

FOTOS EXCLUSIVAS

BELÉN ESTEBAN

Celebra con Miguel su esperado regreso

FOTOS EXCLUSIVAS

EL REY FELIPE

De cena con amigos

RAPHAEL

Arropado por su familia en su gran noche

EXCLUSIVA

CARLOTA CASIRAGHI

Primeras fotos tras su ruptura

Alemania: 7,90 € Bélgica: 5,90 € Finlandia: 9,00 € Francia: 6,30 € Reino Unido: 6,30 £ Italia: 5,30 € Luxemburgo: 6,30 € Portugal: Cont. 2,90 € Suiza: 9,80 F.S.

La nueva APP de SEMANA

Sigue toda
la actualidad
en tu móvil



La última hora
al instante



Tu revista
siempre a mano



Lectura cómoda
en iPhone y Android



Descárgate la app gratis en **App Store** y **Google Play**



Escanea este código QR para descargarte la app en tu dispositivo



PÁGINA 78
PABLO LÓPEZ Y LAURA RUBIO: EL PRIMER PASEO DE LOS FUTUROS PAPÁS.



PÁGINA 88
EUGENIA MARTÍNEZ DE IRUJO SOBRE SU MARIDO: "MI CATALÁN ES UNA JOYA".

y además no te pierdas...



- 4 Letizia**, reina de cuento de hadas.
- 8 Rey Felipe**: cena entre amigos en Madrid.
- 10 Belén Esteban** disfruta junto a Miguel de su feliz momento.
- 16 Woody Allen y Soon-Yi**, turistas en Madrid.
- 18 Carlota Casiraghi**, tras su ruptura.
- 22 Ágatha Ruiz de la Prada**: una abuela original.
- 30 Miguel Bernardeau y Zhanna Red**: romántico paseo.
- 32 Stephanie Cayo**: "Mi madre me ha preguntado si me volvería a casar, pero no le respondí".
- 34 Alejandro Sanz**, con sus hijos y su novia.
- 36 Meg Ryan**: así es su exclusiva casa de campo.
- 40 David Bustamante**: el romántico gesto hacia su chica, Yana Olina.
- 42 Raphael**: su gran noche en familia.
- 44 Catherine Zeta-Jones**, estrella en Bilbao.
- 66 Javier Iglesias, Mister Internacional Spain**: "Esta oportunidad es un sueño que quiero aprovechar".
- 68 Daniel Sancho**: el caso se complica.
- 76 Isabel Pantoja** celebra los 40 años de 'Marinero de luces'.
- 80 Verónica Hidalgo** se derrumba.
- 90 La familia real de Suecia**, más unida que nunca.
- 92 Duque de Feria**: su trágica muerte.
- 98 Así hemos cambiado**: Anna Castillo.

PÁGINA 82
NAOMI WATTS, EN LA SEMANA DE LA MODA DE PARÍS.



Fascículo 14



www.semana.es



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana_revista

La Reina estaba espectacular con este look de Carolina Herrera y zapatos de plataforma de Martinelli por Redondo Brand.



Letizia, reina de cuento de hadas

Su look sorprendió en el Palacio Real durante la visita del presidente Macron y la primera dama de Francia

BESOS, abrazos y halagos mutuos... La visita de Estado del presidente de Francia, Emmanuel Macron, y su esposa, la primera dama Brigitte Macron, estuvo repleta de todos estos gestos de cercanía y complicidad con nuestros Reyes. Pero si nos tenemos que quedar con una imagen de los dos días que compartieron, sin duda es esta: la Reina Letizia entrando en el Salón del Trono del Palacio Real con paso majestuoso, etérea y brillante como una princesa, o reina bien, de cuento de hadas.

Deslumbró vestida con un diseño de Carolina Herrera, prestado por Puig; la Tiara Floral y los pendientes de chatones

Deslumbrante con un vestido azul con largas mangas capa y escote con pedrería y transparencias que nos recordaba, irremediablemente, a Elsa, la princesa de *Frozen*. Un singular parecido del que también se hizo eco la prensa internacional.

Un look de ensueño

Se trataba de una novedad de Carolina Herrera, pero que, según nos informan, no se trataba de una nueva adquisición para su vestidor, sino un préstamo de Puig, empresa española a la que pertenece dicha firma. En algunas plataformas de moda se puede encontrar a un precio de casi 5.000 euros.

La tiara fue la otra gran protagonista, pues estas son piezas que solo se pueden lucir en estas grandes ocasiones. Esta vez, Doña Letizia recuperó la Tiara Flo- ▶▶▶

Un simpático momento, con la Reina colocándose las mangas ante la mirada de Brigitte, que iba de Louis Vuitton.



Los Reyes y el matrimonio Macron, en el Salón del Trono del Palacio Real. Macron lucía el Collar de la Orden de Isabel la Católica.



Para la bienvenida oficial Brigitte Macron vistió de Louis Vuitton y la Reina recuperó un diseño de Pertegaz. Por la tarde, la primera dama hizo una visita privada a la catedral de La Almudena.



Los gestos de cercanía y complicidad de la Reina y la primera dama Brigitte Macron brillaron en cada uno de sus encuentros

... ral de Mellerio, que es una de sus favoritas y de las que más veces se ha puesto. Habíamos esperado diez meses desde la última vez que se tocó con tiara, justo para la cena en honor del presidente de Alemania, el 26 de noviembre de 2025, cuando llevó la Tiara Cartier. Por último, eligió los pendientes de chatones, pertenecientes al lote "de pasar" legado por la Reina Victoria Eugenia.

Menú de Joan Roca

Durante el tradicional besamanos, con invitados de ambos países, se pudo ver algunas caras muy conocidas como Carmen Maura y Luz Casal, a las que en su discurso Macron se refirió, con humor, alegando que muchos compatriotas suyos pensaban que eran francesas...

En ese momento ya estaban sentados en la larga mesa instalada en el Comedor de Gala, degustando el menú elaborado por el chef Joan Roca, quien sirvió brioche al vapor de trufa, turrón de foie, parmentier de bogavante y postres lácticos.

Solo unas horas antes había tenido lugar la bienvenida oficial con honores, en el Patio de Armas del Palacio Real de Madrid, a la que Emmanuel y Brigitte Macron llegaron con 45 minutos de retraso y a los que saludaron al estilo español, con dos besos en la mejilla. En este primer encuentro ya pudimos comprobar el tono tan cercano que definiría esta visita.

La Reina, vestida de Pertegaz, y la primera dama, de Louis Vuitton, también fueron embajadoras de la elegancia de sus países. Un poco más tarde, los Reyes y los Macron almorzaron juntos en La Zarzuela.

La agenda concluyó invirtiéndose los papeles, con el presidente Macron y la pri-



El cariñoso saludo del matrimonio Macron a los Reyes a las puertas de la Residencia de la Embajada de Francia.

UNA DESPEDIDA CON FIESTA EN SUELO FRANCÉS



Doña Letizia (54) y Brigitte Macron (73), intercambiando impresiones.

La Reina hizo un guiño con un vestido de la firma francesa Sandro con escote joya de lágrima para su última cita con los Macron.

mera dama ejerciendo de anfitriones para ofrecer una recepción en honor de Sus Majestades, en la Residencia de la Embajada de Francia. La etiqueta era de cóctel y eso permitió que los gestos fueran más relajados. En la despedida no faltaron los

mejores deseos y los brindis con champán francés, cómo no, para despedir a los Macron tras su primera (y última) visita de Estado, pues enfilan ya sus últimos meses de mandato en el Elíseo.

Fotos: R. Smith y Casa de S.M. el Rey.

EXCLUSIVA

El Rey Felipe, cena entre amigos en el centro de Madrid

Antes de emprender viaje oficial a Finlandia, el monarca disfrutó de una charla en torno a la buena mesa



El Rey, a la salida de la Taberna del Alabardero.



El monarca (58) intenta quedar con su círculo de íntimos para hacer planes privados y así ponerse al día



NO es habitual ver al Rey Felipe (58) sacar tiempo libre para disfrutar al margen de la agenda oficial de la Casa Real. Pero a veces lo consigue, aunque tenga que hacer malabares entre actos, viajes y compromisos internacionales.

Así sucedió en esta ocasión que recogemos en SEMANA, donde se puede apreciar al monarca de cena con amigos, mostrándonos esa cara B más natural y a pie de calle, dejando de lado el protocolo.

El Rey Felipe fue captado a la salida de la Taberna del Alabardero, un clásico restaurante especializado en comida vasca, situado muy cerca del Teatro Real y del Palacio Real de Madrid. Todo queda en casa, ¿no?

Entre la gente

Compartiendo mesa y mantel estaban algunos de los mejores amigos del monarca, a los que procura no descuidar pese a su complicado calendario institucional. De hecho, estas cenas se han

Vestido de manera elegante, pero informal, el soberano salió solo del restaurante, junto a su equipo de seguridad

convertido en un balón de oxígeno para ponerse al día.

Y además junto al público general, sin mayores exigencias que las que implica su propia seguridad. A veces son en Madrid, pero otras

muchas se producen en distintos puntos de la geografía española. Son planes que Don Felipe organiza con su grupo de íntimos y a los que la Reina Letizia no se suele apuntar, pues ambos respetan su propio espacio.

Después de recibir en Madrid al presidente de Francia, Emmanuel Macron, y a su esposa, Brigitte, como informamos en este mismo número, el pasado lunes los Reyes iniciaban un viaje de Estado a Finlandia de tres días de duración. ■

FOTOS EXCLUSIVAS

Belén Esteban disfruta junto a Miguel de su feliz momento

Las grandes audiencias que han cosechado sus últimas intervenciones televisivas le llegan en una gran época a nivel personal con un matrimonio sólido y estable



MUY ENAMORADOS

Durante su paseo, Miguel y Belén, que se muestran tan enamorados como el primer día, no dejaron de intercambiarse miradas cómplices, carantoñas y besos.



