilizando mascarilla, protector ocular y guantes.

-Asearse con agua y jabón o gel hidroalcohólico tras retirarse los guantes, antes de los descansos, antes de comer y al finalizar los turnos de limpieza.

-Lavar la ropa contaminada con aguas residuales o de inundación con agua caliente y detergente. De otra manera, no la reutilice.

-Desconectar la electricidad y el gas para evitar incendios, electrocuciones o explosiones.

-En el caso de encontrar cadáveres... No tocar, tanto si son humanos como animales, y avisar a las autoridades.

-Consumo de agua. Seguir los consejos de las entidades locales. Si hay dudas, utilizar agua embotellada. Aquellos alimentos húmedos que no puedan limpiarse y secarse en menos de 48 horas deberán desecharse.

Si hay moho abundante, la limpieza deberá realizarse con protección. Y no se consumirá ningún alimento

que haya estado en contacto con el agua de la inundación, salvo latas de conservas, que habrá que secar y dejar una hora antes de abrir o almacenar.

-Ventilar las estancias todo lo posible.

-Limpiar paredes y suelos y desinfectar con lejía o productos similares. Y, por supuesto, retirar el agua estancada y los muebles y utensilios mojados.

-La basura y restos orgánicos, separados del contacto humano u otros objetos que vayan a entrar en contacto con estos.

-No utilizar dispositivos de combustión. Los generadores

CUIDAR A LOS QUE CUIDAN

Miles de personas siguen trabajando de manera voluntaria pese a las indicaciones de las autoridades. Ellas han estado expuestas y también han de tener cuidado ante posibles problemas de salud. No se considera necesaria una campaña de vacunación masiva, pero se ha reforzado la disponibilidad de vacunas, especialmente aquellas que podrían ser necesarias ante un aumento de la demanda (tétanos, difteria) o posibles brotes (hepatitis A).



www.san.gva.es

ENTRANDO EN ESTE PORTAL WEB SE ACCDE AL FORMULARIO DE REGISTRO DEL PERSONAL SANITARIO QUE SE OFRECE A COLABORAR

que se empleen, que estén a más de 5 metros de distancia de puertas, ventanas o rejillas de ventilación.

-Si se usa una máquina de lavado a presión, asegurarse de que el motor quede fuera y a una distancia de al menos 5 metros de las puertas, ventanas o rejillas de ventilación. Y no dejarlo encendido cerca de las casas.

Solicitar ayuda

Sanidad cree que debemos pedirla **con estos síntomas:**

- Fiebre elevada y persistente.
- Diarrea o vómitos intensos o si implican deshidratación.
- Sequedad de boca o disminución de la orina.

- Dolor abdominal intenso.
- Coloración amarillenta de la piel y/o los ojos.
- Orina oscura.
- Tos persistente o dificultad para respirar.
- Erupciones rojas o púrpura en la piel que puedan indicar sangrado bajo la piel.
- Dolor de cabeza intenso o rigidez de cuello.
- Confusión, desorientación o agitación.
- Heridas abiertas o lesiones, especialmente si presentan signos de infección (como pueden ser enrojecimiento, hinchazón, secreción o dolor).
- Sentir un nivel de estrés o ansiedad que te sobrepasa.

ÚLTIMAS NOTICIAS



TONI NADAL, PADRINO DE "MOVIÉNDONOS POR LA VIDA"

Coinciendo con "Movember", el movimiento de concienciación sobre la salud masculina que se impulsa en noviembre, pacientes y profesionales sanitarios han presentado la campaña "Moviéndonos por la vida", que apadrinada por Toni Nadal, tío y entrenador de Rafa Nadal, pone el foco en el impacto positivo del deporte en los pacientes con cáncer de próstata.



UN ANÁLISIS DE SANGRE PARA DETECTAR EL ALZHÉIMER

La farmacéutica burgalesa Blanca Acha Santamaría ha descrito que determinados cambios en la metilación (un proceso químico) del ADN podrían utilizarse como potenciales herramientas "menos invasivas y más accesibles" para detectar la enfermedad de Alzheimer a partir de una muestra de sangre. En definitiva, un avance que permitiría una detección "más temprana y precisa" de esta dolencia.

Sabías
que...?

SOLTEROS, DIVORCIADOS Y VIUDOS, CON MAYOR RIESGO DE DEPRESIÓN

Las posibilidades de padecer este trastorno aumentan hasta un 86% entre los no casados, señala un trabajo publicado en la revista "Nature Human Behaviour" y realizado con una muestra de más de 100.000 individuos en 7 países



En España hay unos cinco millones de patinetes eléctricos que han calado entre los más jóvenes.

Decálogo sobre normas de uso del patinete eléctrico

ESTOS VEHÍCULOS DE MOVILIDAD PERSONAL LLEVAN AÑOS EN MARCHA, PERO DAN PIE A ALGUNAS IRREGULARIDADES Y SINIESTROS. AQUÍ TE RECORDAMOS LA NORMATIVA.

Parecían ideales para moverse en las grandes ciudades desde que hace unos años salieron a la venta, o en alquiler, pero los patinetes eléctricos son controvertidos. Aquí te recordamos algunos datos sobre estos vehículos de movilidad personal (VMP).

1. Son vehículos a todos los efectos y sus conductores están obligados a cumplir las normas de circulación.

2. Deberán circular por la calzada y los conductores de vehículos de motor tendrán que dejar al menos 5 metros de distancia de seguridad.

3. No pueden circular por las aceras, vías interurbanas, travesías, autopistas, autovías o túneles urbanos.

4. Los usuarios han de llevar de manera obligatoria un

casco homologado y tener al menos 16 años de edad.

5. Se deberá portar "al menos" un elemento luminoso o retroreflectante si hay poca visibilidad o de noche.

6. Sus conductores usarán siempre un brazo para advertir de las maniobras que vayan a realizar.

7. Los usuarios que necesiten este vehículo para trabajar llevarán un chaleco reflectante de alta visibilidad.

8. Los patinetes comercializados a partir del 22 de enero de este año necesitan un certificado de circulación y una identificación.

9. A partir de 2026, será obligatorio contratar un seguro de responsabilidad civil.

10. Algunas Comunidades restringen su acceso al transporte público.

Campaña de la DGT

PELIGRO EN LA ACERA

Con el slogan "Lo más peligroso es que no parece peligroso" y el hashtag #PorLaAceraNO, la Dirección General de Tráfico ha lanzado una campaña para concienciar en el respeto a la movilidad peatonal, recordando que las aceras son un espacio exclusivo para los desplazamientos a pie y que los patinetes deben circular siempre por la calzada, como el resto de vehículos. Se evitarían así muchos accidentes.



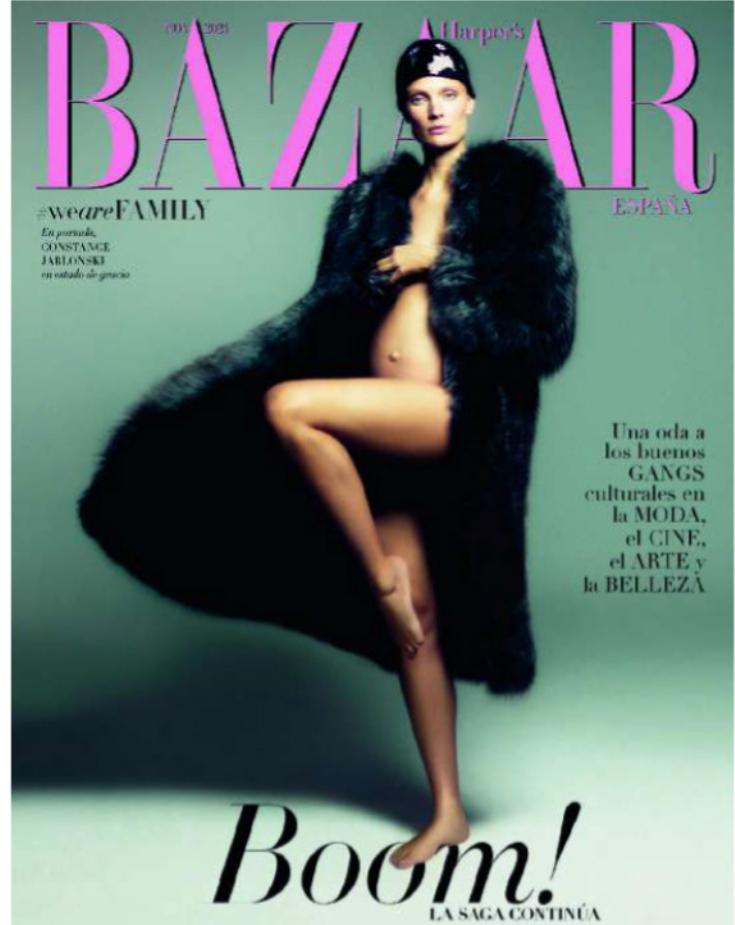
Prohibir el alquiler en Madrid

MULTAS, RETIRADA DEL VEHÍCULO...

El Ayuntamiento de Madrid quiere que los patinetes eléctricos de alquiler (6.000) desaparezcan de las calles, dado los problemas que ocasionan, sobre todo a los peatones. En la capital tres empresas ofrecen este servicio; una ha acatado la decisión municipal y las otras dos han recurrido. Las multas por infracción de la Ordenanza Municipal son de 1.500 € por vehículo y la retirada del mismo.



LECCIÓN DE ESTILO



ADEMÁS, REGALO BEAUTY



REVOLUCIONA TU PIEL
CON LA FORMULACIÓN MÁS AVANZADA

ELLE + HARPER'S BAZAAR + REGALO SÓLO 5,95 €



Un desayuno a base de yogur, cereales, plátano y almendras es rico en triptófano.

Alimentos para combatir la ansiedad

LA FORMA DE COMER Y LOS NUTRIENTES QUE INGIERES PUEDEN AYUDARTE A COMBATIR ESTE TRASTORNO, TE EXPLICAMOS QUÉ COMER PARA PREVENIRLO Y COMBATIRLO.

Todos sufrimos ansiedad en algún momento de nuestra vida. Es una reacción útil y necesaria, ya que nos permite estar alerta ante una situación de peligro o estrés, pero el problema se genera cuando se vuelve persistente. En este caso es fundamental la intervención de profesionales de la salud, pero hay alimentos que también ayudan a gestionarla.

Magnesio para la dopamina Los alimentos ricos en este mineral ayudan a

liberar serotonina y dopamina, ambos son neurotransmisores que colaboran en mantener un buen estado de ánimo. Espinacas, almendras o semillas de girasol son ricas en magnesio.

Triptófano para la serotonina Es un aminoácido que te ayudará a producir serotonina (la conocida como hormona de la felicidad). Algunos alimentos ricos en este aminoácido son el chocolate negro, carnes de pollo y pavo, huevos, lácteos, plátano, frutos secos...

Omega 3 para controlar el estrés Pescados azules, nueces (los estudios demuestran que su consumo mejora los niveles de depresión) y aceite de oliva son ricos en estos ácidos grasos saludables.

Vitamina B para una actitud positiva Los aguacates, huevos y legumbres contienen importantes cantidades de estas vitaminas que son básicas para mantener una actitud positiva.

Cafeína Un consumo moderado tiene efectos antidepresivos.

OFERTAS DEL SÚPER

Las cenas rápidas pueden ser variadas y ricas en vitaminas. En este caso optamos por una crema de verduras, pizza y fruta de temporada (mandarinas).

Apetecible, ¿no?



unide
supermercados

1,99€

Pizza a elegir:
de jamón y
queso, atún
y cebolla, 4
quesos...



1,79€

Mandarinas, Categoría I,
el kilo cuesta

Supeco
Tu Super Económico

2,25€

Crema de
grellos o
zanahoria
Santa Teresa,
400 ml

FROIZ
Sencilla y sana



Preguntamos a...

DAVID BUSTAMANTE

¿Te gusta cocinar?

Me encanta, y soy un gran cocinero.

¿Cuál es tu plato estrella?

El plato que más me piden son unas costillas coreanas que hago con picante. Me encanta la fusión mexicano-asiática. También hago una ternera marinada con jengibre y salsa de ostras buenísima. Se me dan bastante bien los arroces también.

¿Si solo pudieras alimentarte de una cosa, sería...?

Cualquier cosa que haga mi madre. No es comparable a nada: lentejas, cocido montañés, albóndigas... ¡Es que lloras!



La experta responde

¿ES SEGURO CONSUMIR QUESOS DE LECHE CRUDA?

En general sí, pero hay que tener en cuenta que los quesos de leche cruda suelen contener bacterias que pueden ser peligrosas para determinadas personas, como mujeres embarazadas, niños pequeños, personas inmunodeprimidas, ancianos o intolerantes a la lactosa.

LAS MEJORES TAPAS



Acaba de celebrarse la última edición de Tapapiés (en el madrileño barrio de Lavapiés), donde la tapa que ha obtenido el primer premio ha sido el "finger de pastela" de Souksou, seguido por la "coca caramelizada con berenjena sefardí" de Sr Matambre, y en tercer lugar el patacón venezolano de La Alpargata Vegana, en el Mercado de San Fernando.

Receta económica

Salmón en papillote

- 800 g de salmón
- 1 cebolla
- 80 g de dátiles
- 100 g de aceitunas
- 3 limas
- 0, 5 dl de ron añejo
- cilantro fresco
- aceite de oliva virgen
- sal y pimienta



Superalimento



JENGIBRE

Este tubérculo rizoso de fuerte sabor contiene multitud de propiedades: antiséptica, antioxidante, expectorante, antiinflamatoria y antimicrobiana. Además, ayuda a mejorar la circulación sanguínea y estimula la desintoxicación del cuerpo. Una buena forma de tomarlo es en infusión junto a zumo de limón y una cucharadita de miel.