"Mi hija tiene a su padre, que es Jesús Janeiro Bazán, alias 'el hombre invisible', pero el que ha ejercido como padre es Miguel Marcos", asegura Belén, que siempre ha destacado el cariño que su marido profesa a su hija

DURANTE muchos años, al estar en la primera línea televisiva, Belén Esteban (52) estaba acostumbrada a recibir a diario numerosas muestras de cariño por parte de la gente. Un cariño que llegó a dudar que siguiera ahí tras cancelarse el programa *La familia de la tele* (TVE), en junio de 2025, y tomar la decisión de retirarse de la pequeña pantalla durante un tiempo para dedicarse a los suyos. +++

+++ Sin embargo, sus últimas dos intervenciones televisivas en el programa *¡De Viernes!* han borrado todas las dudas que Belén pudiera tener gracias a las magníficas audiencias que ha logrado (18,7% y 19,7% de cuota de pantalla): "Yo pensaba que la gente ya no me quería, pero después de la entrevista del viernes pasado he descubierto que no se han olvidado de mí", asegura Belén emocionada en su última aparición en el programa de Telecinco, que ha supuesto, sin duda, un gran refuerzo para su autoestima.

Miguel, su gran amor

Pero que nadie se equivoque... Que Belén echara de menos sentir de cerca ese cariño del público, gracias a la popularidad que proporciona entrar a diario en los hogares de los espectadores, no significa que no haya sido muy feliz en este tiempo que ha estado alejada de la pequeña pantalla. Y es que en estos meses, Belén ha podido disponer de ese tiempo que muchas veces le ha faltado por sus compromisos laborales para estar más con sus amigos de siempre, con su madre, con su hija y, cómo no, con su marido, Miguel Marcos.

Él es su persona de confianza, su refugio, su apoyo cuando todo se tambalea... Su gran amor. Así, para Belén, disfrutar de una tranquila jornada de domingo, como se puede ver en estas imágenes que les ofrece SEMANA en exclusiva, paseando cogidos de la mano rumbo a su restaurante favorito es el mejor plan del mundo.

Un buen padre

Un trayecto en el que el matrimonio aprovechó para conversar sobre sus cosas, pero también para intercam-

biar gestos de amor y apasionados besos, como la pareja de enamorados que son.

Belén siempre ha manifestado cómo Miguel la quiere, cuida y mimar, aunque para ella es tanto o más importante cómo se comporta con su gente más querida y, en especial con su hija, Andrea, como remarca en su última entrevista: "Mi hija tiene a su padre, que es Jesús Janeiro Bazán, alias *el hombre invisible*, pero el que ha ejercido como padre es Miguel Marcos", afirma rotunda.

Un mensaje para Julia

Pero, a pesar de su contundencia en esta declaración, lo cierto es que Belén se mostró mucho más comedida en su segunda aparición en *¡De Viernes!*, quién sabe si en parte condicionada por el comunicado previo que habían emitido Jesulín y María José Campanario. En este, el matrimonio desmentía "la veracidad de las manifestaciones vertidas por Belén" y adelantaba su intención de tomar acciones legales por aquellas manifestaciones que supongan "una vulneración del derecho al honor, la intimidad personal y familiar o la propia imagen". "¿En qué miento? ¿En decir que mi hija ha tenido un padre ausente? Creo que eso lo ha visto toda España", responde la de Paracuellos al respecto.

Durante su intervención Belén aclara que ella, por su parte, no ha puesto ninguna denuncia a Jesulín y que no va a entrar en una confrontación con Julia Janeiro que no ha buscado: "Esta guerra no la empecé yo. El primero fue el padre, mandándome un burofax el 19 de marzo, y luego Julia". Eso sí, Belén manda un mensaje muy directo a la hija de Jesulín y María José Campa- +++

Para Belén, disfrutar de una tranquila jornada de domingo junto a Miguel es el mejor plan del mundo





Caminaron juntos, cogidos de la mano, en dirección al restaurante.

MIGUEL MARCOS, EL GRAN AMOR DE SU VIDA



- Belén Esteban y Miguel Marcos se conocieron a finales de 2013, cuando él, conductor de ambulancias profesional, fue a auxiliarla tras una bajada de azúcar motivada por su problema de diabetes.
- Poco después, la pareja comenzó una relación sentimental muy discreta y estable.
- La pareja atravesó una crisis allá por 2015, que coincidió con la entrada de Belén en el reality *Gran Hermano VIP*. Tras una breve ruptura, retomaron su relación para no separarse más.
- Belén y Miguel se casaron el 22 de junio de 2019 en la finca La Vega de Henares, de Alcalá de Henares (Madrid).
- Se trató de una ceremonia civil y Raúl Prieto, gran amigo de Belén y exdirector de *Sálvame*, fue su padrino.
- Miguel ha estado al lado de Belén tanto en los buenos como en los malos momentos, ocupando un discreto segundo plano.
- Miguel sigue en activo trabajando como conductor de ambulancias, algo que a Belén le llena de orgullo.

Belén a Julia Janeiro:
"No es una amenaza, pero no me vuelvas a insultar. Yo no soy analfabeta"

"La historia que te han contado no es nuestra historia, pero la verdad solo tiene un camino. El que no da la cara, por mucho que te duela, es tu padre"

►►► nario: "No es una amenaza, pero no me vuelvas a insultar. Yo no soy una payasa ni miento ni soy analfabeta (...) La historia que te han contado no es nuestra historia, pero la verdad solo tiene un camino. El que no da la cara, por mucho que te duela es tu padre".

Para Belén, Julia "está manejada por María José Campanario", quien, por otra parte, cree que "siempre ha querido ser lo que Julia es hoy".

¿Reconciliación?

Belén no quiere desvelar el motivo por el que las hermanas se han distanciado, aunque deja el camino abierto a una futura reconciliación: "La vida es muy larga. Son muchas fases y ojalá algún día pase".

"Me da pena no haber tenido un buen entendimiento con Jesús, que no hayamos sido capaces de hacerlo bien"

Una circunstancia que no parece que vaya a producirse de forma inminente, ya que, según cuenta, su hija tiene 'bloqueados' en su móvil tanto a su hermana, Julia, como a su padre, Jesulín, y a la mujer de este, María José.

En cuanto a la relación padre e hija, Belén también expresa su deseo de que "algún día la retomen" y acepta su parte de responsabilidad en que el conflicto entre ella y Jesulín se haya prolongado hasta el día de hoy. "Me da pena no haber tenido un buen entendimiento con Jesús, que ninguno de los dos hayamos sido capaces de, por el bien de nuestros hijos, haberlo hecho bien". ■





Manuel Zamorano fue el encargado de peinar, maquillar y vestir a Belén, que lució un elegante traje bicolor de Inés Domecq.

Según Belén, "Julia está manejada por María José Campanario", que, a su vez, "siempre ha querido ser lo que Julia es hoy"

Belén expresa su deseo de que algún día su hija se reconcilie con su hermana y con su padre

Woody Allen y Soon-Yi, turistas en Madrid

El director está rodando su nueva película en la capital



Woody Allen (90) y Soon-Yi (55) estuvieron paseando por El Retiro.

TAMBIÉN FUERON A COMER A UN ASADOR GALLEGO

EL director de *Manhattan* y *Annie Hall* se encuentra en Madrid, donde va a rodar su nuevo proyecto durante seis semanas en escenarios de la capital y de Aragón. Será la película número 51 de Woody Allen (90) y está ambientada en el mundo diplomático.

La película, aún sin título, está protagonizada por la actriz británica Jemina Kirke, pero también participan ac-

tores españoles como Paloma Bloyd, Peter Vives y Jordi Mollá.

El director no ha viajado solo a la capital, lo ha hecho con su mujer, Soon-Yi (55), y sus dos hijas adoptivas, Bechet (27) y Manzie (26). Como dos turistas más, la pareja estuvo visitando algunos establecimientos, como una tienda de turrone, y también dando un paseo por el Barrio de las Letras y El Retiro. Por supuesto, tam-

poco faltó la visita gastronómica. El cineasta neoyorquino hizo una parada en el Asador Gonzaba, un restaurante gallego situado en el barrio de Salamanca.

El lunes, 5 de octubre, Allen ya empezó a rodar las primeras escenas enfrente del Teatro Real. Al igual que ocurrió con otras películas del director y otras ciudades (como *Vicky*, *Cristina*, *Barcelona* o *Midnight en París*) este filme está producido por

El actor y director y Soon-Yi llevan juntos 34 años, 28 de ellos casados, y tienen dos hijas adoptadas

la Comunidad de Madrid y el Ayuntamiento, quienes aportan 1,5 millones de euros cada uno en el marco de un acuerdo de patrocinio destinado a promocionar la ciudad. ■

Más volumen: el secreto para transformar el cabello fino

El volumen empieza en la fibra

Cuando el cabello es fino, basta un cambio para que la melena parezca abundante y llena de movimiento. Elvive Collagen Lifter lleva al cuidado capilar ingredientes estrella de la cosmética facial: los péptidos de colágeno, capaces de envolver la fibra y aportar cuerpo sin apelmazarla. El resultado: hasta un +75 % de volumen* natural al instante.

Tres gestos que marcan la diferencia

Empieza con el champú, de textura ultraligera, para limpiar sin añadir peso. Después, aplica el acondicionador en medios y puntas, ajustando la cantidad al largo del cabello. Y para elevar las raíces, entra en escena el Spray Voluminizador de raíces BIG HAIR DAY: pulverízalo únicamente en la raíz y, para potenciarlo, aplícalo boca abajo.

Una rutina a tu medida

Si tu pelo es fino, apuesta por los tres pasos. Si es normal o grueso, combina champú y acondicionador para ganar cuerpo y movimiento, y reserva el spray para refrescar el look. Porque subir el volumen a tu pelo también puede subir el volumen a tu día.

Sube
el volumen
a tu pelo.
sube el volumen
a tu día

CHAMPÚ



ACONDICIONADOR



SPRAY
VOLUMINIZADOR
DE RAÍCES



*Test instrumental tras el uso de la rutina

L'ORÉAL
PARIS
ELVIVE

EXCLUSIVA

Carlota Casiraghi, primeras imágenes tras su ruptura

Ha puesto fin a su
relación de dos años
con el escritor francés
Nicolas Mathieu

Carlota y Nicolas Mathieu,
el pasado abril, en una de
sus escasas fotos juntos.