1. Precalentar el horno a 200 °C. Pochar la cebolla picada a fuego lento en una sartén con dos cucharadas de aceite.
2. Exprimir media lima y rallar su piel. Cortar el resto de limas en rodajas. Picar las aceitunas y añadirlas a la sartén junto con el zumo de lima y su ralladura, los dátiles picados, una pizca de sal y pimienta y el ron. Mantener al fuego un par de minutos y retirar.
3. Salpimentar el salmón. Pintar con aceite los cuadrados de papel sulfurizado, colocar encima el salmón con la salsa de la sartén y las rodajas de lima. Espolvorear con cilantro picado, plegar el papel y hacer un paquete. Hornear 10 minutos.

El precio es de 5 €/ración

Inteligencia Artificial, una potente aliada a favor del Planeta

¿SABES QUE GRACIAS A ELLA SE PUEDEN RESTAURAR ECOSISTEMAS, ENCONTRAR PLÁSTICOS EN LOS OCÉANOS O HACER QUE LAS COSECHAS SEAN MÁS EFICIENTES? SIGUE LEYENDO...



La inteligencia artificial (IA) puede describirse como la habilidad que tienen determinadas máquinas de presentar similares (o superiores) capacidades de los seres humanos, como el razonamiento, el aprendizaje, la creatividad y la capacidad de planear. La IA ya desempeña un papel muy importante en sectores como la educación

o la salud, pero también es crucial en la protección del planeta. ¿Quieres saber cómo? Te contamos cómo la IA ayuda a la comunidad científica a mimar nuestro entorno.

-Monitorizar el medioambiente. La IA tiene capacidad para analizar un gran volumen de datos provenientes de satélites que monitorean nuestro entorno en tiempo real. Esto

incluye la calidad del aire, la deforestación, la biodiversidad o el agua.

-Optimización de la energía. Gracias a la Inteligencia Artificial se pueden mejorar la eficiencia de los edificios, y así poder gestionar mejor el consumo de energía.

-Agricultura sostenible. A día de hoy, la IA se utiliza en la agricultura para analizar datos sobre el clima, el suelo y las plantas para maximizar

los rendimientos mientras minimizan el uso del agua.

-Reciclaje y gestión de residuos. Gracias a la IA, se clasifican los materiales de forma más eficaz y se reduce la contaminación en vertederos. También ayuda a predecir patrones de consumo y gestionar mejor la cadena de suministros reduciendo el desperdicio.

-Desarrollo de materiales sostenibles. Los científicos



¿SABÍAS QUÉ?

En 1997, el supercomputador Deep Blue de IBM ganó al campeón mundial de ajedrez Gari Kasparov, y es uno de los momentos clave en la salida de la IA de los laboratorios y centros de investigación para entrar en lo cotidiano.



INSPECCIONES DE SU RED ELÉCTRICA

Naturgy lleva tiempo dando pasos en el ámbito de la IA. ¿Cómo puede aplicarse al sector energético? Por ejemplo, gracias a ella se puede reforzar la inspección de redes eléctricas y de gas con un uso optimizado de la información recopilada por drones y otros sistemas de vigilancia para llevar a cabo un mantenimiento preventivo. Así, y gracias a su alianza con la startup navarra FuVeX, la compañía se ha convertido en la primera energética española que emplea de forma regular este tipo de aeronaves no tripuladas en sus operaciones.



CONTRA LOS INCENDIOS FORESTALES

La Inteligencia Artificial también está siendo especialmente útil en el sector energético. Naturgy, por ejemplo, empezó en 2023 a instalar en su red eléctrica sistemas de vigilancia capaces de prevenir incendios forestales. UFD, la distribuidora eléctrica del grupo, comenzó a desplegar en España su solución Fire Detection para anticipar la detección de incendios y preservar del fuego a grandes masas forestales mediante un innovador sistema que aplica la Inteligencia Artificial a través del análisis de imágenes y datos tomados por cámaras instaladas en torres y tendidos eléctricos.

también se sirven de la IA para crear y desarrollar materiales menos dañinos para el planeta, que sean biodegradables.

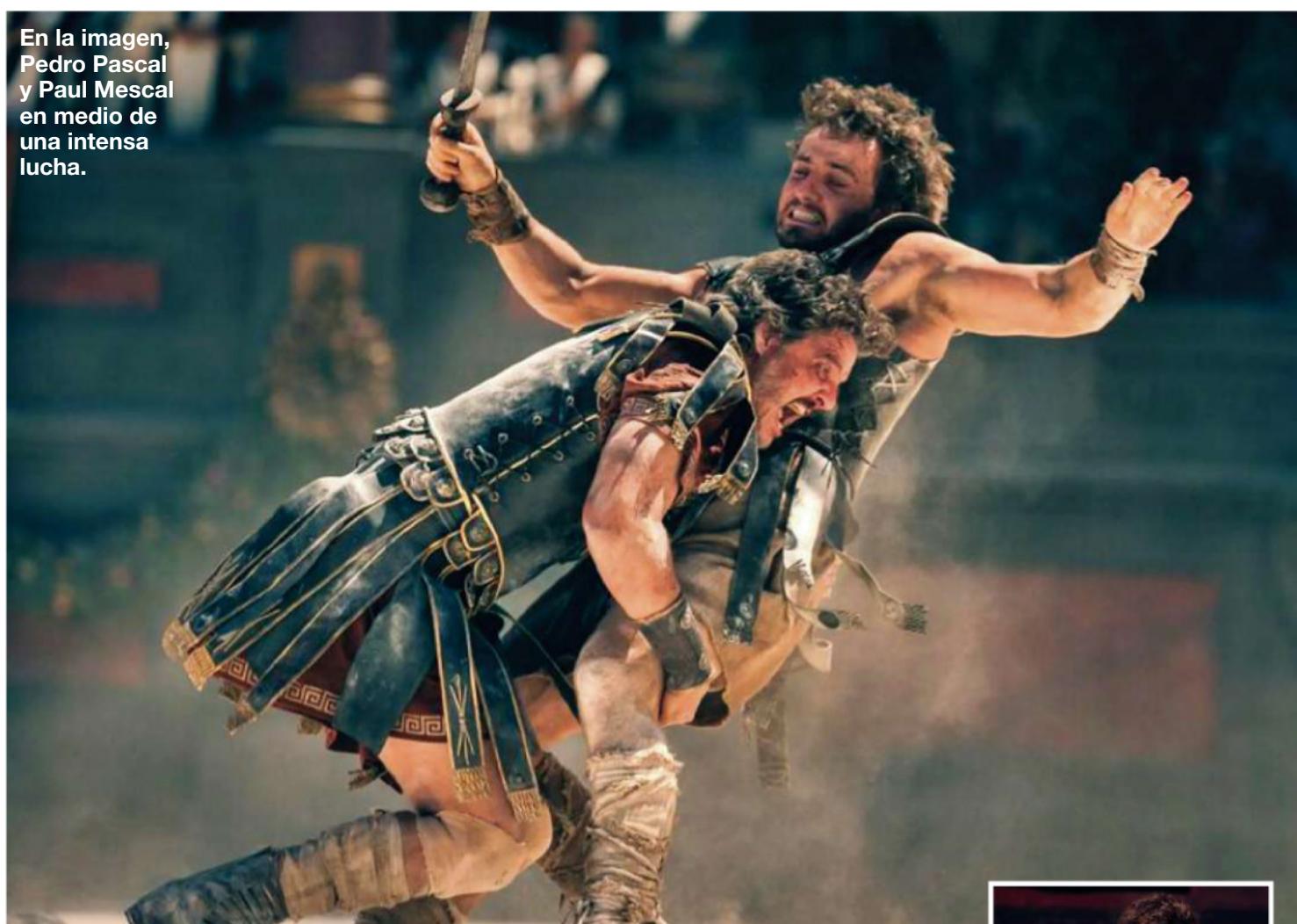
-Restauración de ecosistemas: La Inteligencia Artificial ayuda a analizar imágenes de satélites para identificar áreas degradadas y diseñar planes de restauración.

-Optimización de la pesca: Los modelos de IA tienen

la capacidad de predecir los movimientos de las especies marinas y ayuda a gestionar las cuotas de pesca. Esto puede evitar la sobrepesca, preservar los ecosistemas marinos y permitir una explotación responsable de los recursos acuáticos. Además, también se aplica la IA a la robótica submarina, que ayuda a mapear áreas con alta concentración de residuos plásticos en los océanos.

CINE

En la imagen, Pedro Pascal y Paul Mescal en medio de una intensa lucha.



Gladiator II

LA MÍTICA CINTA QUE PROTAGONIZÓ RUSSELL CROWE TIENE SECUELA, UNA PELÍCULA DE ACCIÓN PROTAGONIZADA POR PAUL MESCAL.

15 noviembre Director: Ridley Scott. Intérpretes: Paul Mescal, Pedro Pascal, Connie Nielse, Denzel Washington. **Aventuras.**

El director Ridley Scott estrenó en 1992 "Gladiator", una película que no solo arrasó en taquilla, sino también en premios. Su protagonista, Russell Crowe, se llevó el Oscar por su papel de Máximo. Ahora, 32 años después, Scott ha dirigido una secuela que promete ser tan buena como la primera. El protagonista en esta ocasión es Paul Mescal, conocido por la serie de televisión "Normal People" y por las grandes críticas que consiguió con su trabajo en "Aftersun". Mescal interpreta a Lucio, años después de presenciar la muerte de su admirado Máximo a manos de su tío.

El chico se ve forzado a entrar en el Coliseo tras ser testigo de la conquista de su hogar por parte de los tiránicos emperadores que dirigen la ciudad con puño de hierro, y deberá rememorar su pasado en busca de la fuerza y el honor que devuelvan al pueblo la gloria perdida de Roma. Denzel Washington y Pedro Pascal completan el reparto. "He disfrutado mucho, creo que es la película más grande en la que he trabajado. Te sientes como si estuvieras allí, en la Roma de entonces", aseguró Washington, que ya suena como posible candidato al Oscar por el papel.



¿SABÍAS QUE...?

GRAN PROYECCIÓN

Tiene 28 años, nació en Irlanda y, desde que deslumbró en "Aftersun", se ha convertido en uno de los actores de moda. Para el papel de Lucio tuvo que someterse a un estricto entrenamiento para ganar masa muscular, pero para su próxima película ya no necesitará sus músculos. Paul Mescal protagonizará la nueva película de Richard Linklater, donde interpretará a un talentoso compositor de Broadway.

OCIO



CIRCLASSICA, UN ESPECTÁCULO ÚNICO

El recinto ferial IFEMA Madrid alberga una cita imprescindible: "Circlassica, la historia mundial continúa", donde se mezclan aventuras, circo y magia para toda la familia. El espectáculo cuenta con profesionales de distintas disciplinas y formados en muchos lugares del planeta. Por ejemplo, desde China nos encontramos con el grupo Troupe Meteors, una de las principales compañías de arte acrobático del país asiático. Dos horas de espectáculo que te dejarán con la boca abierta. circlassica.es



SACA A RELUCIR TODA TU CREATIVIDAD

Este año, el festival Tallers Oberts volverá a abrir las puertas de varios talleres de artistas de Barcelona los días 16 y 17 de noviembre. Durante ese fin de semana se podrá disfrutar de multitud de actividades, como cursos de iniciación, charlas y talleres para hacer tu propio objeto artístico con la ayuda de un profesional. Este año, además de los talleres en diferentes espacios de Barcelona y L'Hospitalet de Llobregat, también se realizarán en la Anoia. tallersobertsbarcelona.cat

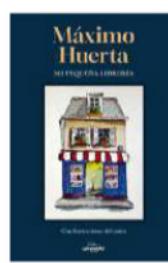
NO TE PIERDAS

libros/ música



"LA ARAÑA"

Con 17 millones de lectores en 40 idiomas, Lars Kepler nos sorprende con su novela más oscura y laberíntica, y con su mítico protagonista: el inspector Joona Linna. En esta ocasión, el policía tendrá que investigar la siniestra muerte de una compañera, encontrada en una bolsa por un grupo de excursionistas. Editorial Reservoir Books.



"MI PEQUEÑA LIBRERÍA"

Máximo Huerta regresa con un libro precioso, una carta de amor a la literatura y un homenaje a todas las librerías. Hace un tiempo, el escritor y periodista decidió dejar Madrid para trasladarse a Buñol, en Valencia, y abrir La Librería de Doña Leo, un local con una selección de libros muy cuidada. Editorial Lunwerg.

OFERTAS DE LA SEMANA

EL UNIVERSO DE FRIDA KAHLO

El reconocido coreógrafo catalán Enrique Gasa Valga te adentra en el magnífico mundo de los colores de México y traza la vida, la pasión y el carisma exótico de Frida Kahlo con su compañía de danza. Con banda en directo. En el Teatre Coliseum de Barcelona.

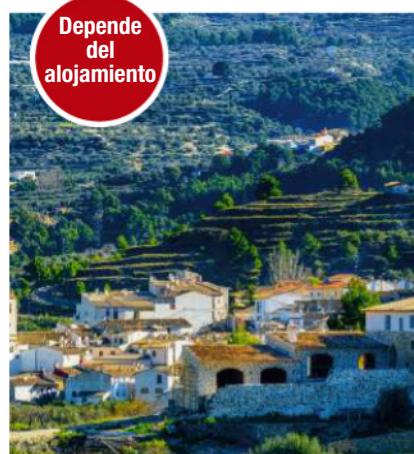
balanaenviu.com



Desde
29 €

ESCAPADA OTOÑAL

La provincia de Alicante atesora lugares que parecen sacados de un cuento, y uno de ellos es Guadalest, un pequeño municipio de la Marina Baja conocido por sus paisajes en lo alto de la montaña y su imponente castillo. El municipio pertenece a la Asociación de los Pueblos más Bonitos de España y dicen que otoño es la época ideal para visitarlo. guadalest.es



Depende
del
alojamiento

JUEGO INMERSIVO Y TERRORÍFICO

¿Te imaginas cómo sería resolver el misterio de un asesinato? Participa en este juego inmersivo en Barcelona donde desempeñarás el papel del detective. Sumérgete en la escena del crimen e interactúa con nuestros actores. Murder Mystery ya ha pasado por 11 ciudades de 6 países de todo el mundo. murdermysteryexperiences.com

Desde
24 €



Gratis
si estás
empadronad@
en Torrejón



LA NAVIDAD DE TORREJÓN

Durante algo más de un mes, Las Mágicas Navidades de Torrejón de Ardoz llenarán el recinto ferial de esta localidad de luces, colores, espectáculos, atracciones y un sinfín de propuestas para toda la familia. El precio para acceder a este parque varía en función del día en que desees acudir, aunque la entrada general puede adquirirse desde 3,5 euros. parquemagicasnavidades.es

Agenda

Por Belén Alonso

TELEVISIÓN



CARMEN MACHI RECONFIRMA LA "VUELTA" DE "AÍDA"

"La película de "Aída" se va a hacer. La empezamos a rodar en febrero, la va a escribir y dirigir Paco León. Hemos sido nosotros, los propios actores, a los que se nos ha ocurrido la idea de hacer la película de la serie". Así lo reveló Carmen Machi en "El hormiguero", donde fue a presentar la serie "Celeste", que Movistar Plus+ estrena este jueves 14 de noviembre, en la que interpreta a una inspectora de Hacienda que investiga a una famosa cantante latina. Una historia que se parece mucho a la guerra que mantuvo Shakira con el fisco español.



"PEAKY BLINDERS"

Ya se graba la película

En 2022 acabó la serie británica, de éxito internacional, pero la historia de los Peaky Blinders sigue en forma de película para Netflix. Por su puesto, su protagonista absoluto es Cillian Murphy como Tommy Shelby, y la historia está ambientada en Birmingham, origen de la banda de criminales que lidera, al comienzo de la Segunda Guerra Mundial. En las primeras imágenes de rodaje se ve al oscarizado Murphy embarrado, parece que herido en la cara, y a caballo.



"JUEGO DE TRONOS"

Otra serie de éxito con versión cinematográfica

Después de un polémico final, los fans de esta ficción de HBO (ahora Max) están de enhorabuena, pues Warner Bros ha confirmado que hará la película. El proyecto está todavía muy verde, por lo que no se conocen los nombres de los responsables del guion, dirección y, por supuesto, tampoco el reparto. Pero sí se puede asegurar que volverá a recorrer los acontecimientos que narra la saga "Canción de hielo y fuego", de George R. R. Martin.



Además de Marian Álvarez y Fernando Valdivielso, en esta producción intervienen Guillermo Barrientos (primero por la izquierda) y Jaime Puyol (en el centro).

“1992”, EL THRILLER DE ÁLEX DE LA IGLESIA AMBIENTADO EN LA EXPO DE SEVILLA

Netflix estrena la miniserie el 15 de diciembre

El nuevo trabajo del director de “El día de la bestia” girará en torno a unos misteriosos asesinatos en los que se repite el mismo patrón: todas las víctimas han sido quemadas y junto a los cuerpos aparece un muñeco de Curro, la icónica mascota de la Expo'92 de Sevilla. La trama es la siguiente: Despues de la muerte de su marido en una extraña explosión, Amparo (Marian Álvarez) comienza a buscar respuestas con la única ayuda de Richi (Fernando Valdivielso), un guardia de seguridad, expolicía y alcohólico.



CHLOE DELAROSA

La artista extremeña, de nueve años, defenderá el tema “Como la Lola” en la XXII edición de Eurovisión Junior, que se celebrará el 16 de noviembre en Madrid. Antes, conquistó a David Broncano y a “La Revuelta”, programa del que dice ser “súper fan”.

“ALASKA REVELADA”

Su documental, en Movistar Plus+ el 15 de diciembre

Olvido Gara es un símbolo intergeneracional. Lleva muchos años cantando, actuando, presentando y hasta siendo colaboradora de radio. Y no deja indiferente a nadie. Es un ícono pop que merecía un documental, y que Movistar Plus+ estrena el próximo 15 de diciembre. Un trabajo vertebrado en tres capítulos: salud, dinero y amor. Grabado entre Madrid y México, cuenta con imágenes de archivo, su propio testimonio y el de su círculo más personal, como su madre, América, o su marido, Mario Vaquerizo.



MALCOLM TREVIÑO-SITTÉ

¿Quién es el actor que interpreta al “Detective Touré” de TVE?

El miércoles 6 de noviembre, La 1 estrenó “Detective Touré”, con una más que aceptable audiencia. Su estrella es Malcom Treviño-Sitté, el primer protagonista negro de una serie española. Ecuatoriano de 43 años, ha trabajado en “El chiringuito de Pepe”, “Vergüenza” o “Antidisturbios”. En una entrevista a El Televisero contó: “Me he criado en España, soy “afrovallecano” y reivindicó que “normalizar a través de la ficción ayuda a la vida real”.



2.614.000

**espectadores
y 20% de share**

Esta es la audiencia del “Noticias 2” de Antena 3, el martes 29 de octubre. Los informativos de esta cadena, centrados en la información sobre la DANA, se han impuesto al los del resto, seguidos de los de TVE. A destacar también el especial “La peor DANA del siglo”, que Antena 3 ofreció el miércoles 30 de octubre, con 1.467.000 espect. y 12,6% de share.

**DIEZ
MINUTOS**

CUIDA DE TU MASCOTA

**POR SOLO
69 €**



VALORADA EN MÁS DE:

225 €

ESTA EXCLUSIVA BOLSA DIEZ MINUTOS 'CUIDA DE TU MASCOTA' CONTIENE 10 CAPRICHOS 'TOP' SELECCIONADOS POR ARISTOPET PARA TU PERRO. ¡MÍMALE!



Trixie. **Manta acolchada de viaje.**
También puedes ponerla en su rincón favorito y idulces sueños! (49,99 €).



Aristopet. **Hoodie Augusto.** Perfecto para abrigar a tu perro con estilo (26 €).
Puedes elegir la talla que necesite.



Aristopet. **Cinturón de seguridad.**
Comodidad y protección para que tu perro te acompañe a todas partes (9 €).



PSH. **Pet Box.** Un set de aseo y cuidado imprescindible para tu mascota.
¡El spa en casa! (39,95 €).



Aristopet. **Comederos Silcon amarillo y verde.**
De cerámica, su base de silicona impide que se mueva mientras lo utiliza (15 € cada uno).



Aristopet. **Dog Flap Bag.** Para llevar las bolsitas de desechos de tu mascota, combina estilo y funcionalidad (24 €).



Aristopet. **Happy Ball.** Un juguete para mantenerle activo y estimulado. Hecho con cuerda 100% orgánica (13,50 €).



Aristopet. **Cesta de mimbre.** Con un divertido diseño, podrás guardar en ella sus juguetes, su manta, su correa... (25 €).



**ESCANEÁ Y
LLÉVATELA**

Oferta válida sólo en
Península y Baleares.
Gastos de envío incluidos.

Pasatiempos

AUTODEFINIDO



		PANECL OS DE REPOSTERÍA	DEPÓSITO LEGAL		VERSIÓN ORIGINAL	
		SALIENTE		... DE MAR, MUNICIPIO		EXISTAS, VIVAS
		COL., CHOLLO		SÍMBOLO QUÍMICO DEL COBRE	VENDA PARA LA ARTICU- LACIÓN DEL BRAZO	
		PARA PAGAR EN PORTUGAL	→			
DONDE SE SUELVE VER LA TELE	CUBRIR CON PLANCHAS DE HIERRO	CORPIÑO ↓ PASAR LA LENGUA	SIN NÚMERO ↓ ... ROSBERG, EXPILOTO	... SHEERAN, CANTANTE ↓ TUFO	... SHEERAN, CANTANTE ↓ TUFO	SALVADOR, LIBERADOR
ÁBACO, REMATE	... HANKS, ACTOR		SÍMBOLO PROTECTOR ↓ SENTIR PRE- OCUPACIÓN	→	2.º NOTA ↓ ... MESSI, FUTBOLISTA	
FAMA, PO- PULARIDAD		NOMBRE DE LETRA ↓ ANTES DEL DÉCIMO	→	ONDAS MARINAS ↓ VALIENTE (F.)	→	
LABRO	PAÍS IMA- GINARIO		SUFijo DE COMER ↓ INDICA TIEMPO	→	SE ARRIESGA ↓ TAN SOLO	GRACIOSA, AGUDA
DETERIOREN	PELO DE CABALLO	TE DARÁS CUENTA ↓ TURRÓN ALICANTINO	→		ADALID ↓ AMnistía INT.	
			RELATIVO AL CAMINO ↓ PRONOMBRE	→		INTELI- GENCIA
SEÑOR DE LA CASA, PROPIETARIO	GIUSEPPE O JOSEPH ↓ SU NOMBRE	OBSESIONES ↓ ... LANKA, PAÍS	→	VUELTA CICLISTA	CIERTA PRE- POSICIÓN ↓ SOPRANO O BAJO	
QUE NO TIE- NE TÉRMINO	SOC. DE AUTORES	HUESO DE LA PIerna	CLARA, DEFINIDA	ANDAS ↓ COLORACIÓN DEL PELO	ANDAS ↓ COLORACIÓN DEL PELO	LUIS DEL PERIODISTA
		MAMÍFERO CON PÚAS ↓ COPLA CANARIA	→			HOGAZA
ANIMAL MARINO GELATINOSO	ESPECIE DE GUANTE ↓ LADY, PRINCESA			FORMATO MUSICAL ↓ ARTÍCULO	FORMATO MUSICAL ↓ ARTÍCULO	
EXMONEDA DE ITALIA			CAPÍTULO DE UN LIBRO	→		

SUDOKU

Completa los casilleros de manera que cada fila, cada columna y cada cuadrado de 3x3 contenga todos los números del 1 al 9, sin omitir ni repetir ninguno.

A partially filled 9x9 Sudoku grid. The visible numbers are:

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

The grid has stars at the top right corner.

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

BINARIO

Rellena los casilleros con las cifras 1 y 0 cumpliendo tres simples reglas:

1. Cada fila y cada columna debe contener la misma cantidad de ceros y de unos.
 2. No se pueden encontrar juntas más de dos cifras iguales, ni horizontal ni verticalmente.
 3. Entre todas las filas y columnas no existen secuencias iguales.

		0		0	
0	1		0	1	1
0		1		0	
	1	1		0	
	0			1	1
1				0	
1	1	1	1		
	0	0	0	1	1

SOPA DE LETRAS

Agrupa las letras restantes tras resolver el juego.



AHIJADO
ATAÚD
ATURDIDO
BAÑAR
CELIBATO
CORPORAL
GOTEO
HALL
HEDIONDO

JURA
MANCHA
MODERATO
OBRA
PAPADA
PAZO
POSTURA
RADIO
RAÍDO

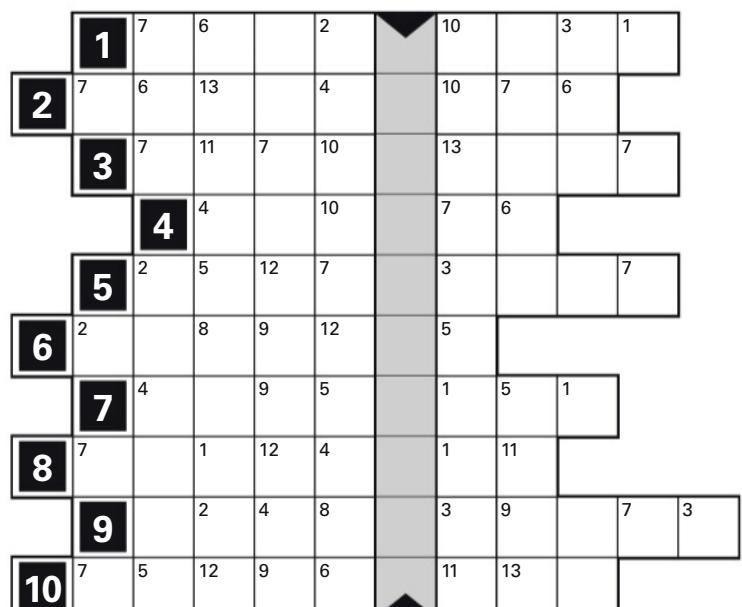
ROÑA
ROSTRO
SÉPTIMA
VALE

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

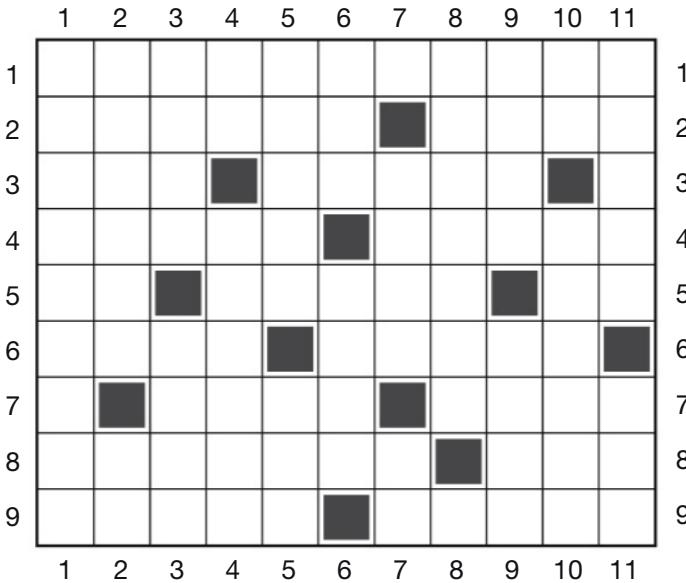
EL HORIZONTAL

Averigua las palabras colocadas en horizontal a partir de sus definiciones correspondientes. ¡Las cifras asociadas a las letras pueden ayudarte! En cada casillero, cada letra está siempre codificada con la misma cifra.

- | | |
|----|------------------------|
| 1 | Acicalado, preparado |
| 2 | Pronunciar claramente |
| 3 | Metódica, ordenada |
| 4 | Permanecer en silencio |
| 5 | Aparato de gimnasia |
| 6 | Grupos deportivos |
| 7 | Que tiene gracia |
| 8 | Acción de adoptar |
| 9 | Capacidad creadora |
| 10 | Candidato a un empleo |



CRUCIGRAMA



Horizontal 1 Actitud de los que comparten un secreto.
2 Instituir, fundar. Máquina de carga y descarga. 3 Prefijo que significa novedad. Música electrónica de baile. 4 Fijar el precio de una mercancía. Planta talofita. 5 Tratamiento cortés. Poner un alimento en líquido hirviendo. Tercera persona del verbo ser. 6 Presión entre dos objetos. Natural de Teherán. 7 Instrumento de cuerda. Completamente llena. 8 Empleos. Turno. 9 Arrullos. Actúa.