Carlota Casiraghi (40) y su hijo Balthazar, de siete años, tras realizar unas compras.

DOS años ha durado la última relación sentimental de Carlota Casiraghi (40) con el escritor francés Nicolas Mathieu (48). Un romance que, aunque ambos han llevado de una manera muy discreta, había generado ciertas sospechas ante la falta de imágenes juntos desde hace tiempo. Finalmente la prensa francesa lo ha confirmado: Carlota y su novio han roto.

Así lo ha publicado la revista *Voici*, citando fuentes muy fiables. Carlota Casiraghi nunca comenta aspectos de su vida privada, por lo que ha dado la callada como respuesta, pero lo que sí hemos podido ver, de momento, en este reportaje exclusivo de SEMANA, es que continúa su vida en París con total normalidad.

Con su hijo pequeño

En estas fotografías observamos a Carlota por la calle junto al menor de sus dos hijos, Balthazar, de casi 8 años (que cumplirá el próximo 23 de noviembre), nacido de su matrimonio con el +++

La hija de la princesa Carolina de Mónaco tiene dos hijos de dos padres distintos: Raphaël y Balthazar, con Gad Elmaleh y Dimitri Rassam

+++ productor cinematográfico Dimitri Rassam. Con ellos también va el perrito de la familia, que se llama Pepito. En un momento, la joven hizo unas compras.

Carlota Casiraghi aparece con vaqueros, camisa holgada, el pelo largo suelto y a cara lavada. Una imagen al natural y sin aderezos que la hija de la princesa Carolina de Mónaco ha convertido en 'marca de la casa'.

Futuros distintos

Aunque eso no le resta ningún atractivo, lo cierto es que Carlota tenía algo de 'mala cara', lo que vendría a refrendar una situación personal más complicada. En todo caso, la prensa francesa remarca que ha sido ella la

Carlota Casiraghi trata de hacer una vida lo más normal posible en su vecindario de París, situado cerca de la torre Eiffel

que habría dado el paso para dejar a Nicolas Mathieu, enmarcando la ruptura a finales de este pasado verano.

Los motivos son otra cuestión. Se dice que la pareja se habría distanciado por tener planes de vida opuestos, en particular respecto a ampliar la familia. Así como Carlota podría estar interesada en ser madre de nuevo, el escritor, no.

Carlota Casiraghi tiene dos hijos, Raphaël, que el 17 de diciembre cumple 13 años, fruto de su relación con el humorista Gad Elmaleh, y el ya mencionado Balthazar. Nicolas Mathieu, por su parte, tiene un hijo de 13 años de una relación anterior.

Este deseo no compartido habría sido el detonante de-

Carlota Casiraghi ha reaparecido con una imagen natural: en vaqueros, con sudadera y sin maquillaje



**PASEO
CON SU
PERRITO
PEPITO**



Carlota Casiraghi, con su mascota en brazos.

finitivo de su ruptura, aunque, tal y como afirman los medios franceses, el afecto entre ambos siga existiendo. Esto deja una puerta abierta a una posible reconciliación. ¿Quién sabe?

De momento, Carlota Casiraghi vuelve a estar soltera. La discreción con la que suele manejar sus relaciones personales ha sido especialmente significativa sobre todo con el escritor Nicolas Mathieu, siendo escasísimas las ocasiones en las que los hemos podido ver juntos.

Una pareja discreta

Por ello la sorpresa fue mayúscula cuando la pareja acudió, en abril de 2026, al Masters de tenis de Montecarlo y fueron retratados sentados juntos, sin ocultar sus sentimientos, como unos

Carlota quería tener otro hijo, pero su novio no: este sería el motivo principal por el que habrían separado sus caminos

enamorados más. Eso hizo volar las expectativas de los más románticos. Sin embargo, fue la primera y casi la última vez que los vimos así.

Una vez que ha trascendido la ruptura, tampoco Nicolas Mathieu se ha pronunciado en público al respecto.

Carlota Casiraghi ha cumplido 40 años y en los últimos tiempos se ha afianzado como una *princesa intelectual*. Ha publicado su primer libro, *La fêlure* (La grieta), y suele participar en las conferencias literarias y filosóficas que organiza Chanel, firma de moda de la que, además, es una de sus embajadoras de lujo. Ahora vuelve a estar soltera. ■

SUS OTRAS PAREJAS Y PADRES DE SUS HIJOS



Su primera pareja famosa. Dada su trayectoria, podría pensarse que Carlota no tiene suerte en el amor, pero quizás es al contrario, ya que ha sido muy libre para elegir sus parejas. Tras sus primeros noviazgos de juventud, entre ellos con Álex Dellal, Carlota sorprendió al enamorarse del cómico francés de origen marroquí Gad Elmaleh, 15 años mayor que ella. Con él tuvo a su primer hijo, en 2013. Duraron cuatro años, hasta 2015.



Su único matrimonio. A principios de 2017 comenzó a salir con el productor Dimitri Rassam, hijo de la actriz Carole Bouquet, íntima de Carolina de Mónaco. Tuvieron a su hijo Balthazar el 23 de octubre de 2018. El 1 de junio de 2019 se casaron por lo civil en Mónaco y la boda religiosa fue el 29 de junio en una abadía en Saint-Rémy-de-Provence. En 2024 se separaron.



Ágatha Ruiz de la Prada, la abuela más original

La diseñadora presume de su nieta, Deva, de dos añitos. "Es una niña ideal", dice

ESTA es probablemente una de las facetas más desconocidas de Ágatha Ruiz de la Prada (66). Acostumbrados a verla en su cara más creativa, mostrando sus colecciones o cerrando un desfile de moda, verla así, paseando por Madrid con su nieta, Deva, de dos añitos, se nos antoja, cuanto menos, curioso.

Y, sin embargo, la diseñadora no puede estar más feliz y orgullosa y presume de la pequeña siempre que puede. "Es para comérsela, ha salido monísima y además es muy buena. Es una niña ideal", comentaba hace poco.

Deva es la hija de su hijo Tristán y de la pareja de este, una reputada científica e investigadora navarra, y se ha convertido en la debilidad de Ágatha. De hecho, la niña ocupó un lugar de honor en el *front row* (la primera fila) en su último desfile en la Mercedes-Benz Fashion Week Madrid y se ganó a todos con su gracia, simpatía y desparpajo.

Y por eso siempre que puede, a Ágatha le encanta salir de paseo con ella por las calles de Madrid, formando una estampa, eso sí, de lo más colorida y alegre. ■

La pequeña, que nació en abril de 2024, es la hija de Tristán, el hijo mayor de Ágatha y de su ex, Pedro J. Ramírez



Aunque no la ve tanto como le gustaría, Ágatha disfruta mucho del tiempo que pasa con la niña.



Color que cuida: la forma de cubrir las canas sin renunciar a tu melena

Un gesto de belleza, mucho más cuidado

Cubrir las canas ya no significa elegir entre color y cuidado. Excellence Nudes de L'Oréal Paris propone una coloración sin amoníaco pensada para respetar el cabello y el cuero cabelludo mientras ofrece un resultado intenso, luminoso y duradero. Su fórmula enriquecida con micro-keratina ayuda a conseguir un pelo hasta dos veces más fuerte y una cobertura del 100 % de las canas.

Triple cuidado, triple efecto

El secreto está en una rutina completa. Primero, la crema colorante protectora actúa sobre la fibra capilar durante la coloración. Después, el champú de pH neutro limpia suavemente el cabello y el cuero cabelludo, eliminando residuos sin alterar su equilibrio natural. Por último, la mascarilla de cuidado intensivo nutre, sella la cutícula y potencia el brillo.

Resultado de salón, comodidad en casa

¿El resultado? Un cabello suave, manejable, visiblemente más sano y con un color de larga duración. Una nueva manera de teñirse en casa poniendo el cuidado en primer plano, sin complicaciones y con acabado muy natural.

TRIPLE
CUIDADO
ENFOCADA
EN LA
PROTECCIÓN
Y EL CONFORT



Alba Carrillo contesta a la demanda de Feliciano López

● Tras varios días ausentada de su programa, *El Sótano* de Tent por asuntos de salud y personales, Alba Carrillo ha reaparecido para contestar a su exmarido, Feliciano López, quien le ha puesto una demanda por considerar que ha dañado su honor y su imagen. La modelo ha sido clara al asegurar que "no me ha llegado nada aún. Por tanto, no voy manifestar nada por recomendación legal". Pero, muy propio de Alba, no ha podido morderse la lengua y ha continuado con contundencia: "Como dijo Miley Cyrus: 'Yo no hablé mal de ti. Hablé de lo que me hiciste. Si eso te hace quedar mal, ya no es mi problema'".



Alessandro Lequio reaparece

● Tranquilo y sonriente, así vimos a Alessandro Lequio (66) en un acto en Madrid. Lequio estuvo acompañado por su mujer, María Palacios (49) y aseguró que no echa de menos la televisión, de la que lleva alejado diez meses, tras su marcha de Mediaset. Ahora disfruta volcado en su hija, Ginevra Ena (10), y en la Fundación Aless Lequio, creada en memoria de su hijo Aless, fallecido en 2020.



Las famosas, locas por Shakira

● El show de Shakira *Las mujeres ya no lloran* sigue arrasando en Madrid y pocas son ya las famosas que no lo han visto. El pasado 3 de octubre, entre los espectadores estaban el exfutbolista Marcelo Vieira y su mujer Clarice Alvez; la atleta Ana Peleteiro, la actriz Juana Acosta y su hija, Lola Alterio; las periodistas Isabel Jiménez y Sara Carbonero, las actrices Paz Vega, Ana Fernández y María de Nati, la modelo Lucía Rivera, Ava Salazar (hija de Paz Vega), Blanca Romero y la también periodista Alba Lago.

Tamara Gorro vuelve al trabajo

● Poco a poco, Tamara Gorro (38) está retomando su rutina tras un verano agri dulce debido a sus problemas de salud. La influencer y colaboradora televisiva ya dio un primer paso hace unos días regresando a *Y ahora Sonsoles* y, recientemente, también la hemos visto en un evento publicitario de la firma Rowenta, con muy buen aspecto.



Carmen Lomana pierde a su hermano

● La *socialité* está muy afectada por la muerte de su hermano Carlos Fernández-Lomana Gutiérrez, el pasado 3 de octubre en Lieres (Asturias), a los 71 años. El fallecido, banquero de profesión, tenía dos hijos y cuatro nietos. "Era un señor elegantísimo", ha dicho Carmen, quien acudió al funeral en la iglesia de Nuestra Señora del Carmen de los Padres Carmelitas, en Oviedo.



Tom Cruise, camino al Oscar

● Aunque el estreno en taquilla no ha sido muy bueno para *Digger*, la última película protagonizada por Tom Cruise (64), el actor podría ser candidato al Oscar. Quizá por ese motivo, Tom se está volcando en la promoción por todo el mundo.



Eva Isanta y Luis Merlo, juntos de nuevo

● Los actores, que ya trabajaron juntos en *La que se avecina* y en *Master Chef Celebrity*, forman ahora pareja sobre el escenario. Luis Merlo (60) y Eva Isanta (55) han presentado la obra *God of Carnage*, que puede verse en el madrileño teatro Alcázar.



Inés de Ramón, estrella en París

● Tras su paso por San Sebastián acompañando a Brad Pitt, Inés de Ramón (33) también ha estado en París para asistir a la Semana de la Moda. Lo ha hecho sola, sin el actor, pero no ha pasado desapercibida. La ejecutiva de joyería hizo su debut en el *front row* del desfile de Chloé llevando un vestido azul de estilo boho de la firma.



Ana Guerra, feliz con su nuevo pecho

● La cantante canaria asistió en Madrid al estreno del musical *El alma al aire* en la que fue su primera aparición pública tras contar que se había hecho una operación de aumento de pecho. Ana Guerra (32) presumió de nueva figura junto a su marido, el músico Víctor Elías (35).

Noche solidaria contra el cáncer infantil

● La solidaridad volvió a ser la gran protagonista de la 12.ª Noche Solidaria de Sallés Hotels. Ares Teixidó, con un diseño de SEDka, condujo una gala que reunió a más de 340 asistentes, entre ellos Octavi Pujades, Raúl Tejón o Cristina Curbero, y que logró recaudar 79.000 euros destinados a la investigación del cáncer infantil y, concretamente, al Proyecto Osteosarcoma.



CUMPLEN AÑOS



77 SIGOURNEY WEAVER
8-10-1949



57 SUSANNA GRISO
8-10-1969



51 RAÚL TEJÓN
9-10-1975



58 HUGH GRANT
12-10-1968

A Kate Middleton le gusta lavar los platos

● La visita de Kate Middleton (44) a un servicio de minibuses comunitarios en Pulborough (Sussex) sirvió para conocer algunos detalles de la vida cotidiana de los príncipes de Gales. La princesa acompañó a una mujer de 94 años hasta un almuerzo comunitario y, en medio de la conversación, Kate sorprendió al contar que le encanta lavar los platos, que el príncipe William los seca y que sus tres hijos también colaboran en las tareas del hogar.



Charlene y Carolina de Mónaco ejercen de Primeras Damas

● La visita a Mónaco del presidente italiano, Sergio Mattarella, acompañado por su hija y primera dama, Laura Mattarella, propició la celebración de diversos actos en los que pudimos ver a Charlene (48) y a su cuñada Carolina (69) ejerciendo de primeras damas con sus mejores galas. Para una noche en la ópera, la mujer de Alberto de Mónaco brilló con un look de Elie Saab de 17.000 euros y Carolina con una chaqueta-joya de Giorgio Armani.



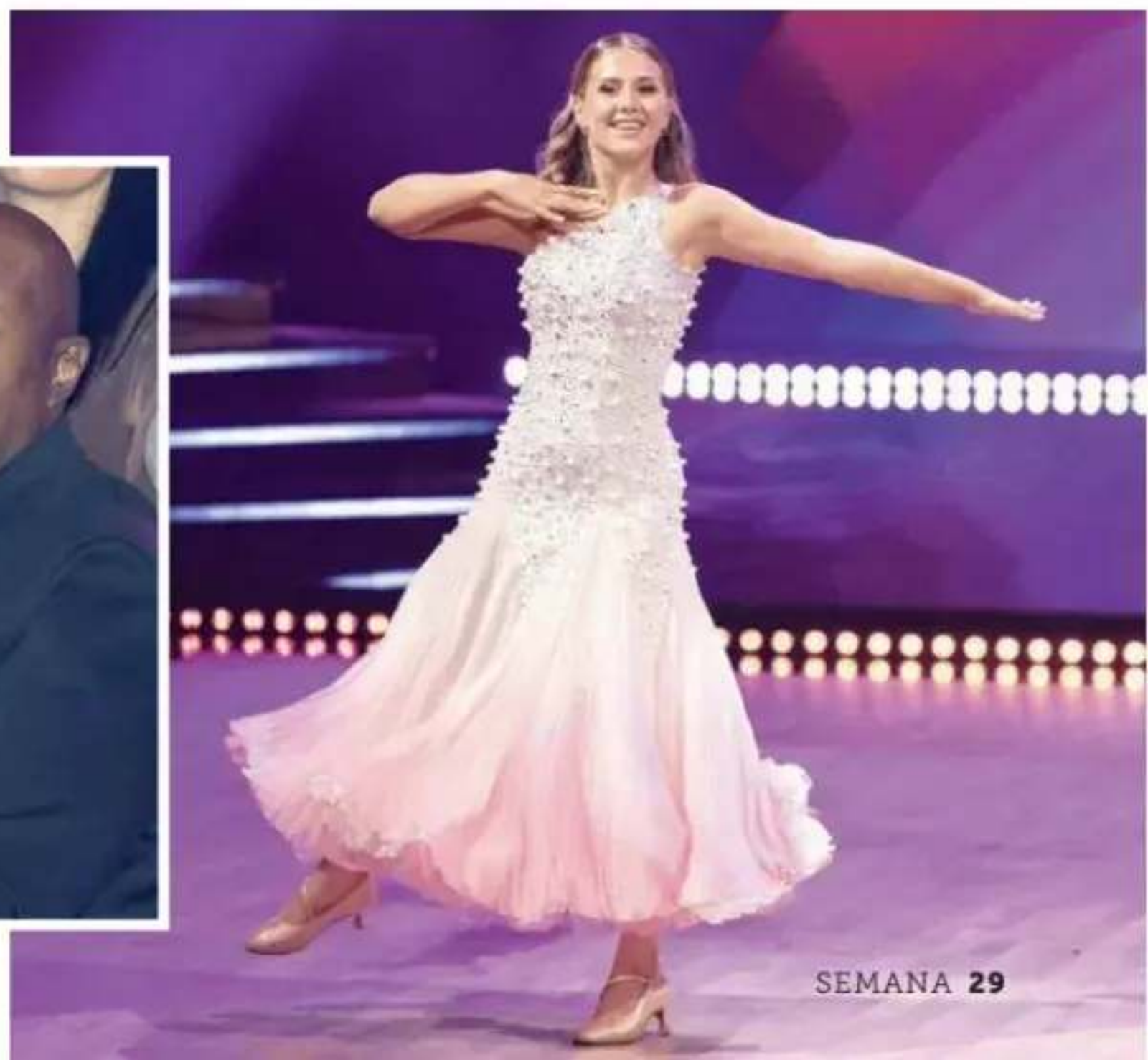


Haakon de Noruega se apoya en la heredera

● La princesa Ingrid Alexandra (22) se ha convertido en el mejor apoyo de su padre en los actos oficiales. La delicada salud de Mette-Marit (53) no le permitió acompañar al rey Haakon VIII en la inauguración del Parlamento noruego, el pasado 2 de octubre, su primer acto de este tipo como rey, así que la princesa heredera estuvo al lado de su padre. La joven vestía de riguroso luto debido al reciente fallecimiento de su abuelo, el rey Harald, el pasado 28 de agosto.

Leah Isadora, la hija de Marta Luisa de Noruega, en 'Bailando con las estrellas'

● Muy atentos vimos a Marta Luisa de Noruega (55) y su marido, Durek Verret (51), entre el público que asistió a la grabación del programa *Skal vi danse*, la versión noruega de *Bailando con las estrellas*. ¿El motivo? que su hija Leah Isadora (21) es una de las participantes del famoso concurso televisivo. Leah es la segunda de las tres hijas de Marta Luisa de Noruega y el escritor Ari Behn, fallecido en 2019.



Miguel Bernardeau y Zhanna Red, romántico paseo

El actor y la influencer, que están consolidando su historia de amor, acudieron a la casa de los padres del protagonista de 'La bola negra'



Muy sonrientes, la pareja salió de casa del actor y fue caminando al domicilio de los padres de Miguel.

HACE una semana era la revista SEMANA quien anunciaba en exclusiva el nuevo romance de Miguel Bernardeau (29), con Zhanna Red (28), una modelo y creadora de contenido nacida en Letonia, pero afincada en Canadá. Ahora, estas nuevas imágenes de la pareja demuestran que su historia de amor se consolida paso a paso.

Juntos salieron de casa del actor, y paseando por un parque muy sonrientes y relajados se dirigieron al domicilio de los padres de Miguel, la actriz Ana Duato y el productor Miguel Ángel

Bernardeau. Tras permanecer unos minutos en el interior volvieron a salir juntos, aunque él se marchó a pie y ella en un coche rumbo a la Milla de Oro de la capital, donde recorrió algunas de las tiendas más exclusivas.

Carrera profesional

Nacida en Riga (Letonia), Zhanna Red (aunque su verdadero nombre es Zhanna Redneva) ha desarrollado su carrera como modelo entre Canadá y Nueva York, donde ha trabajado para las primeras firmas. También ha conseguido abrirse camino como *influencer*, centrándose en contenido de moda. ■



Zhanna comenzó a ganar popularidad en las redes sociales durante la pandemia y ha trabajado para algunas de las firmas de moda y belleza más importantes.