Vertical 1 Oficial militar romano. 2 Ventilado un tejido. 4.º nota. 3 Que no son tuyos. Personaje bíblico. 4 Abreviatura de página. Locución prepositiva. 5 Cantidad de líquido. Col., orina. 6 Me dirigiré a un lugar. Saludo italiano. 7 Cantante de *Believe*. Punto cardinal que indica el sudoeste. 8 No hacer caso. 9 Pequeño vehículo aéreo no tripulado. Parte de la iglesia. 10 Símbolo del oro. Fuente termal. 11 Están dentro del cubilete. Sufijo que expresa exceso.

SOLUCIONES

CRUCIGRAMA	EL HORIZONTAL	SUDOKU
AUTODEFINIDO	BINARIO	
SOPA DE LETRAS		
Si te ha gustado esta selección de juegos, no te los pierdas, estos y muchos más, ¡cada mes en tu quiosco, en la amplia gama de revistas de pasatiempos Megastar! ¡Seguro que te van a encantar!		
 MEGASTAR Diversión sin fin www.megastarediciones.es		

La cantante lleva
traje rojo de Lorena
Bernal, 407,50 €; y
botines de ante, de
Ba&Sh 395 €.



CANTANTE

Barei

“Mis hijos lo
han cambiado
absolutamente todo”

Seis años fuera del mercado musical han sido suficientes para que Bárbara Reyzábal se haya dado cuenta de que su vida es el escenario. Ahora saca nuevo disco y está compuesto íntegramente por ella.





Barei con blazer de Adolfo Domínguez, 229 €; pantalón globo de Adolfo Domínguez, 149; gargantilla de Swarovsky, 850 €; pulsera de Swarovsky, 430 €; y botín de ante, de Ba&Sh, 395 €.



Muy guapa con
pantalón de pinzas de
Alba Conde, 178 € y
camisa oversize de
Massimo Dutti, 59,95 €.

Ha tenido que pasar mucho tiempo, ¡seis años!, para que Bárbara Reyzábal, más conocida como Barei, cogiera fuerzas para volver a la música. Perdió la ilusión y las ganas. En este tiempo ha tenido dos hijos mellizos –India y León–, y se ha vuelto a enamorar. De momento ha lanzado tres sencillos: “Desordenada”, “Me la lías” y “Me doliste”, que no dejan de sonar en todas las plataformas. Y lo que es mejor, todos los temas del álbum son autobiográficos y ¡en español!

–Después de seis años vuelves a la música. ¿Cómo ha sido este proceso? ¿Por qué ahora?

–Pues ha sido un tiempo de mucho crecimiento personal que me ha permitido tener perspectiva. Yo tenía antes mucha ansiedad por el resultado de las cosas que hacía y sentía mucho rechazo sólo por el hecho de estar expuesta. No vibraba conmigo. Fue porque después de ser madre mi escala de valores, mi manera de ver el mundo, cambió mucho. Mis hijos lo cambiaron absolutamente todo. Cómo veía las redes sociales, los eventos... Todo lo que no es crear música. No sentía que estuviera preparada para eso. Y hasta que no me di cuenta de que tenía que disfrutar del camino, pues no he estado preparada.

–Ese camino no es fácil. Imagino que habrás necesitado terapia...

–He hecho mucho trabajo de crecimiento y autoconocimiento. Visualizar dónde están mis heridas e intentar sanarlas. Tus hijos son un espejo grandísimo donde te ves y todo aquello en lo que no te has parado en solucionar, salen a flote. Yo siempre he estado en terapia, pero en estos tres últimos años han sido mucho más intensivas.

–¿Ya tienes clara la fecha de salida del disco?

–Ayy, creo que será después de Navidad. En principio iba a ser a finales de año pero hemos pensado que después de Navidad, que es un momento de cambio de la gente, acompañaba mejor.

–Los títulos de tus tres sencillos son significativos: “Me doliste”, “Me la lías” y “Desordenada”. Son autobiográficos.

–Sí, todo lo que cuento en las canciones lo he vivido yo, pero no tiene por qué ser algo de este momento. “Me doliste” habla

de mi infancia, cuando murió mi padre, y cómo eso ha marcado todas mis conductas de adulta. "Me la lías" me la canto un poco a mí, en plan: tía tienes que aprender a poner límites y saber por dónde sí y por dónde no. Esas cosas.

-En este "caos ordenado" en el que vives, ¿hay tiempo para enamorarse?

-(Risas) Estoy enamorada. Tengo pareja desde hace bastante tiempo.

-O sea, que estás enamorada y feliz.

Bueno, estoy en un momento complicado porque cuando conoces a una persona nueva y tú vienes de una situación de desorden emocional pues eso salpica a la relación. Con esta persona llevo ya tres años pero hay muchas cosas que ordenar.

-Y que cuando uno tiene hijos, las relaciones son diferentes también, ¿no?

-Sí, totalmente.

-Le has dado muchas vueltas a tu regreso, pero tú en realidad te lo pasas genial sobre el escenario. Eres un animal de escenario.

-Sí, me gusta mucho. Me lo paso genial ahí arriba, pero es verdad que me va a tocar entrenar mucho porque no tengo la capacidad física que tenía antes. Después de ser madre de mellizos se nota. Así que voy a tener que currármelo más.

-Pero imagino que en este tiempo habrás hecho fiestas en casa o con amigos y habrás cantado para ellos.

-Que va... Cero. Sólo me he subido a las fiestas del Orgullo o con amigos que han hecho algún acústico, pero en casa soy cero de fiestas. Ni salgo. Soy ermitaña. Cenas y tal sí pero porque me encanta comer (risas).

-Me ha sorprendido leer que no te consideras una Eurodiva, con la que liaste en Eurovisión...

-Flipo bastante con este término porque para mí una diva es otro concepto. Por ejemplo, para mí, Rocío Jurado es una diva o Pastora Soler, Ruth Lorenzo... Para mí en la palabra diva va implícito una voz descomunal, no una buena voz, algo sobrenatural. Para mí yo soy una buena cantante, una buena intérprete, una buena compositora..., ¿pero una diva? No. Por ejemplo, Rozalén tiene una voz espectacular, pero no la metería en el saco de divas, ni por su manera de expresarse ni de moverse en el escenario. Y mira que me gusta...

"Me gusta mucho el escenario. Me lo paso genial ahí arriba"



La cantante con americana con una sola manga, de Zara, 89,95 €; brazalete de Zara, 17,95 €; medias de Dim, 10,43 € y botas de Exe 99,95 €.

Gente con estilo

► -Cuéntame qué te han enseñado tus hijos. ¿Por qué dices que te colocaron?

-Me han enseñado todo; a estar en el presente, a todas esas cosas que no tenía solucionadas en mí, tener que solucionarlas ya. Pero me encantaría ser capaz de sanar mis miedos, inseguridades y no proyectar en ellos, nada. Quiero que se sientan lo más libres posible, en cómo ser, cómo mirar la vida... Y para eso es necesario soltar el control, que es algo que me cuesta mucho. Es algo que me hace sufrir un montón. Tengo que aprender a acompañar.

-¿Cantan o no?

-India canta fenomenal y le gusta actuar, bailar... Bueno, los dos tienen una voz bonita, pero León es mucho más de crear, inventar, crear... Son dos mentes muy diferentes. Pero bueno, ya se verá. Nunca les he llevado a un concierto. Quiero separarlo mucho y que vean que mi trabajo es uno más.

-¿Te animarías a algún hijo más?

-No, no. Además ya tengo 42 años y no me veo con fuerzas.

-¿Has empezado ya con el ejercicio para la gira?

-A ver, yo siempre intento cuidar mi alimentación, hago ejercicio todos los días, si no voy al gimnasio, hago por lo menos 25 minutos de yoga, para mover el cuerpo, flexibilizarlo, fortalecerlo, pero voy a tener que empezar a meterme a saco con el cardio para poder hacer lo que hacía en Eurovisión, que me ponía a correr mientras cantaba.

-¿Qué te gustaría que pasara con este disco?

-Me encantaría que conectara de verdad, que a la gente le sirva de aliante para enfrentarse y mirar de frente lo que le viene en la vida. Que a la gente le sirva para no evadir la vida, que se sienta acompañado en lo que sea que le llegue de la vida.

Susana Jurado

Fotografía: Ana Ruiz

Ayudante: Idoia Vitas

Maquillaje y peluquería: Javier Reyes

Estilismo: María Álvarez

Agradecimientos: Hard Rock Hotel Madrid
(Ronda de Atocha, 17)



**“India, mi hija,
canta fenomenal
y le gusta actuar.
León, el niño,
es mucho más
de crear. Son
dos mentes
diferentes”**

La solista con camisa deshilachada de Adolfo Domínguez, 149 €; (arnés de la artista); pantalón cut out de Zara, 49,95 € y zapatos de Exe, 79,95 €.



CITA EN...

Para el regreso de Barei a la música elegimos la localización perfecta: el Hard Rock Hotel Madrid, (Ronda de Atocha, 17 Madrid) situado a escasos dos minutos de la Estación de Atocha, frente al histórico Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía y el famoso Triángulo de Oro del Arte. Un enclave único en el que se respira música y en el que estuvimos comodísimos, como siempre.

Mi belleza al descubierto

Antes de irme a la cama...

Me limpio bien la cara, me quito el maquillaje y me pongo una ampolla de Compositum. A mí me va fenomenal.

En mi bolso siempre llevo...

(Risas) El otro día saqué unas gafas de bucear de la playa, de las grandes, con tubo. Increíble. Pero nunca falta un neceser con pinturas.

Cuál es la canción que últimamente tarareo continuamente...

Me gusta mucho "Someone you Loved", de Lewis Capaldi.

Ese olor que me trae recuerdos preciosos.

El olor a lavanda, que me recuerda mucho a la naturaleza y a mi infancia, porque donde veraneo siempre olía a lavanda.

Como sano por obligación o por convicción...

Por convicción absoluta. Como mucho porque me flipa comer, pero la verdad es que intento ser lo más sana posible.

Antes de irme a la cama...

Un buen desmaquillante y una hidratante. ¡Aunque dé pereza!

En maquillarme tarde...

Para el día a día, unos cinco minutos. Para ocasiones especiales, unos 15.

Crema tintada color claro con SPF50, de Tropicrem, 21,70 €.



Acondicionador suave, de BeauTerra, 13,95 €.



Champú suave, de BeauTerra, 13,50 €.

Fotogramas

AÑO 78 · Nº 2173 · NOVIEMBRE 2024 · fotogramas.es

LA PRIMERA REVISTA DE CINE

REPORTAJES

'WICKED'

EL EMBRUJO
DE BROADWAY SALTA
A LA PANTALLA

'JURADO N° 2'

CLINT EASTWOOD,
EL ÚLTIMO CLÁSICO

'ESCAPE'

RODRIGO CORTÉS,
EL AS EN LA
MANGA DE
MARTIN SCORSESE

'RED ONE'

DWAYNE JOHNSON
Y CHRIS EVANS
SALVAN
LA NAVIDAD

ENTREVISTAS

RIDLEY SCOTT

DENZEL WASHINGTON

LUIS TOSAR

ÁNGELA MOLINA

SEAN BAKER

MIGUEL HERRÁN

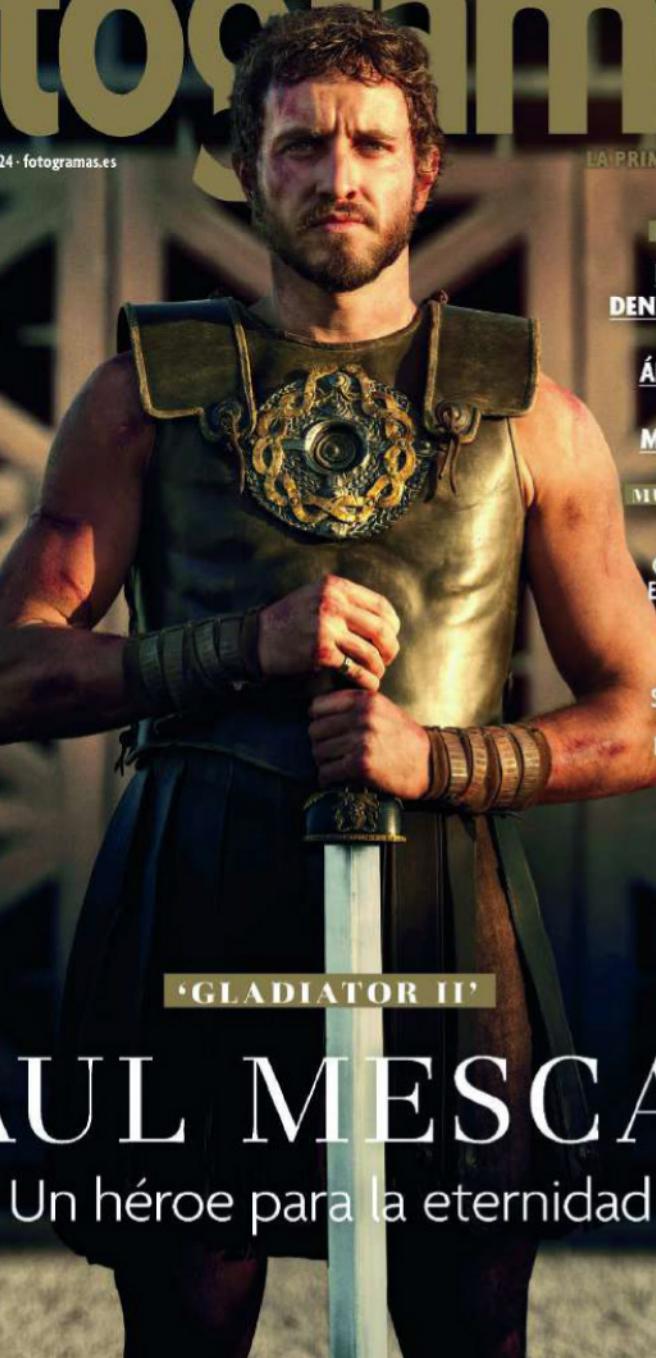
MULTIPANTALLAS

'CELESTE'

CARMEN MACHI,
EL ARMA SECRETA
DE HACIENDA

'BLITZ'

SAOIRSE RONAN,
MADRE CORAJE
EN UN LONDRES
EN LLAMAS



'GLADIATOR II'

PAUL MESCAL

Un héroe para la eternidad

3,50 € (Canarias 3,65 €)



8413042 882602

CINE COLOSAL

ENTREVISTAMOS EN EXCLUSIVA A PAUL MESCAL, NUEVO ÍDolo DE HOLLYWOOD, GRACIAS A RIDLEY SCOTT,
Y A SU REGRESO A LA ARENA CON 'GLADIATOR II'.