Stephanie Cayo: "Mi madre me ha preguntado si me volvería a casar, pero no le respondí"

Stephanie posó con Rosa Clará, fundadora y diseñadora de la firma nupcial, y su hijo, Daniel Clará, vicepresidente de Clará Group.

La modelo y actriz peruana, novia de Alejandro Sanz, inauguró en Oviedo una nueva tienda de Rosa Clará, firma que ya la vistió en su primera boda

UN día después acudir con su pareja, Alejandro Sanz, al estreno del musical *El alma al aire*, basado en las canciones del cantante (del que informamos en la siguiente página), Stephanie Cayo (38) viajó a Oviedo para inaugurar una tienda de Rosa Clará.

La modelo y actriz peruana mantiene desde hace años una gran relación con la firma nupcial, la más importante de nuestro país: "Tengo un cariño muy grande desde hace muchos años por Rosa, conozco muy bien sus vestidos, su forma de diseñar y me encanta", aseguraba.

¿Qué es lo que más te gusta de sus diseños?

La comodidad. Son diseños que te acompañan y te permiten tener libertad.

¿Te casarías con un vestido de Rosa Clará?

Eso ya ha sucedido y me puse tres (Stephanie se casó en 2018 con el empresario estadounidense Chad Campbell y se divorció en 2021). Mi madre me preguntó en el camino si me volvería a casar, pero no le respondí.

¿Qué relación tienes con nuestro país?

Shakira y Alejandro sacaron el otro día un escrito muy bonito de lo que significa ser latinos. Me quedo con el lado poético, que es más bonito y menos controvesial.

¿Qué te parecen los conciertos de Shakira en España?

He ido a muchos a lo largo de mi vida. La experiencia aquí en España es espectacular. Ella abraza lo que es ser latino y es una invitación a conocer la cultura colombiana, de la que yo también formo parte porque he vivido muchos años allí.

En unos días se celebra aquí en Oviedo la entrega de los Premios Princesa de Asturias, ¿qué piensas de la Reina Letizia y sus hijas?

Siempre van muy elegantes y por lo que he escuchado de la Reina Letizia me parece una mujer muy capaz y muy inteligente, comunica muy bien.

¿Qué proyectos tienes en España?

Yo todavía vivo en Los Ángeles y voy de aquí para allá. Acabo de terminar una serie en Colombia y en España estoy haciendo algunas audiciones, pero mientras tanto estoy escribiendo una comedia, porque creo que faltan comedias románticas como las que se hacían antes, y un poemario.

¿Qué artistas españoles te gustan?

Javier Bardem, Javier Gutiérrez, Irene Escolar... Me gustan mucho Los Javis, son talentosos. Me muero de ganas de ver *La bola negra*.

Vienes de una noche mágica, del estreno del musical de Alejandro Sanz.

Fue precioso, algo totalmente mágico, no me esperaba lo que vi. Es como estar en un sueño escuchando estas canciones que nos han acompañado siempre, en una historia que habla de España y de Cádiz. Hay mucho sabor y carácter.

¿Te sirvió para conocer un poco más a Alejandro?

Me ha gustado conocer Cádiz y, por lo tanto, saber sobre sus raíces. Ustedes conocen a Alejandro y por lo que he visto le quieren mucho. ¿Qué voy a contar yo de él? Es un gran hombre. Lo que puedo decir es que soy feliz. Mi mirada habla por sí sola. ■



La modelo y actriz vive en Los Ángeles, pero ahora pasa mucho tiempo en nuestro país.

¿Qué voy a contar yo de Alejandro Sanz? Es un gran hombre. Lo que puedo decir es que soy feliz, mi mirada habla por sí sola



La nueva tienda de Rosa Clará de dos plantas, junto al centro histórico de Oviedo.

ESTRENO



Alejandro posó orgulloso junto a Alexander, Manuela, Alma y Dylan.

Alejandro Sanz, feliz junto a sus hijos y su novia

Disfrutó de su compañía en el estreno del musical 'El alma al aire', basado en sus canciones

TRAS cuatro años de duro trabajo, el pasado miércoles 30 de septiembre tuvo lugar el estreno del musical *El alma al aire*, en el Teatro Coliseum de Madrid, basado en las canciones del artista Alejandro Sanz (57).

Todo un acontecimiento para el que el cantante contó con la presencia de sus cuatro hijos: Manuela (25), fruto de su primer matrimonio con la modelo y actriz Jaydy Michel; Alexander (23), de su relación con la diseñadora Valeria Rivera; y Dylan (15) y Alma (12), nacidos de su

matrimonio con la empresaria Raquel Perera, que quiso acompañar en este día tan especial al artista con el que mantiene una relación estupenda.

Mucha complicidad

Alejandro posaba así por primera vez públicamente con sus cuatro hijos, pero esta no fue la única sorpresa de la noche. Y es que el cantante también se mostró por primera vez ante las cámaras junto a su novia, la actriz peruana Stephanie Cayo (38), con la que demostró tener una gran complicidad. ■



Alejandro y Stephanie demostraron tener una gran complicidad.

Saborea cada plato con nuestra

Cocina DE TEMPORADA



Cucharas de tomate, burrata y tapenade

4 RACIONES 50 MIN

Ingredientes

- 1 burrata pequeña
- salsa ahumada para carne
- aceite
- 2 tomates rojos
- sal
- Tapenade:**
 - 100 g de aceitunas negras sin hueso
 - 2 cucharadas de aceite de oliva
 - 2 de alcaparras
 - 50 g de anchoas
 - 1 diente de ajo pequeño

Preparación

Tapenade: Triturar el ajo, las anchoas, las aceitunas y las alcaparras hasta obtener una pasta. Añadir, poco a poco, el aceite hasta que la pasta se haga pomada. Escaldar y pelar los tomates, cortarlos en dados, recoger el jugo que sueltan y aliñarlo con salsa ahumada para carne, aceite y sal.

Cortar la burrata en trocitos. Poner en las cucharas los dados de tomate aliñados, encima un trozo de la burrata y coronando la burrata un poco de tapenade.

LA BURRATA ES UN QUESO FRESCO DE LECHE DE VACA, DE PASTA HILADA Y DE FORMA REDONDA. EN EL INTERIOR, LA TEXTURA ES SUAVE Y FILAMENTOSA

estilo49



6
RECETAS CADA
SEMANA GRATIS
CON TU REVISTA

NUESTRA COCINA DE SIEMPRE PARA DISFRUTAR COMO NUNCA

Ryan es una gran aficionada a comprar casas y reformarlas a su gusto, incrementando el valor de las mismas.

A full-page photograph of actress Meg Ryan standing in a lush green lawn in front of a large, two-story brick house with a prominent chimney and a swimming pool in the background. She is wearing a sleeveless olive-green dress and has her hand on her hip. The house has a mix of red and white brick, white columns on the porch, and a dark roof. The pool is in the middle ground, reflecting the sky.

Meg Ryan: así es su exclusiva casa de campo en Los Hamptons

La actriz ha renovado esta residencia, situada en una de las zonas de EE.UU. más valoradas por los millonarios para disfrutar del verano, alzando su valor hasta los 13,2 millones de euros



A través de un sendero de piedras se llega hasta la entrada principal.



Esta amplia chimenea preside uno de los porches de la casa.

DE todos es sabido el amor de Meg Ryan (64) por el mundo de la interpretación, donde nos ha regalado grandes comedias románticas para el recuerdo como *Cuando Harry encontró a Sally* (1989) o *Algo para recordar* (1993).

Pero no muchos conocen la afición de la popular actriz estadounidense por comprar casas, restaurarlas, convertirlas en un maravilloso hogar y, en algunos casos, venderlas aumentando considerablemente su precio.

Su refugio

La última 'obra de arte' de la actriz es esta idílica casa de campo que SEMANA les muestra en estas pá-



La residencia posee varias salas de estar espaciales y con un aire muy hogareño.

La habitación principal también tiene chimenea propia.



Otro de los cinco dormitorios que integran la vivienda.



La suite de invitados tiene una cocina accesoria.

►►► ginas situada en Los Hamptons (EE.UU.). Aunque su fachada conserva la estética de las antiguas residencias veraniegas que adquirieron millonarios y celebridades desde principios del siglo XX, su interior es una moderna residencia con todo lujo de comodidades.

La vivienda consta de 500 metros cuadrados divididos en tres plantas, en las que se distribuyen cinco habitaciones, siete cuartos de baño, suite para invitados con cocina auxiliar, una gran cocina abierta y un gimnasio totalmente equipado. Todo ello ubicado en un terreno de más de 6.000 metros cuadrados con un cuidado jardín en el que destaca una piscina climatizada.

Una casa que la exmujer de Dennis Quaid, padre de Jack, su único hijo, compró hace dos años por 11,7 millones de euros y que se ha revalorizado gracias a sus reformas rondando los 13,2 millones. ■



La cocina cuenta con una amplia isla en el centro.



Los amplios ventanales hacen que la casa disponga de una luz maravillosa.



La residencia, que consta de 500 metros cuadrados, divididos en tres plantas, se encuentra en un terreno de 6.000



Un espacio reservado para un vestidor.



Uno de los siete baños que tiene la vivienda.



Al igual que en el resto, en la biblioteca prima una decoración sencilla.

Tras más de ocho años juntos, la relación de David y Yana es cada día más estable.



El romántico gesto de Bustamante con Yana Olina

El cantante le compró un ramo de rosas a su novia



David fue a casa de su ex, Paula Echevarría para recoger una maleta.



Yana se mostró sorprendida y feliz por el detalle de su chico.



La pareja, cariñosa y cómplice.



El cantante y la bailarina rusa llevan ocho años de una bonita relación.

OCHO años después de iniciar su relación sentimental, David Bustamante (44) y la bailarina Yana Olina (38) continúan tan enamorados como el primer día. Buena prueba de ello es el romántico gesto que el cantante tuvo con su chica, una mañana cualquiera, al comprarle unas rosas mientras daban un paseo por la localidad madrileña de Majadahonda.

Tras el paseo, se dirigieron a la casa de Paula Echevarría, donde David recogió la ma-

leta de su hija, Daniella (18), probablemente porque la joven vaya a pasar unos días con ellos.

Grandes amigas

David y Yana forman una pareja muy bonita y apenas se han separado desde el inicio de su relación. También es evidente que Yana ha encajado muy bien con Daniella. El propio cantante ha comentado que cuando están juntas se portan como "dos grandes amigas".

Fotos: Agencias



Con sus nietos
Carlos y
Manuela, hijos
de Alejandra.

Raphael: 'su gran noche' en familia

El cantante acudió al estreno de la serie sobre su vida acompañado por los suyos



Raphael, acompañado de su mujer, Natalia Figueroa, y de sus tres hijos: Manuel, Alejandra y Jacobo.

FELIZ. Este es el adjetivo que mejor define cómo se encontraba Raphael (83) en el reciente estreno en Madrid de *Aquel*, el biopic sobre el cantante que Netflix comienza a emitir desde el 9 de octubre. Pero lo cierto es que el cantante jienense no solo lucía la sonrisa de felicidad que les muestra SEMANA en esta páginas por este esperado proyecto, que ha contado con su plena colaboración, sino también por la presencia de su familia, que ha sido su gran apoyo tanto en los buenos como en los malos momentos.

Así, Raphael, además de acudir acompañado por su inseparable mujer, Natalia Figueroa, disfrutó de la presencia de sus tres hijos, Jacobo (53), Alejandra (52) y Manuel (47), que se mostraron de lo más orgullosos de la profesionalidad y tesón de su padre.

Una hermosa estampa a la que también se unieron por sorpresa dos de sus nietos Manuela (23) y Carlos (20), hijos de Alejandra. Los dos jóvenes compartieron gestos llenos de complicidad con su abuelo, que pusieron de manifiesto la bonita relación que mantienen.

Y es que si algo ha demostrado esta familia es su gran unión. Así quedó de manifiesto una vez más cuando al artista le fue detectado un linfoma cerebral a finales de 2024 por el que tuvo que ser ingresado y tratado. Por suerte, la atención médica, el amor de su familia y la perenne ilusión del cantante lograron que volviera en junio de 2025 a los escenarios, de los que no se ha bajado desde entonces.

Su vida "sin filtros"

Además de posar con su familia, Raphael también lo hizo con el equipo de esta serie, que repasará desde sus humildes comienzos hasta su consagración como icono de la música. El cantante se mostró muy cariñoso con los dos actores que le dan vida en la misma: Javier Morgade y Carlos Santos. "He contado mi vida sin filtros y los guionistas la han interpretado con total libertad. Espero que al público, al que estoy muy agradecido por lo bien que me ha tratado siempre, les guste la serie", aseguraba Raphael sobre esta ficción que cuenta con su primogénito, Jacobo Martos, como productor. ■



Junto a su inseparable esposa, Natalia, con la que lleva casado 54 años.



SUS OTROS YO
Raphael posó con Carlos Santos y Javier Morgade, que le dan vida en el biopic.

DE ESTRENO

Catherine Zeta-Jones, estrella en Bilbao

La actriz presentó la serie 'Kill Jackie', que se rodó el año pasado en la provincia de Vizcaya

CATHERINE Zeta-Jones causó sensación durante su estancia en Bilbao, donde acudió para presentar la serie *Kill Jackie* (HBO Max). No es casualidad que la ciudad vizcaína fuera la elegida para este acto, ya que la historia está basada en la novela *El precio que pagas* y se rodó durante ocho semanas en la provincia vasca.

La actriz galesa estuvo acompañada por el director y el resto del reparto de la serie, entre ellos el español Oscar Jaenada, y todos ellos recibieron la camiseta del Athletic de Bilbao durante la gala en el palacio Euskalduna.

Enamorada de España

"Durante el rodaje me he sentido en casa. El País Vasco me ha parecido un lugar con mucha historia y cultura propia. Es como si yo conociera de siempre a esta gente. La comida y la danza tradicional –yo también soy bailarina–

me han sorprendido para bien", dijo la actriz en la rueda de prensa que ofreció por la mañana, recordando también que ella y su marido, Michael Douglas, llevan "35 años visitando España y siempre es maravilloso".

"Durante el rodaje me he sentido en casa. El País Vasco me ha parecido un lugar con mucha historia y cultura propia"

Un día antes de su llegada a Bilbao, la actriz de *La máscara del Zorro* cumplió 57 espléndidos años, el 25 de septiembre, curiosamente el mismo día que su marido también cumple años, 82 en su caso. En noviembre, celebrarán sus 26 años de casados. ■

Catherine cumplió 57 años el pasado 25 de septiembre.

estilo y vida

www.semana.es
SEMANA

MODA

Chaquetas de entretiempo: tus mejores aliadas antes que llegue el frío

SALUD

Di adiós al estrés: cómo conocerlo y combatirlo

TRUCOS

LOS CONSEJOS DE LA ORDENATRIZ

Cómo limpiar de boli, rotulador o cera los muñecos

Y ADEMÁS

Te interesa, ocio, pasatiempos, horóscopo, recetas...

BELLEZA

Alimentos de otoño

Que son un plus para la piel



Chaquetas de entretiempo

En cuero, ante, tweed... sin olvidarnos del eterno trench, que nunca pasa de moda, serán tus mejores aliadas antes de que llegue el frío



Kaia
Gerber
(25).

Gabardina

Es la prenda esencial de la temporada otoñal en cualquiera de sus versiones para acompañar todos los looks.



Inès de la
Fressange
(69).

Chaqueta de cuero

Muy versátil, tanto en su versión motera como con un punto más clásico, no puede faltar en el armario.



Isabel
Jiménez
(44).

Cazadora de ante

Lleva ya varias temporadas entre los imprescindibles. Este otoño apúntate a la cazadora oversize.



El tweed es el tejido por excelencia del otoño y las chaquetas entalladas, que puedes acompañar con faldas o pantalones a juego como hace Penélope Cruz (52), siempre dan un plus de elegancia.



Cazadora vaquera

Todas las pasarelas han decidido que este otoño 2026 el territorio vaquero sea el rey. Pantalones con siluetas clásicas y rectas o estilo cargo y *barrel*, que se acompañan de la eterna cazadora, como hace la influencer Caroline Daur (31). La versión en contraste en el parte interior es un *must*.

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



escanéame

estilo47



► Iluminador Líquido Glow Fusion Highlighting Drops Kiko Milano. 19,99 €



► Pulsera eslabones Uno de 50. 215 €



► Cárdigan de Toteme en My Theresa. 580 €

EN
LOS DÍAS MÁS
APAGADOS DE
OTOÑO APUESTA POR
DAR UN PLUS DE LUZ AL
ESTILISMO CON
COMPLEMENTOS
DORADOS O CHAQUETAS
DE PUNTO EN TONOS
BEIGE, CRUDO
O BLANCO
HIELO



► Vaqueros de Mango. 29,99 €



► Bolso Beau patchwork de Miu Miu. 3.850 €



► Mocasines antifaz ante de Latouche en El Corte Inglés. 99 €

El mocasín
con frunces es
el zapato
imprescindible



La modelo
Gigi Hadid
(31) lleva el
'uniforme del
otoño' con más
estilo con
las prendas
básicas:
vaqueros y
chaqueta de
punto.

Cocina DE TEMPORADA

OTOÑO

Conejo al estilo asiático

4 RACIONES 1 H 15 MIN

Ingredientes

- 16-20 dientes de ajo frescos
- 4 chalotas
- 1 chile rojo
- 2-3 cm de jengibre fresco
- 1 conejo (aprox. 1,8 kg), limpio y listo para cocinar
- 4-5 cucharadas de salsa de soja
- 1 cucharada de almidón (fécula)
- 2 cucharadas de aceite de cacahuete
- 400 ml de caldo de ave
- 100 ml de vino de arroz
- 250 g de arroz basmati
- 250 g de romanesco
- sal • cilantro
- 3-4 hojas frescas de lima kaffir

Preparación

Trocear el conejo en 8-10 piezas. Rociar los trozos con un poco de salsa de soja y espolvorearlos con el almidón. Dorarlos en un wok. Retirarlos y, en el mismo recipiente, sofreír las chalotas con el jengibre, el chile y los ajos cortados.

Desglasar con el caldo y añadir 2-3 cuch. de salsa de soja y el vino de arroz. Incorporar la carne al caldo y cocinar a fuego lento y tapado durante 35 min. Remover y añadir un poco más de caldo si fuera necesario.

Cocinar el arroz al vapor. Lavar y limpiar el romanesco, separándolo en sus floretes. Colocar en una vaporera, salarlo y cocinarlo al vapor, tapado, durante 5 min.

Retirar el conejo del caldo y des-huesarlo. Volver a introducir la carne en el caldo para calentarla y rectificar el punto de sazón. Emplatar la carne de conejo junto con un poco de caldo, las verduras y el romanesco; servir decorado con hojas de lima kaffir picadas finamente y cilantro fresco.



Lomo de conejo en salsa de mostaza

4 RACIONES 30 MIN

Ingredientes

- 4 chalotas
- 2 dientes de ajo
- 12 rodajas de lomo de conejo (con hueso)
- sal
- pimienta negra
- 2-3 cucharadas de harina
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- 100 ml de vino blanco seco
- 200 ml de caldo de conejo (o de ave)
- 2 cucharadas de mostaza de Dijon
- perifollo (para decorar)

Preparación

Pelar las chalotas, cortarlas por la mitad y luego en tiras. Pelar los ajos y cortarlos en láminas. Enjuagar el conejo, secarlo bien y salpimentarlo.

Pasarlo por harina y dorarlo por ambos lados en una sartén caliente con aceite. Retirarlo de la sartén y sofreír en ella la cebolla y el ajo hasta que estén dorados. Verter el vino y el caldo, y dejar

reducir un poco. Incorporar la mostaza y rectificar de sal y pimienta. Colocar el conejo en la salsa y cocinarlo tapado a fuego suave durante unos 10 minutos.

Emplatar y servir decorado con perifollo.