LLEGA REBOSANTE DE MAGIA, LA PARTE 1 DE 'WICKED' Y HABLAMOS CON SU DIRECTOR JON M. CHU
SOBRE LA NUEVA ADAPTACIÓN DEL MARAVILLOSO MUNDO DE OZ.

MARTIN SCORSESE PRODUCE Y PRESENTA EL FILM DE RODRIGO CORTÉS 'ESCAPE',
EL DIRECTOR ESPAÑOL NOS CUENTA CÓMO HA CONSEGUIDO ESE SUEÑO.

ADEMÁS, LO ÚLTIMO EN SERIES, VOD Y DVD.

Corría el año 2019 cuando la princesa Marta Luisa de Noruega conoció al chamán Durek Verrett. A pesar de que a sus padres no les gustó su nueva pareja, en agosto de este año han celebrado una pintoresca boda en un fiordo. Finalmente, la hija pequeña de los soberanos noruegos, había conseguido que los reyes Harald y Sonia aceptaran a su polémica pareja y les dieran el beneplácito para su boda.

"No tengo límites"

Últimamente no corren buenos tiempos para la Casa Real Noruega, y al último escándalo por la denuncia por violencia doméstica interpuesta contra Marius Borg (el hijo de Mette-Marit), ahora se suma la acusación de agresión sexual contra Durek Verrett a un ciudadano sueco. Además de esta acusación, en medios noruegos se han publicado unos audios, del año 2020, donde el chamán habla con un amigo y reconoce haber cometido comportamientos abusivos con algunos clientes: "No tengo límites" se le oye decir, en concreto reconoce haber mantenido experiencias sexuales con cinco clientes: cuatro hombres y una mujer. El chamán confiesa que "fue un error y soy consciente de ese error". Aunque la víctima de Durek no puede denunciar por haber prescrito el delito, a raíz de los audios, sus abogados han declarado que tomarán acciones legales contra el medio que los publicó. No sabemos qué pasará en los tribunales pero lo que tenemos claro es que Marta Luisa, por el momento, sigue apoyando públicamente a su marido.

Agencias

En unos audios difundidos por la prensa noruega, Durek reconoce haber tenido experiencias sexuales con cinco clientes.



Marta Luisa de Noruega

apoya a su marido, acusado de agresión sexual

El pasado fin de semana el matrimonio posó, totalmente ajeno a la polémica, en unos premios de Los Ángeles.



La princesa de Gales iba espectacular con un tocado y pendientes de perlas de Bahrein, que pertenecieron a la reina Isabel II.

Kate Middleton

agridulce reaparición: sus médicos le aconsejan que no se exceda

No tenía buena cara. Ni el maquillaje ni la redecilla que cubría su rostro podían ocultar sus ojeras en los actos del Domingo del Recuerdo. Y es que, aunque ha acabado con la quimioterapia, no estaría recuperada del todo del cáncer.



Sofía de Edimburgo, su apoyo

Ante la ausencia de la reina Camila, la mujer del príncipe Eduardo fue el mejor sostén de la princesa de Gales.

Las imágenes no dejan lugar a dudas. Kate Middleton intenta estar bien, pero no tanto como quiere o nos quieren dar a entender desde la casa real británica. Porque su cara del domingo 10 de noviembre era un poema. Con bolsas en los ojos y a punto de llorar en más de una ocasión. Así la vimos desde el balcón de la Oficina de Relaciones Exteriores, Commonwealth y Desarrollo de Londres, donde siguió el llamado Domingo del Recuerdo, una cita especialmente sentimental, en la que se homenajea a los caídos y a los veteranos de las Fuerzas Armadas. Era uno de sus primeros actos oficiales tras anunciar que había abandonado el tratamiento de quimioterapia para tratarse el cáncer, y la princesa de Gales se ha emocionado, cerrando

los ojos e inclinando la cabeza, ya fuera por quienes dieron la vida luchando por defender el Reino Unido o pensando en su situación y la de su familia.

En el programa "Fiesta", Concha Calleja, periodista experta en casas reales, contó que la mujer del príncipe Guillermo "no está curada todavía" y que "sigue bajo supervisión médica. Todo tiene que ser aprobado por los médicos. Le han dado un pequeño aviso, le han dicho que no puede excederse y que todo tiene que tomárselo con calma". Y recordó que está a la espera de unos resultados médicos que conocerá el próximo mes de febrero. Por ello, sus médicos le aconsejan que no se exceda. "Kate Middleton no está curada todavía. El problema es que ella se agota mucho más que antes", aseguró.



Guillermo desfiló y portó una de las coronas para los caídos.



El rey Carlos III junto a su hermana, la princesa Ana, en el concierto en el Royal Albert Hall, el sábado 9 de noviembre. La reina Camila fue la gran ausente.



Los príncipes de Gales, aplaudiendo en el palco real.



Los duques de Edimburgo a su llegada al concierto. Están muy involucrados en todos los actos de la casa real británica.

UN DÍA ANTES, EN EL ROYAL ALBERT HALL, **KATE** APARECÍA RADIANTE, QUIZÁS MUY MAQUILLADA

► En el Domingo del Recuerdo, la futura reina de los británicos estuvo arropada por la duquesa de Edimburgo. Y causó baja la reina Camila, que ha aparcado temporalmente

sus compromisos por una infección en el pecho. Tampoco estuvo un día antes en el Festival Anual del Recuerdo a la Legión Real Británica, en el Royal Albert Hall.

Allí, el semblante de Kate Middleton era más relajado y sonriente, aunque iba muy maquillada, quizás demasiado. Acompañaba a su marido, el príncipe Guillermo, y a su suegro, el rey Carlos III. Vestidos de riguroso luto en señal de respeto y con las simbólicas amapolas carmesí pren-

didas en las solapas de sus respectivos outfits, los Windsor volvían a dar imagen de unidad en esta cita, a la que también acudieron la princesa Ana y su marido, el vicealmirante Tim Laurence, así como los duques de Edimburgo y la duquesa de Gloucester.

Agencias



En el Royal Albert Hall, todo el foco de atención se centró en Kate, que llevó un elegante vestido-abrigo en color negro y unos pendientes de perlas que pertenecieron a su suegra, Lady Di. Y llevó su larga melena suelta.



Maestros de la costura

se graba la versión “celebrity”, con parada en Oviedo

Pilar Rubio, Mónica Cruz u Óscar Higares son tres de los doce famosos que participan en este talent de costura de TVE. María Escoté, Lorenzo Caprile y Alejandro G. Palomo valorarán su arte con el hilo, la aguja o la máquina de coser, además de su buen gusto.



Oscar Higares, Pilar Rubio, Edu Soto, Carmen Farala, Laura Sánchez (arriba, de izda a dcha.), María Esteve, Mónica Cruz, Eduardo Casanova y La Terremoto de Alcorcón (abajo), en la Plaza de la Catedral de la capital asturiana.



Mejores amigos

Pilar Rubio y Óscar Higares parecen haber hecho amistad y se divierten con las pruebas que les propone Raquel Sánchez Silva.



Al igual que "MasterChef" tiene una versión "Celebrity", otro programa de TVE tendrá una edición VIP, se trata de "Maestros de la costura", que está en fase de grabación. Una de sus primeras pruebas de exteriores ha tenido lugar en Oviedo. En la Plaza de la Catedral de la ciudad se han dejado ver algunos de los concursantes, como Pilar Rubio, Mónica Cruz, María Esteve, Laura Sánchez, La Terremoto de Alcorcón, Car-

men Farala, Óscar Higares, Eduardo Casanova o Edu Soto. Que el programa haya elegido esta ciudad no es casualidad, pues la idea es pretender dar mucha visibilidad e impulsar la moda asturiana. Finalizada esta grabación, todo el equipo se desplazó a la Fábrica de Armas de La Vega, donde siguieron grabando. Y con ellos, más famosos que se han sumado al reto de coser: Rosa López, Silvia Superstar y Canco Rodríguez.

Muchos de los participantes se conocen entre sí, y otros lo han hecho ahora. En cualquier caso, tienen buen rollo, y más que competir, se echan una mano, bajo la supervisión de María Escoté, Lorenzo Caprile y Alejandro G. Palomo.

¿Los más apañados?

En eso de coser, tendría ventaja Pilar Rubio, quien ha confesado que le gusta la costura, una pasión que ha heredado: "Aprendí a coser con seis años

porque mi madre es modista y me he criado con una máquina de coser en las manos. No soy profesional, pero sé hacerme mis trapitos". Incluso tuvo una línea de moda, de estilo heavy, y ahora tiene una de bañadores.

Por su parte, Óscar Higares y Mónica Cruz se atrevieron a ayudar a confeccionar un traje de novia en una de las finales de la versión de anónimos del programa, en 2018.

Agencias

Since 1985
Ana Boyer, de 35
años, dio a luz hace
seis meses a su tercer
hijo, Martín.

Ana Boyer

“No tenemos pensado volver a España”

La hija de Isabel Preysler decidió dejar su vida en Madrid para seguir los pasos de su marido, Fernando Verdasco. Los dos han creado una familia numerosa en Catar, donde viven felices.

La hija pequeña de Isabel Preysler hizo una visita relámpago a Madrid para presentar la nueva colección de la firma Trucco, de la que es imagen desde hace tres años. Ana Boyer está feliz en Catar, donde vive con su marido y sus tres hijos, y en principio no tienen planes de volver a España.

-Hace seis meses que diste a luz, te vemos muy delgada.

-Pues te prometo que no he hecho dieta. Debe ser que con tres niños no paro.

-¿Vais a ir a por la niña?

-Nosotros siempre hemos querido ser familia numerosa. No nos importaría tener otro, pero tiene que ser pronto.

-Tu madre tiene que ser feliz cuando les traes.

-¡Sí! Cuando venimos son la alegría de la casa. Mi madre juega con ellos al escondite. Tamara también ejerce mucho de tía.

-¿No tenéis pensado volver a residir en España?

-En principio no, porque allí hacemos vida en familia. Tenemos nuestro grupo de amigos españoles y los niños tienen sus amigos del colegio.

-Antes de casarte, trabajabas en un despacho, ¿echas de menos ejercer de economista?

-La verdad es que no echo de menos trabajar en un despacho. Yo decidí casarme y seguir los pasos de Fernando.

-¿Cómo vais a pasar las navidades?

-Vamos a venir a España, pero el día 6 de enero ya tenemos que estar allí porque los niños empiezan el colegio. Vendremos y todavía no sé si iremos a pasar unos días a Miami.

-¿Los otros niños tienen celos del pequeño?

-No, le adoran.

Daniel I. Carande

Fotos: Agencias



En esta nueva colección de Trucco, Ana ha participado asesorando, pero todavía no ha dado el paso de diseñar, como su hermana.



LA FAMILIA PERFECTA

En 2017, Ana decidió casarse con Fernando Verdasco y seguir los pasos del tenista. Ambos se fueron a vivir a Catar: "Allí los niños mayores (Miguel, de cinco años, y Mateo, de tres) son felices y tienen sus amigos. De momento, no queremos volver". Ana nos dijo que está un poco enfadada con su hermana Tamara porque no va a visitarla a Catar, "dice que no tiene tiempo porque los jueves tiene que estar en Madrid por la tele".

Celebrando
su éxito con
la bandera
española.



Fran Zafra

el español se corona Míster Internacional 2024

Hablamos con el andaluz después de triunfar en el certamen en Filipinas. Dice que no se veía favorito y que está deseando llegar a España para abrazar a su familia.



Fran, en el centro, con otros cuatro participantes del certamen.

Es una sensación indescriptible. Estoy muy orgulloso del trabajo que he hecho durante esta semana. En ningún momento me vi favorito, pero sí un candidato fuerte ante mis rivales que estaban muy preparados", nos dice Fran Zafra desde Filipinas al otro lado del teléfono. El joven está deseando llegar a España para abrazar a su familia.

Nació en Granada hace 22 años, fue nuestro representante en el concurso Míster Internacional 2024... ¡Y ganó! Fran está orgullosísimo de haberse coronado vencedor del certamen, en el que los representantes de Perú y Filipinas quedaron en segundo y tercer lugar.

Es el segundo título de Míster International para España y encima lo recibe de otro español, José Calle, que ganó en 2023.

En Filipinas, Fran no ha con-

tando con la presencia de su novia ("ella me ha apoyado desde el primer momento", nos contó hace poco).

Antes de centrarse en el universo de los concursos de belleza, Fran había dejado el Ejército para prepararse las oposiciones a policía nacional. Pero se cruzó en su camino Míster Internacional España 2024, se presentó representando a Almería, de donde es su madre, y ganó.

La intención de Fran es preparar oposiciones y dedicarse a la moda, pero sabe que no es un camino de rosas: "Es muy difícil, y más siendo de fuera de Madrid". Aun así, no va a renunciar a subirse a las pasarelas: "La primera vez, solo pensaba en hacerlo bien, tenía muchos nervios. Mi debut fue en Tenerife, en Míster Internacional España".