Muslos de conejo al tomillo

4 RACIONES 45 MIN

Ingredientes

- 8 muslos traseros de conejo
- 1 puñado de tomillo
- 30 g de mantequilla líquida
- sal
- pimienta negra recién molida
- hierbas frescas para decorar

Preparación

Precalentar el horno a 200 °C.

Lavar el tomillo y sacudirlo para secarlo; separar las hojas de las ramas. Colocar los muslos de conejo en una fuente grande para horno, pincelarlos con la mantequilla líquida y salpimentar.

Esparcir el tomillo por encima y hornear durante 25-30 minutos. Servir en cuencos individuales y decorar con hierbas frescas.



EL CONEJO ES UNA CARNE BLANCA, LIGERA Y MUY VERSÁTIL EN LA COCINA, ADEMÁS DE SER ECONÓMICA. EN ESPAÑA, ES PROTAGONISTA DE MUCHAS RECETAS TRADICIONALES

Conejo estofado con pomelo y ruibarbo

4 RACIONES 1H 25 MIN

Ingredientes

- 400 g de patatas nuevas pequeñas
- 400 g de patatas moradas
- 4 chalotas
- 600 g de ruibarbo
- 400 g de zanahorias tiernas
- 4 cucharadas de miel
- 3 cucharadas de aceite vegetal
- 1 cucharadita de semillas de cilantro
- 0,5 cuch. de granos de pimienta negra
- 4 muslos de conejo
- pimienta negra recién molida. • sal
- 1 pomelo • 400 ml de caldo de ave
- 1 cebolla roja • 3 naranjas
- 2 clavos de olor • 2 ramas de orégano

Preparación

Lavar las patatas y cortarlas por la mitad. Pelar las chalotas y cortarlas también por la mitad. Lavar y limpiar el ruibarbo. Cortar aproximadamente la mitad en trozos de 5-6 cm de largo. Pelar las zanahorias y cortarlas por la mitad a lo largo. Distribuir los ingredientes preparados en una fuente grande para horno. Rociar con 1 cucharada de miel y 1 cucharada de aceite. Machacar ligeramente las semillas de cilantro y la pimienta en un mortero y espolvorear sobre las verduras junto con un poco de sal. Cocinar en el horno unos 20 minutos.

Pincelar el conejo con 2 cucharadas de aceite. Salpimentar y colocarlo entre las verduras. Lavar el pomelo y cortarlo en rodajas. Colocarlas sobre el conejo y entre las verduras y verter un poco de caldo. Volver a introducirlo en el horno y cocinarlo durante unos 40 minutos más hasta que esté dorado. Añadir caldo según sea necesario y regar la carne regularmente con el líquido de cocción.

Para la compota: cortar el resto del ruibarbo en trozos pequeños. Pelar la cebolla y cortarla en gajos finos. Pelar las naranjas y cortar en dados. Colocar todo en un molde pequeño junto con la cebolla y el ruibarbo. Rociar con el resto de la miel y mezclar con los clavos de olor. Meter el molde en el horno y cocinar unos 30 min. Decorar el conejo con el orégano y servirlo acompañado de la compota.



Cupcakes de chocolate blanco con conejitos de chocolate

12 UNIDADES 1 HORA

Ingredientes

Para los cupcakes

- 100 g de cobertura de chocolate blanco
- 100 g de mantequilla
- 125 ml de leche
- 1 huevo
- 100 ml de crema agria
- 100 g de azúcar
- 250 g de harina
- 2 cucharaditas de almidón
- 1 pizca de levadura en polvo
- 1 pizca de sal

Para decorar

- 250 g de mantequilla (blanda)
- 100 g de azúcar
- 250 g de queso crema
- 250 g de azúcar glas
- 12 conejitos de chocolate pequeños
- huevitos de azúcar
- flores de azúcar

Preparación

Trocear la cobertura de chocolate blanco. Calentar la mantequilla en un cazo, añadir el chocolate y dejar que se funda. Retirar del fuego. Batir la leche, el huevo, la crema agria y el azúcar con una batidora de mano. Mezclar bien la harina, el almidón, la levadura y la sal en un bol. Añadir la mezcla de leche y la mantequilla con chocolate, y remover hasta obtener una masa homogénea. Colocar cápsulas de papel en un molde para cupcakes o muffins, rellenar con la masa y hornear durante unos 25 minutos (comprobar con un palillo).

Retirar del horno, dejar enfriar brevemente, sacar los cupcakes del molde y dejarlos enfriar sobre una rejilla.

Para la crema: batir la mantequilla con el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa. Incorporar el queso crema bien escurrido. A continuación, añadir el azúcar glas poco a poco hasta conseguir una consistencia adecuada para decorar con manga pastelera. Introducir la mezcla en una manga pastelera con boquilla de césped, escudillarla sobre los cupcakes y decorar al gusto con conejitos de chocolate, huevos de azúcar y flores de azúcar.



Alquiler de habitaciones

Dado el elevado precio del alquiler de un piso en solitario, la opción de alquilar habitaciones es la más frecuente entre jóvenes y estudiantes

UN análisis de la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) realizado sobre 6.580 ofertas de habitaciones en alquiler publicadas en el portal inmobiliario Idealista muestra que el **precio medio de una habitación para estudiantes alcanza ya los 735 euros mensuales en Barcelona y los 689 euros en Madrid.** Eso sí, las diferencias entre barrios son muy amplias y pueden suponer hasta 3.600 euros de ahorro al año. Lamentablemente, el actual desequilibrio entre la oferta y la demanda sigue impulsando los precios al alza, advierte OCU. La comparación con el alquiler de una vivienda completa también revela importantes diferencias. Compartir entre tres personas un piso de 80 metros cuadrados suele salir bastante más barato que hacerlo cada uno por su lado:

su coste oscila entre unos 347 y 938 euros mensuales por persona, según el barrio elegido. Sin duda resulta una alternativa interesante, aunque en este caso conviene dejar clara la responsabilidad de quienes firmen el contrato y cómo proceder para sustituir a quienes desistan del alquiler en curso. En definitiva, los datos recogidos por OCU ponen de manifiesto que comparar barrios y condiciones puede generar importantes ahorros. **Ade- más del precio de la habitación, conviene tener en cuenta el número de compañeros, la ubicación, la superficie disponible, los gastos incluidos y las condiciones del contrato.** Para los estudiantes con presupuestos más ajustados, ampliar la búsqueda a zonas menos céntricas sigue siendo una de las estrategias más eficaces para reducir el coste del alojamiento. ocu.org



Las ideas más nuevas

ALDI TE AYUDA A HORRAR El éxito de la marca propia

● ALDI celebró el 19 de septiembre el Día Internacional de la Marca Propia, una iniciativa creada por la compañía para poner en valor el papel de estos productos en la cesta de la compra y su contribución al ahorro de los hogares españoles. www.aldi.es



EN EL CORTE INGLES Vuelve el otoño, vuelve la moda



● El Corte Inglés da la bienvenida al otoño con una campaña que celebra el regreso de la moda a la ciudad. Una propuesta inspirada en la energía de una nueva temporada, el dinamismo urbano y el impulso de comenzar de nuevo. La modelo Adriana Lima es la imagen de la campaña. www.elcorteingles.es

DAEN Depilación con cera

● Las ceras y bandas tradicionales de Daen arrancan el vello desde la raíz con resultados de hasta 4 semanas sin dispositivos caros y dejando la piel suave. Conoce sus formatos y novedades en www.daen.es



CHAMPÚ Inspirado en la vida outdoor

● Maktuk Botanic ha lanzado Sun & Sweat, un champú botánico de su Línea Riders para deportistas y amantes de la vida al aire libre. Formatos: 450 ml 22 € y 250 ml 16,50 €. www.maktuk.com

Di adiós al estrés

Cómo identificarlo y combatirlo

El estrés es una respuesta fisiológica y psicológica que nos ayuda a adaptarnos y mantiene el instinto de supervivencia, pero cuando se prolonga en el tiempo puede resultar un problema

El estrés es una reacción natural que pone al cuerpo en un estado defensivo prolongado y constante. Es sencillamente una respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo humano que intenta adaptarse a las presiones a las que se ve sometida, originada por el instinto de supervivencia. **Existen diferentes intensidades o niveles, que pueden desencadenar agobio, ansiedad, miedo, preocupación o incertidumbre, entre otros.** Aunque en un primer mo-

mento la respuesta de estrés es necesaria y mecánica, cuando se prolonga o intensifica en el tiempo, puede empeorar la calidad de vida y provocar males y enfermedades físicas y psicológicas.

Dos tipos

Básicamente, existen dos tipos de estrés:

Positivo: el que nos capacita para que nos adaptemos a situaciones diversas.

Negativo: el que da una respuesta excesiva para la situación que lo genera y, por tanto, incide negativa-

mente sobre la persona, produciendo una alteración del organismo

Cómo se manifiesta

✓ **A nivel emocional:** ansiedad, miedo, irritabilidad, confusión, dificultad para concentrarnos, pensamientos repetitivos, excesiva autocrítica...

✓ **A nivel conductual:** risa nerviosa, trato brusco en las relaciones sociales, llanto imprevisto sin motivo aparente...

✓ **A nivel físico:** músculos contraídos, dolor de cabeza, problemas de espalda y tensión en el cuello, males-

Para canalizar el estrés hay que analizar las causas que lo producen y conocer los síntomas individuales.



tar estomacal, palpitaciones, respiración agitada...

Cómo tratarlo

Para canalizar el estrés hay que analizar las causas que lo producen y conocer los síntomas individuales. Si es muy grave, debes consultar al médico, pero en casos menos extremos, hay muchas cosas que puedes hacer para mantenerlo a raya.

1 Tener prioridades.

Aprende a organizarte y a distribuir el tiempo. el trabajo es fundamental para vivir, pero no la vida en sí misma.