Fotos cedidas

por Nuestra Belleza España



MÍSTER INTERNATIONAL ESPAÑA 2024 Fran Zafra “Soy gitano, Míster y quiero ser policía”

El pasado mes de septiembre, este granadino se coronó Míster International España 2024. Antes de representarnos en Filipinas, hablamos con él y nos reconoce que va a poner toda la carne en el asador para aprovechar esta oportunidad.

EN “DIEZ MINUTOS” ERA EL FAVORITO

Hace menos de un mes, en esta revista publicamos un reportaje con Fran Zafra. Acababa de coronarse Míster International España y se sinceraba con Daniel I. Carande sobre su vida y sus aspiraciones. El granadino, que posaba con varios outfits, nos contaba entonces: "Soy gitano, Míster y quiero ser policía".



Enrique Iglesias le dedicó su premio a todas las víctimas de la dana.



Laura Escanes y Álvaro de Luna no terminaron muy bien cuando rompieron. Los dos nos dejaron claro que no tienen ningún tipo de relación.

Enrique Iglesias

viaje relámpago a España sin visitar a su madre

Después de tres años sin verle en nuestro país, el hijo de Isabel Preysler y Julio Iglesias vino para recoger un premio a su trayectoria musical y coincidió con numerosos compañeros.

Ana Mena impresionó a los asistentes con su atrevido vestido creado por Michael Lorigados.





Jessica Goicoechea vistió de Ze García.

Abraham Mateo se subió al escenario con Naiara para interpretar el tema "Tienes que saber".



Laura Matamoros lució un diseño de la valenciana Hortensia Maeso.

El Palau Sant Jordi de Barcelona fue el escenario de la gran noche de la música. Los40 Music Awards reunieron a lo mejor de la música de nuestro país y estrellas internacionales, y todos tuvieron muy presentes a las víctimas de la DANA. De hecho, se llegó a recaudar cerca del millón de euros para los afectados.

Uno de los protagonistas indiscutibles de la noche fue Enrique Iglesias. Hacía más de tres años que no veíamos al cantante en nuestro país. “Estoy en plan relax, en casa con los niños, disfrutando de poder llevarlos al colegio y verlos crecer. Tengo unos gemelos de seis años y una niña de cuatro, así que cada día que pasa crecen rapidísimo y quiero disfrutar, porque en

24 horas ya han crecido”, nos comentó Enrique, que tiene fijada su residencia en Miami.

Fue una visita relámpago para recoger el Premio Honor por su trayectoria, no tuvo tiempo de ver a su madre. El cantante nos comentó que no tiene pensado sacar un nuevo disco, “aunque sí lanzaré temas sueltos”. Temas como el que ha cantado con Ana Mena. Los dos compartieron mesa durante la cena. “Estoy emocionada porque por fin le voy a conocer en persona. Cuando le mandé la letra de la canción, no se lo pensó y la grabamos. Para mí es un honor, porque siempre he admirado mucho a Enrique”, nos comentó Ana al llegar al Palau, donde hizo vibrar al público con su última canción.



Lola Loita lució un conjunto del diseñador Marco Rambaldi.



La cantante Naiara fue una de las que más disfrutó de los premios de Los 40 Principales.



Raw Alejandro fue uno de los grandes triunfadores de la velada al ganar tres premios.



El cantante Manuel Turizo se subió al escenario para actuar junto a Kapo.

LAURA MATAMOROS:

“ESTOY EN SHOCK. ME ENTERADO QUE ANTONIO REVILLA HA ESTADO CON LAS TRES A LA VEZ”

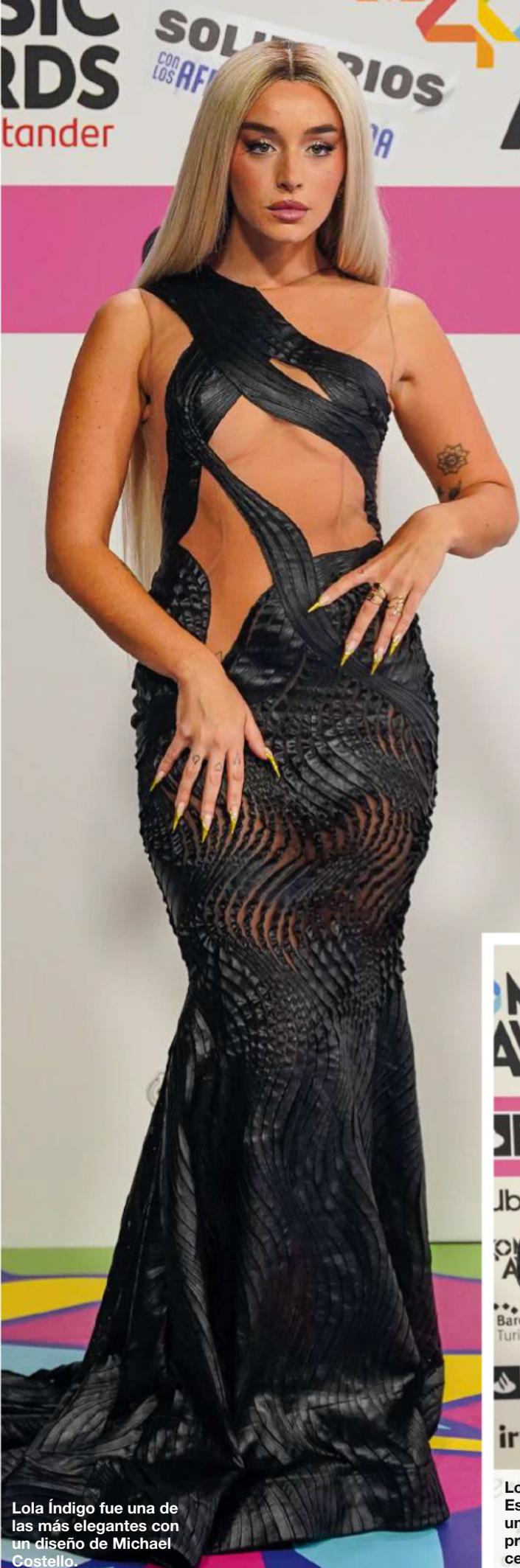
▶ No solo acudieron cantantes a la gala de la cadena musical. Hubo otros rostros conocidos que no se quisieron perder la gran noche. Una de ellas fue Laura Matamoros. La sobrina de Mar Flores llegó al estadio con ganas de “darlo todo”, pero sus planes se truncaron. Ella misma nos lo contó al día siguiente cuando regresaba a Madrid: “Estoy en estado de shock. No doy crédito. Anoche me enteré que Antonio Revilla ha estado con las tres a la vez: Patricia Conde, Hiba Abouk y conmigo”.

También fue noche para los reencuentros o mejor dicho para las coincidencias. En el mismo recinto coincidían Laura Escanes y el cantante Álvaro de Luna. Los dos tenían claro que si se cruzaban no iban a tener más remedio que saludarse, pero ambos dejaron claro que su relación no terminó bien y “no tenemos ningún tipo de relación”. Laura nos comentó que ahora no tiene el corazón ocupado, como su exnovio.

Pero el amor también fue protagonista de la noche, ya que Abraham Mateo acudió con su novia, Mariceli Ramírez; Dani Fernández con Yerea Guillén, o la influencer Dulceida con Alba Paul.

Lola Índigo, Bad Gyal, Maluma, Ruslana, Vicco, Beret o Estopa fueron algunos de los premiados por Los 40 Principales en una noche única que el público no podrá olvidar.

Daniel I. Carande/Fotos: Agencias



Lola Índigo fue una de las más elegantes con un diseño de Michael Costello.



La nadadora Mireia Belmonte celebró su 34 cumpleaños durante la gala.



Los hermanos Estopa fueron unos de los premiados de la ceremonia.



La cantante Vicco se alzó con el Premio al Mejor Vídeo Musical. A la derecha, Alfred García, que fue otro de los invitados.





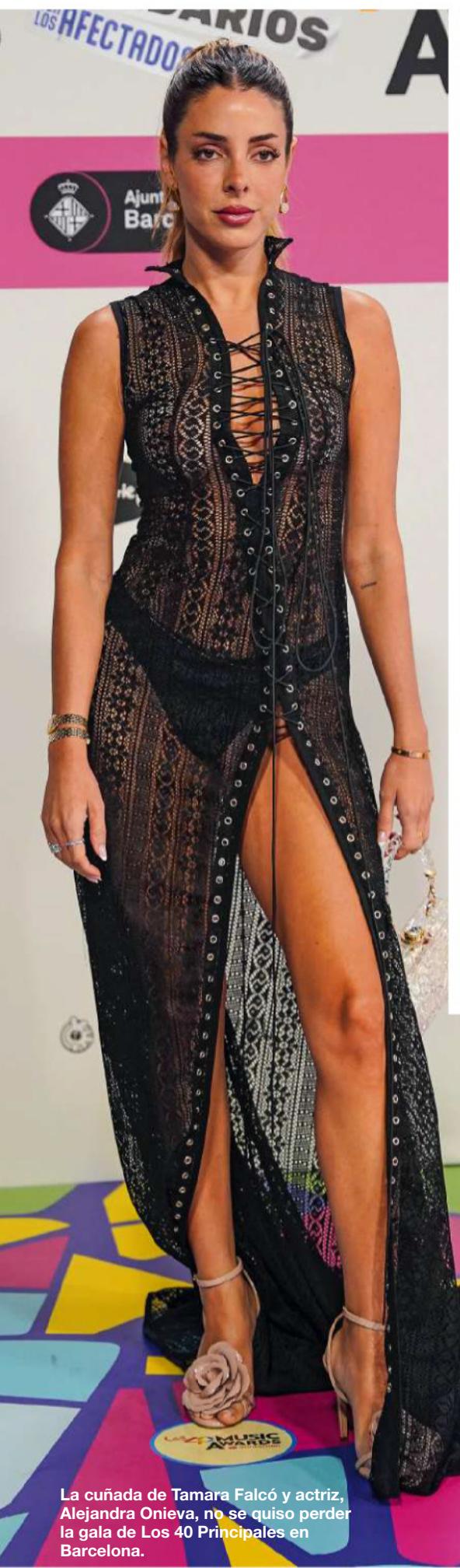
Pareja de cuero

El cantante Dani Fernández acudió junto a Yarea Guillén, su mujer y madre de su hija, Belice. La pareja apostó por un look de cuero para la ceremonia.



El grupo Marlon ganó el Premio a la Mejor Colaboración junto a Álvaro de Luna. A la derecha, la actriz Mariam Hernández, que fue una de las invitadas.

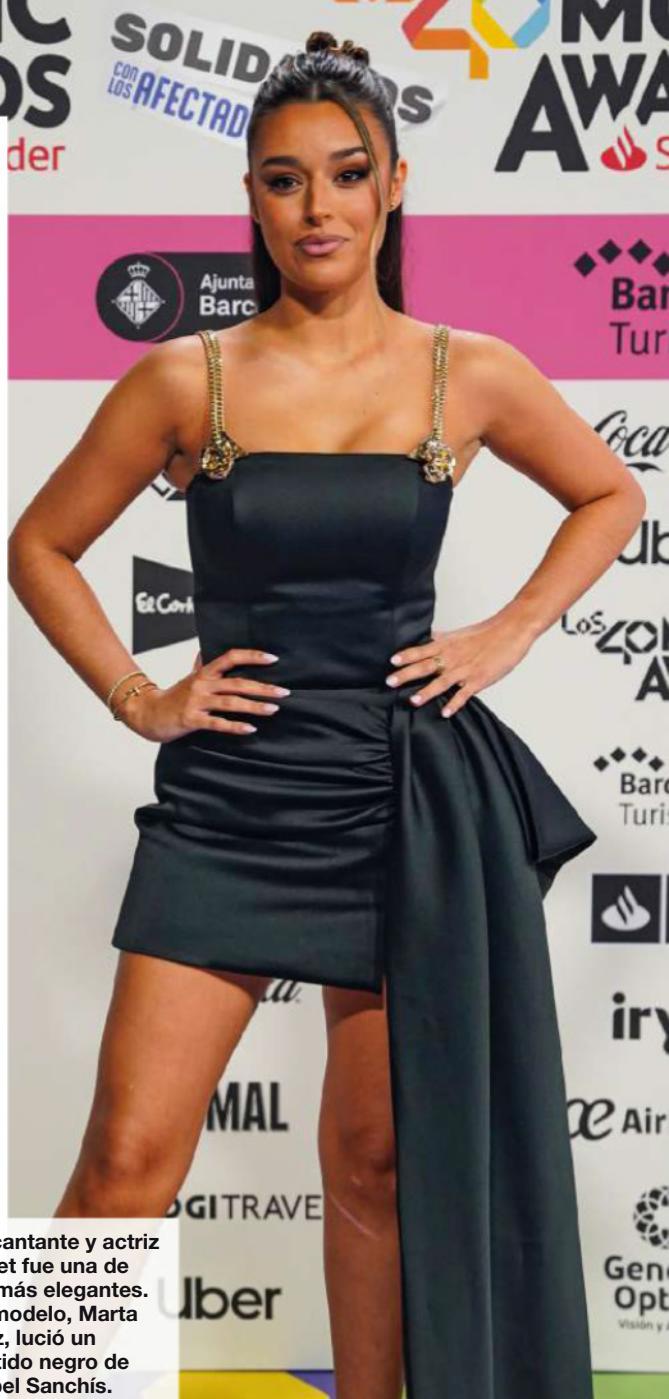




La cuñada de Tamara Falcó y actriz, Alejandra Onieva, no se quiso perder la gala de Los 40 Principales en Barcelona.



La cantante y actriz Jedet fue una de las más elegantes. La modelo, Marta Díaz, lució un vestido negro de Isabel Sanchís.



Beret se alzó con el Premio a Mejor Artista. A la derecha, la cantante e influencer Petazeta.

Impactos en la red

EDURNE SE PONE ROMÁNTICA CON SU CHICO, MIENTRAS ISABEL JIMÉNEZ NOS MUESTRA SU OFICINA DESDE VALENCIA.

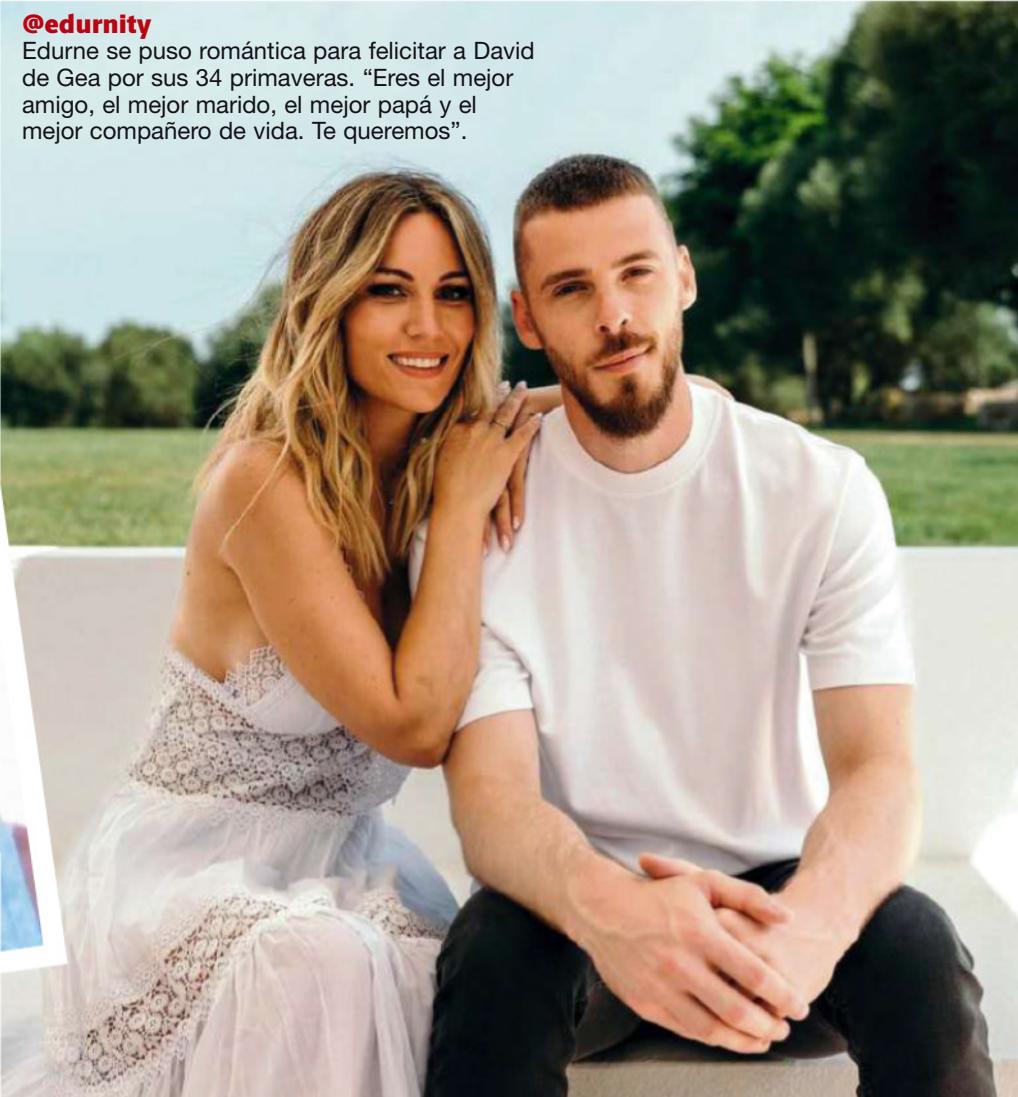


@taniallasera

La periodista colgó fotos antiguas para escribir un texto sobre qué le diría a la chica de entonces. "Le tranquilizaría sobre si encontraría una pareja maja. Porque, aunque no creo en las medias naranjas, después de muchos corazones rotos, llegaría alguien con quien haría zumo de naranja cada día feliz", apuntó.

@edurnity

Edurne se puso romántica para felicitar a David de Gea por sus 34 primaveras. "Eres el mejor amigo, el mejor marido, el mejor papá y el mejor compañero de vida. Te queremos".



@georginagio

Para Georgina, Cristiano no es solo el mejor jugador de fútbol, también es un papá diez. ¡Pero cómo mira a su peque!



@lolitaoficial

El pasado 4 de noviembre, Rosario cumplió 61 años, y su hermana Lolita rescató esta tierna imagen para confesar lo mucho que la quiere. "Te amo y te admiro", escribió.

síguenos en...



www.facebook.com/diezminutos.es



www.youtube.com/diezminutostv



http://twitter.com/diezminutos_es



instagram.com/revistadiezminutos/



@isabeljimenezt5

Isabel Jiménez viajó a Valencia para contar de primera mano lo que se está viviendo, y poner en valor la labor de los voluntarios. "Me sigo quedando con la gente. Con los abrazos, con la solidaridad, con la gratitud, con las sonrisas robadas, con los jóvenes que están de sol a sol limpiando barro y repartiendo comida", escribió.



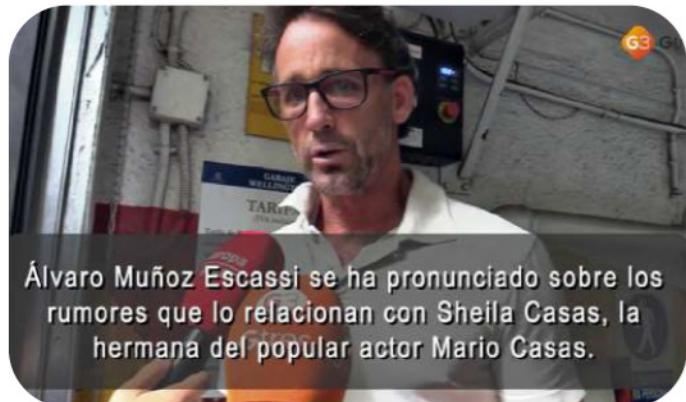
El personaje de la semana

Mario Vaquerizo

Después de su tremenda caída del escenario y su ingreso hospitalario, el marido de Alaska ya está en casa. Todavía no está recuperado al cien por cien, pero ya se encuentra mucho más animado. "Gracias a todos los profesionales del Ramón y Cajal de Madrid por convertir un hospital en un paraíso. Algo que no es nada fácil. Ahora reposo, más revisiones y paciencia", apuntó.

“**La frase de la semana**
Lo peor que pueden decir de mí es que soy supermaja
(Nawja Nimri)

Nuestros vídeos... Arrasan



Álvaro Muñoz Escassi se ha pronunciado sobre los rumores que lo relacionan con Sheila Casas, la hermana del popular actor Mario Casas.

ÁLVARO MUÑOZ ESCASSI HABLA DE SHEILA CASAS

Es un rompecorazones. Después de María José Suárez e Hiba Abouk, parece que Muñoz Escassi ha entablado una relación especial con la hermana de Mario Casas. Entra en nuestra web para escuchar sus palabras.



El caso de Pietro y Rocco Costanzia ha dado un giro de 180 grados.

CARLO COSTANZIA, INVESTIGADO

El exmarido de Mar Flores habría falsificado un documento que ayudó a una tercera persona a introducir un teléfono móvil en prisión para que sus vástagos se pudieran comunicar entre sí y con personas del exterior. Todos los detalles en nuestro vídeo.



Tras confirmar que, como se rumoreó en su día, ya está casada con René Ramos

LORENA GÓMEZ Y RENÉ RAMOS, CASADOS

Ha sido la propia Lorena la que ha confirmado que, efectivamente, se han casado sin que nadie se enterara, aunque la gran fiesta está por celebrarse. Toda la información en nuestra web.

SI QUIERES VER OTROS VÍDEOS

youtube.com/diezminutostv



MEJOR
SIGNO
DE LA
SEMANA

Cristina Castaño

ESCORPIO

24-10 al 22-11

SALUD: Esta semana los planetas se alinean a tu favor y te ayudarán a salir airosa de cualquier problema. Tu estado de ánimo será inmejorable, buen momento para hacer más deporte y recuperar así tu estado físico.

AMOR: Tienes que aprovechar la influencia de la Luna para sacar a la luz tu lado más pasional, romántico y erótico. Tu pareja se volverá loca viéndote tomar la iniciativa. Si no tienes pareja, el Uno de Copas me indica que llegará una persona muy importante a tu vida.

FORTUNA: Segundo el Cinco de Oros vas a entrar en una etapa de estabilidad económica. Tu negocio irá mejorando a pasos agigantados.

VIRGO

24-8 al 23-9

SALUD: No tienes ganas de nada, te falta ilusión y la apatía te puede. Tienes que ponerte las pilas, ya que te caracterizas por ser una persona fuerte y puedes superar todo con facilidad. Haz planes con tus amigos y romper con la rutina. Verás cómo poco a poco vas a ir mejorando.

AMOR: Durante estos días tendrás una buena relación con tu pareja y en este momento te mostrará todo su apoyo. El Uno de Copas me indica que vas a recibir una agradable sorpresa de tu familia política, que hará que la relación con tu pareja mejore.

FORTUNA: Segundo el Cinco de Oros, te van a ofrecer una inversión que te vendrá muy bien para mejorar tu economía.

LIBRA

24-9 al 23-10

SALUD: Puedes sufrir dolores en los riñones, no utilices ningún remedio casero y visita a tu médico. Tienes que tener paciencia y calmar tus nervios, ya que tu sueño se verá afectado. Intenta descansar más.

AMOR: Gracias a la influencia positiva del Sol en tu signo, tu relación sentimental va a mejorar mucho. No disimules tus inquietudes, porque hablando claro puedes tener la complicidad y el cariño que necesitas de la persona que está a tu lado. Disfruta de la pasión y no dudes en hacer un viaje romántico.

FORTUNA: No te precipites dejando tu trabajo, el tránsito de Marte por tu signo no te favorece y esto te puede perjudicar a la hora de evolucionar.

HORÓSCOPO

ARIES

21-3 al 20-4

SALUD: No debes obsesionarte con tu salud sin tener ningún diagnóstico médico. No seas aprensiva y relájate, estás perfecta. Únicamente puedes tener un problema de cervicales a finales de semana, pero por una mala postura.

AMOR: Tu pareja te va a demostrar más que nunca que te quiere y está dispuesta a apoyarte en todo. Tienes que intentar ser más amable con tu familia, en el fondo no tienes ningún motivo para desconfiar de ellos. Tus amigos te van a invitar a una fiesta donde te lo pasarás muy bien.

FORTUNA: Tus compañeros no te van a ayudar cuando les solicites que te echen una mano. Debes aprender de esto. No puedes ser siempre tan generosa.

GÉMINIS

21-5 al 21-6

SALUD: No puedes disimular que tienes el ánimo por los suelos. Esta semana, tu aparato digestivo se resiente, debes cuidarte más y evitar el picante, las comidas grasientas, el alcohol y las bebidas gaseosas. Así podrás mejorar. Tu estado de ánimo será optimista.

AMOR: Tienes que aprovechar lo bien que te llevas con la gente, y más si estás sin pareja. La influencia positiva de Marte te favorece y lo tendrás muy fácil para conquistar a quien te propongas. Si tienes pareja, vas a ser muy feliz.

FORTUNA: Tendrás mucha suerte en todo lo relacionado con el trabajo. Tu economía es ahora bastante buena. El número siete y el color verde te darán suerte en esta semana.

SAGITARIO

23-11 al 21-12

SALUD: Los cambios de temperatura te pueden llevar a tener pequeños dolores articulares que puedes solucionar con un buen masaje pero, si persisten, no dudes en ir a un especialista. Tu estado de ánimo será de tristeza a principios de semana, pero según vayan pasando los días, verás las cosas de otra manera.

AMOR: La carta del Tres de Copas me indica que tienes que dedicar más atención a tu pareja, ya que muchas veces no le demuestras lo que lequieres y esto hace que esté más inseguro.

FORTUNA: Si hace tiempo que te encuentras desempleado, te van a hacer una oferta de trabajo muy interesante que te estimulará y hará que mejore mucho tu economía.

CAPRICORNIO

22-12 al 20-1

SALUD: Evita coger frío porque te sentirás cansada. Procura tomar más vitamina C y te sentirás más fuerte. Duerme todo lo que necesites y no te excedas con el ejercicio porque podrías hacerte daño en un tobillo.

AMOR: Desde hace algún tiempo discutes mucho con tu pareja y esto está haciendo que haya un distanciamiento con la persona que está a tu lado. Debes cambiar radicalmente si quieres que la relación continúe. Si no es así, será mejor poner punto y final a algo que no va a funcionar.

FORTUNA: El Dos de Oros me indica que aunque tengas un trabajo estable, pueden ofrecerte algo nuevo que te interesa bastante, no te cierran a ninguna propuesta.

SCOPO

CÁNCER

22-6 al 22-7

SALUD: La boca te va a dar más de un problema. No te pongas en manos de cualquier dentista del que no tengas buenas referencias. Tu estado anímico no será el más idóneo estos días. Descansa más.

AMOR: Tienes la característica de que atraes a gente complicada y parece que el juego te gusta. Debes tener mucho cuidado. Si haces un viaje, podrías ligar en el lugar más insospechado. No lo pienses y disfruta del momento. Si tienes pareja, esta semana las discusiones van a ser fuertes, pero se solucionarán muy pronto.

FORTUNA: Debes dejarte llevar por tu intuición a la hora de invertir, ya que cuentas con la influencia positiva de Mercurio.

LEO

23-7 al 23-8

SALUD: En estos días te puedes ver afectada por una molesta alergia que en apariencia parece un catarro. Trata de combatirla enseguida. Tienes que ir al médico y tomar el medicamento que te diga, de esta manera pronto te sentirás mucho mejor.

AMOR: No debes sentir celos de la persona que tienes a tu lado, ya que no tienes motivos. Si estás sin pareja, intenta dejarte llevar y hacer realidad tus fantasías. No tengas reparos. Disfruta, porque en este momento las cartas me indican que no vas a encontrar a tu media naranja.

FORTUNA: Tendrás suerte en los viajes relacionados con el trabajo. Te van a pagar un dinero que te deben desde hace tiempo.

ACUARIO

21-1 al 18-2

SALUD: Júpiter te provoca cierta melancolía que hace que te sientas triste y con pocas ganas de hacer cosas. No te debes obsesionar con pequeños dolores. Estás bien, procura relajarte y levanta el ánimo. Eres una persona fuerte y lo puedes superar con facilidad.

AMOR: Si no tienes pareja, la Luna te va a favorecer y podrás conocer a alguien muy especial que te haga confiar de nuevo en el amor. No pretendas vivir siempre de los recuerdos. Anímate y lucha por seguir adelante y ser feliz porque te lo mereces. Todo lo tienes al alcance de la mano.

FORTUNA: Te gusta la responsabilidad y mandar, aunque luego siempre te agobias porque quieres que todo salga perfectamente.

PISCIS

19-2 al 20-3

SALUD: Debes hacer más ejercicio y acudir a darte algún masaje para cuidar tu cuerpo, sobre todo las cervicales. Si has iniciado una dieta, ten paciencia y, sobre todo, fuerza de voluntad, porque conseguirás estar como tú quieras.

AMOR: Habla con tu pareja e intentad poner algo más de pasión e interés en la relación, porque si no, llegará a su final. Con tu familia política podrías hacer las paces si pones un poco más de tu parte. Debes intentar siempre tener una actitud positiva y ser más dialogante.

FORTUNA: Los astros te van a favorecer en los temas económicos y laborales. Debes aprovechar este buen momento. El número uno y el color rojo te darán suerte.

SI QUIERES SABER QUÉ TE DEPARAN LOS ASTROS, NO TE PIERDAS CADA SEMANA NUESTRAS PREDICCIONES SOBRE SALUD, AMOR Y FORTUNA.

Por Nati Minerva

NUMEROLOGÍA

Para saber qué número somos, tendremos que sumar todos los números de nuestra fecha de nacimiento, simplificándolo en uno. Ejemplo: Fecha de nacimiento: 12-10-1995 Sumaremos: 1+2+1+0+1+9+9+5= 28; 2+8= 10; 1+0= 1

El resultado es el 1, por lo que éste será nuestro número natal.

1

Es hora de disfrutar de tus amigos.

3

Siquieres tener suerte en un examen, viste de color blanco.

5

Recogerás los frutos de ese negocio por el que has trabajado.

7

Es hora de cogerte unos días de descanso.

9

Te vas a reencontrar con un amor del pasado.

2

Vas a conocer a alguien que cambiará tu vida.

4

Solucionarás un grave problema que tienes con tu familia política.

6

Debes confiar en tu pareja. Te está preparando una sorpresa.

8

Propónle un viaje romántico a tu pareja.



PEOR
SIGNO
DE LA
SEMANA

TAURO

21-4 al 20-5

SALUD: Tienes que evitar comer alimentos grasos, ya que te pueden afectar al hígado. Intenta llevar una dieta más ligera, tomando verduras y evitando las comidas copiosas. Tu estado de ánimo se puede ver afectado por un problema con una amistad.

AMOR: Has entrado en una etapa en la que debes mejorar notablemente la comunicación con tu pareja, ya que el Seis de Espadas me indica que las discusiones y el distanciamiento van a reinar en vuestra relación.

FORTUNA: Tu familia te va a apoyar en todo e incluso te puede ayudar en un problema económico que te agobia desde hace un tiempo.

YO opino

por ángel antonio herrera

Donald Trump es un caso concéntrico de mujeres. Se ha casado tres veces. El primer matrimonio, con **Ivana Trump**, duró quince años, y se resolvió en divorcio, allá por 1992. El segundo, con **Marla Maples**, duró menos, y concluyó en otro divorcio, en 1999. El tercero es el matrimonio en curso, con **Melania**, se concretó formalmente en 2005. Él es una madeja de familia donde siempre asoma una mujer del pasado, y luego una hija esbelta y rubísima que igual no es exactamente una hija sino la cónyuge de un hijo. Les tiene a todos trabajando en la causa, que es manejar el mundo. Todos componen una parroquia aseadísima, millonaria y de mucha peluquería, como si se fueran de picnic a un yate o si del recreo de un yate volvieran. La actual Primera Dama de EE. UU. ejerce, y muy bien, de guapa con retrato de esfinge, sin romperse ni mancharse, cuando sale su marido ante la multitud. Es una hermosa de enigma, parada en una media sonrisa, con pasado de modelo, y un presente de esposa del rey del universo, porque algo de monarca tiene Trump, más que de presidente, tras ganar las elecciones en su país sobradamente. Imagino que en su elegancia ceñida, la de Melania, obviamente, se incluye no delatarse ni contenta ni triste. Ella sabrá, como tantas reinas.



Donald (78) y Melania (54) se casaron en 2005 y tienen un hijo en común, Barron (18), que ha sido asesor de su padre en su vuelta a la Casa Blanca.

A tenor de lo previsto en la normativa vigente de protección de datos (RGPD) le informamos que TELEPHONE PUBLISHING, S.A. con CIF A80464688 y domicilio a estos efectos en Avda. Cardenal Herrera Oria, 3. Madrid, como Responsable del Tratamiento, tratará los datos de carácter personal facilitados con la finalidad de comunicarse con Ud. para prestarle los servicios contratados y/o atención de consultas acerca de dichos servicios. La legitimación para el tratamiento de sus datos para las finalidades expuestas, es la relación contractual o precontractual en la que Ud. es parte, y/o el interés legítimo del responsable del tratamiento. Sus datos serán conservados durante la vigencia de la relación comercial entre ambas partes, más el tiempo de conservación previsto en la legislación específica. En caso de que Ud. ejerza sus derechos de supervisión y/o oposición, estos datos serán bloqueados y una vez pasado el plazo legal de conservación, se eliminarán de nuestras bases de datos.

Tiene derecho a acceder, rectificar, suprimir, limitar u oponerse al tratamiento, así como a portar sus datos, dirigiéndose por escrito a TELEPHONE PUBLISHING, S.A. en la dirección arriba indicada o a clientestp@telephonepublishing.es.

DIEZ
MINUTOS

DIRECTOR
Vicente Sánchez vsanchez@hearst.es

JEFA DE REDACCIÓN

Mar Cabanas mcabanas@hearst.es

JEFE DE DISEÑO

Ignacio Roldán iroldan@hearst.es

REDACCIÓN

Susana Jurado sjurado@hearst.es

María Larrocha mlarrocha@hearst.es

Belén Alonso [\(R. Jefe TV\)](mailto:balonso@hearst.es)

Mayte Rodríguez (Compras)

REDACCIÓN WEB:

webdiezminutos.es

Rosa María Prieto (Directora Digital) rmprieto@hearst.es

Silvia Criado (Jefa de Sección) scriado@hearst.es

Magdalena Piñero mpinero@hearst.es

Daniel Reyes dreyes@hearst.es

Ignacio Herruzo iherruzo@hearst.es

Nora Cámara ncamara@hearst.es

DISEÑO

Miguel Ángel Ramírez maramirez@hearst.es

FOTOGRAFIA

Fernando Roi, Ana Ruiz, Pablo Saraba, Guillermo Jiménez

ASISTENTE REDACCIÓN

María José G. Pajares mjgarcia@hearst.es

REDACCIÓN: C/Agustín de Foxá, 4, 28036 Madrid

Tel.: 91 728 70 00.

C/ Consejo de Ciento, 334-336, 6º 1º. 08009 Barcelona

Tel.: 93 566 15 58.

EDITA: Hearst España S. L.

CONSEJERA DELEGADA

Cristina Martín Conejero

DIRECTORA EDITORIAL

Benedetta Poletti

DIRECTOR FINANCIERO Y OPERACIONES SUR EUROPA

Marcello Sorrentino

DIRECTOR DE MARKETING

José Ángel Morales

DIRECTOR DE CONTROL DE GESTIÓN

César Portilla

DIRECTOR DE ESTRATEGIA DIGITAL

Carlos Alonso

DIRECTOR DE DESARROLLO DE CONSUMIDORES

Manuel Poyato

DIRECTOR DE DIFUSIÓN

Guillermo Moreno

DIRECTORA DE COMUNICACIÓN

Eva Calle

DIRECTORA CREATIVA

Inmaculada Jiménez

DIRECTOR DE RECURSOS HUMANOS

Joaquín Millán

DIRECTOR DE PRODUCCIÓN

Carlos Bohúa

DIRECTOR DE HEARST STUDIO

Miguel Ruiz-Bravo Goytre

DIRECTOR DE INFORMÁTICA

Carlos Amorós

DIRECTOR DE ASESORIA JURÍDICA

Ignacio Díaz

PUBLICIDAD:

DIRECTOR PUBLICIDAD Y SOLUCIONES DE COMUNICACIÓN:

Rubén Cordero

DIRECTORA AD INTELLIGENCE & OPS: Sandra Prosperi

DIRECTOR HEARSTMAD: Luis Quintana

DIRECTORA HEARST LIVE: Inés Pérez

DIRECTORA PUBLICIDAD INTERNAC. IMPORT: María Moruno

MADRID: C/ Agustín de Foxá, 4, 28036 MADRID.

Tel.: 91 728 70 00.

DIRECTORA COMERCIAL: M. Luisa Ruiz de Velasco

DIRECTORA DE PUBLICIDAD: Gemma Cardozo

COORDINADORA PRINT: Sílvia García

DIRECTORA COMERCIAL DIGITAL: Nora Recio

DIRECTOR DE PROGRAMÁTICA: Ignacio Tomé

DIRECTORA DE PUBLICIDAD DIGITAL: Marta Conget

DIRECTOR DE PROGRAMÁTICA: Ignacio Tomé

COORDINADORA DIGITAL: Marta Gadea

BARCELONA: C/ Consell de Cent, 334-336, 6º 1º,

08009 Barcelona Tel.: 93 566 15 58.

DIRECTORA COMERCIAL: Luz Roca de Viñals

DIRECTORA DE PUBLICIDAD: Esther Sales

SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD DIGITAL: Leticia Martín

COORDINADORA PRINT/DIGITAL: Amparo Gasull

VALENCIA: Bárbara Sanchis. Tel.: 650829419

DIEZ MINUTOS es una publicación de

HEARST MAGAZINES INTERNATIONAL

DEBI CHIRICHELLA, President Hearst Magazines

JONATHAN WRIGHT, President Hearst Magazines International

KIM ST. CLAIR BODDEN, Development Svp/Editorial & Brand

Director.

IMPRESIÓN: Edición Normal : Comeco Gráfico / Grafinter.

Edición Pocket : Rotocolor

DISTRIBUCIÓN: SGEL

ATT AL CLIENTE Y SUSCRIPCIONES:

Tel.: 91 112 62 60 de lunes a viernes 9 a 14.00 h.

suscripciones@hearst.es

Carreras P. V. P.: 2,65 euros IVA). Incluidos gastos de transporte aéreo. Corte y Mall: 2,50 euros (sin IVA), incluidos gastos de transporte. Asociada a la Fed. Int. de Prensa Periódica, FIPP.

Control de la OJD.

Depósito legal: M-2992-1958 Printed in Spain

Edición legal: Edición Pocket: M-3368-2013

Qualsever forma de reproducción,

distribución o transformación de esta obra sólo puede

ser realizada con la autorización de sus

titulares, salvo excepción prevista por Ley.

Diríjase a CEDRO

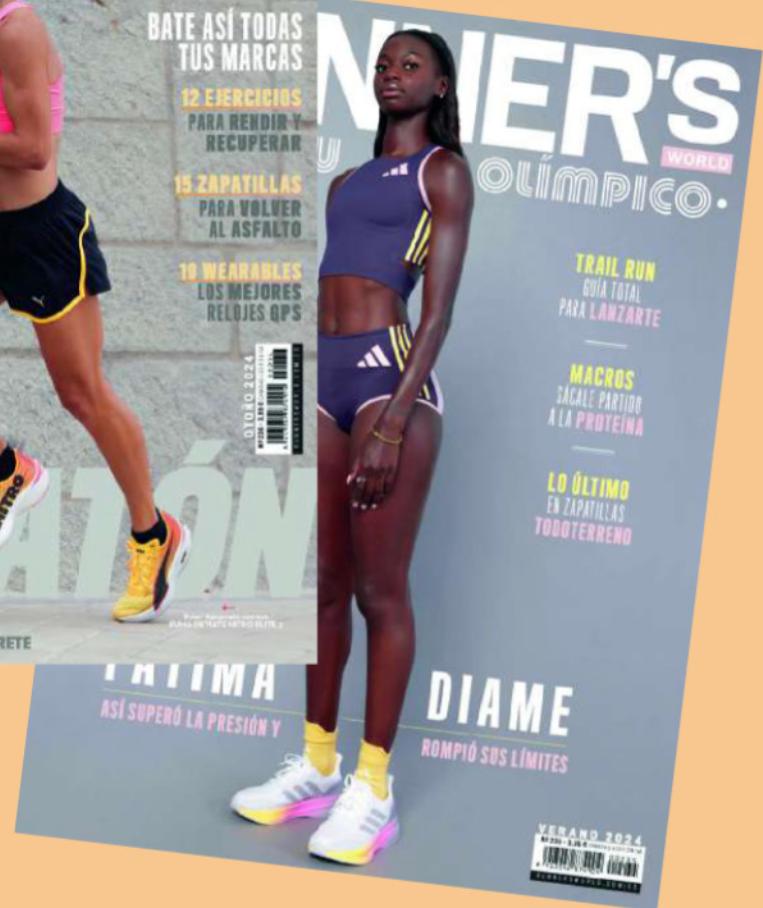
(www.cedro.org) si necesita fotocopiar

o escanear algún fragmento de esta obra.



PEFC CERTIFIED

PASIÓN POR EL RUNNING



PÍDELA EN TU KIOSCO

ENTRENAMIENTOS · NUTRICIÓN · MEDICINA DEPORTIVA · ESTIRAMIENTOS · PRUEBAS DE EQUIPAMIENTO DEPORTIVO · TENDENCIAS
LA MARCA DE REFERENCIA DE LOS RUNNERS MÁS SEGUIDA DEL MUNDO

CORIOLISS

C 1



www.corioliss.es