Uno puede ser responsable y productivo sin obsesionarse. Se trata de es-

Físico y mental

Actividades como el pilates, el taichi o el yoga nos pueden ayudar a combatir el estrés y las tensión tanto física como mental. Pati Peguero, profesora y formadora de Clubs DiR, nos da cinco consejos para hacer yoga de la mejor manera:

1. Aprende a volver al presente.
2. Utiliza la respiración como primera herramienta.
3. Alarga la exhalación.

4. Prueba una respiración que calme y enfoque.
5. Incorpora movimiento para liberar tensión.





estructurar y planificar bien aquello que haces. no mismo.

2 Cuida tu autoestima. Debes felicitarte por las cosas bien hechas y no castigarte por los posibles fallos. Reconoce que igual no has actuado correctamente e intenta rectificar en el futuro.

3 Desconecta del trabajo cuando acabes tu jornada laboral y disfruta de tu tiempo libre. Socializa con tus seres queridos.

4 No negativices. A veces se tiende a exagerar las consecuencias de un suceso, llegando a realizar análisis catastrofistas

y a anticiparse ante hechos que ni siquiera han sucedido...

5 Haz ejercicio. Practicar actividad física ayuda a desestresarte ya que libera tensiones y aleja los pensamientos negativos, además de ayudar a tener una buena salud e incluso perder peso. Puede ser pasear a buen ritmo, correr, montar en bici, ir al gimnasio... Actividades como pilates, tai-chi o yoga son muy beneficiosas.

6 Cuida tu alimentación. No abuses de las grasas saturadas porque te roban energía, ni de las bebidas con cafeína.

..... RELAJANTE Y REPARADOR

El poder del silencio

"Es posible que conozcas la tradición japonesa de mantener el silencio en el transporte público enmarcada en el concepto ancestral del chinmoku: el silencio como espacio de respeto, autorreflexión y autoconocimiento. Una filosofía de vida que podemos incorporar a nuestra rutina para contrarrestar el hiper estímulo del tráfico, las pantallas y el trasiego urbano, convirtiendo el silencio en una herramienta eficaz para hallar paz interior", nos cuenta Manel Medina, doctor en Biología, docente y autor del libro *La casa de los espejos rotos* (Ed. Grijalbo)

"Investigaciones neurocientíficas demuestran que la exposición constante al ruido ambiental eleva el cortisol —la hormona del estrés—, manteniendo al cuerpo en alerta. En contraste, dos minutos de silencio reducen la frecuencia cardíaca y la presión arterial de forma incluso más efi-

caz que la música relajante. Además, en los momentos de silencio, afloran necesidades subconscientes que el ruido y el ajetreo silencian — como echar de menos a alguien o detectar una relación dañina— y escuchamos mejor a nuestra voz interior".

"Incorporar el silencio en tu rutina diaria es fácilmente alcanzable. Existen oasis cotidianos como no encender el teléfono durante el desayuno, bajarse una parada antes para caminar por una ruta tranquila o transformar la ducha en un espacio de desconexión. Sin embargo, alcanzar un silencio más profundo requiere contextos más relajantes. Si no tienes la suerte de vivir en una casita de un barrio tranquilo con grandes parques necesitarás coger el coche o el tren hacia el bosque o la playa en horas poco concurridas. Y no hace falta ir sola: si prefieres compañía, obtendrás el mismo beneficio si vas con alguien en tu misma sintonía, con quien te sientas tan cómoda como para pausar durante un momento la conversación y dejar que el silencio y la naturaleza te acompañen en ese reparador viaje interior". @manelmedinag



Alimentos de otoño

que son un plus para tu piel

Somos lo que comemos. Y no se trata solo de una frase. También si hablamos de la belleza de la piel, tan importante es cuidarla por fuera como por dentro para verla tersa, luminosa y con vida

CONOCEMOS de sobra cuáles son los pilares de una buena rutina cosmética: una limpieza adecuada, activos como la vitamina C o el retinol, una hidratación adaptada y, por supuesto, protección solar diaria. Pero cuando la piel está bien cuidada por fuera y aun así no luce como nos gustaría, el siguiente paso es mirar hacia dentro. Porque la alimentación influye mucho más de lo que imaginamos en la luminosidad, la firmeza y la forma en la que nuestra piel envejece. Estos son los alimentos del otoño que no deben faltar.

1 Calabaza.

Tiene altos niveles de minerales y antioxidantes, que bloquean los radicales libres responsables del envejecimiento de la piel.

Entre ellos, la vitamina C, que favorece la producción de colágeno y la hidratación; la vitamina A, que mejora la textura de la piel y unifica el tono; y la vitamina E, con efecto calmante y regenerante. Además, la calabaza es baja en sodio y rica en potasio, evitando así la retención de líquidos.

2 Castañas

Es uno de los frutos secos con menos contenido

en grasa, lo que las hace ideales para una dieta equilibrada. **Favorecen la producción de colágeno, consiguiendo una piel más firme y elástica.** Otro de sus beneficios para la piel son sus propiedades astringentes, que ayudan a combatir el acné.

3 Setas

Son una gran fuente de proteína que aporta vitamina B y E, antioxidantes y minerales, potencian la resistencia del sistema inmunológico y tienen capacidad antiinflamatoria. **Además, protegen del estrés medioambiental, fortalecen la piel, estimulan la producción de colágeno** y equilibran la microbiota de la piel.

4 Naranjas y mandarinas

Su alto contenido en vitamina C proporciona protección antioxidante que ayuda a frenar los procesos de los radicales libres, compuestos que alteran y dañan la salud de nuestro cuerpo y que se generan por nuestro estilo de vida y alimentación diaria. **Potencian la luminosidad de la piel, haciendo que se**

Tu cuerpo en orden

Ya hace tiempo que quedaron atrás las vacaciones y las licencias que le damos al cuerpo. Recuperar el peso y la rutina con solo tres tips.

✓ **Evita las dietas milagro.** Lo fundamental es recuperar la estructura del horario de comidas para retardar la sensación de hambre. Cinco es el número ideal.

✓ **Retomar la actividad física** es otro punto clave. Márcate objetivos realistas que no te hagan abandonar.

✓ **Bebe de dos litros a dos litros y medio de agua e infusiones al día.** Así regulas el organismo y no añades calorías extras a la dieta.

Mascarilla con miel

La miel es uno de los alimentos más recurrentes en las mascarillas. Es rica en sales minerales, vitaminas y aminoácidos, lo que hace que sea calmante y purificante, además de proporcionar luminosidad a la piel.

Bate una clara de huevo, añade una cucharada de miel, media de zumo de limón y una cucharada de yogur y mézclalo todo hasta conseguir una pasta homogénea. Extiéndela sobre la cara limpia con cuidado de no tocar los ojos, déjala actuar 10-15 minutos y retírala con abundante agua tibia.



vea más uniforme, radiante y descansada, y ayudan a mejorar la apariencia de las manchas. Son frutas que no tienen mucha cantidad de azúcares y poseen un elevado porcentaje de agua y, por ello, muy recomendables para reponer líquido tras realizar actividad física.

5 Aguacate Es uno de los alimentos que contiene un mayor número de grasas saludables, entre ellas el Omega 3. **Sus potentes antioxidantes, que hidratan en profundidad mejorando la elasticidad de la piel,** estimulan la producción de colágeno. El aguacate también sirve para reducir la inflamación y rojeces que aparecen en las pieles sensibles.

6 Granada Su jugo y granos están repletos de punicalaginas, **un antioxidante que protege el colágeno natural de la piel** y reduce las arrugas. También favorece a la reparación de los tejidos y aclara la hiperpigmentación.

7 Chocolate negro El cacao mantiene la piel sana y firme al protegerla de los radicales libres y combatir el estrés, **ayudando a eliminar las líneas de expresión y arrugas.** Actúa contra los efectos dañinos del sol, reduciendo la inflamación, hidratando y reparando las pieles castigadas. Los niveles de cafeína y teobromina del cacao regulan el exceso de líquidos y drenan las células grasas.

.....CONSULTORIO DE.....

Carmen Navarro

.....



CÓMO INFLUYE LO QUE COMEMOS

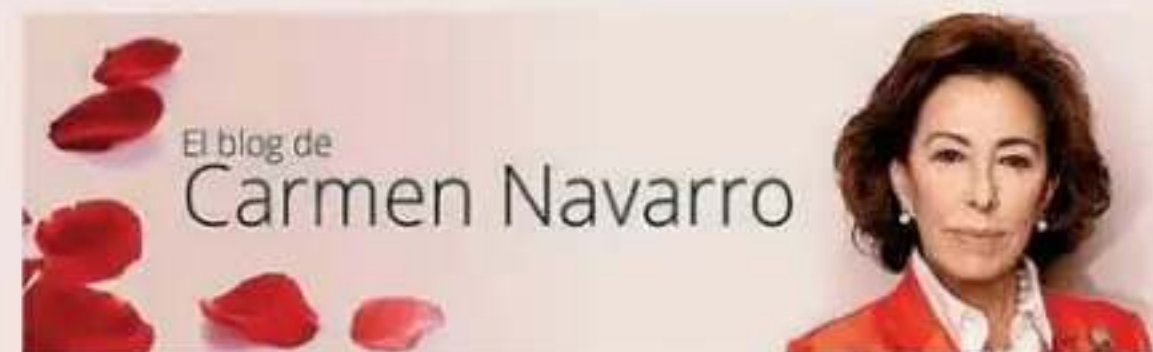
Uno de los grandes enemigos de la belleza es el exceso de azúcar. Cuando consumimos más de la necesaria se produce un proceso conocido como glicación. Las moléculas de azúcar se unen a proteínas tan importantes para proporcionar elasticidad a la piel como el colágeno y la elastina hasta deteriorarlas. El resultado es una piel mucho menos firme y con más arrugas.

El estrés también deja huella en la piel y, curiosamente, la alimentación puede ayudarnos a combatirlo. Periodos prolongados de estrés favorecen la inflamación y alteran la función barrera cutánea, haciendo que la piel se vuelva más sensible, apagada o reactiva. Por eso es importante incorporar alimentos ricos en antioxidantes, como frutos rojos, verduras de hoja verde, frutos secos o aceite de oliva virgen extra, capaces de neutralizar parte del daño oxidativo.

Las proteínas son otro pilar fundamental. El pescado, los huevos, las legumbres o los lácteos aportan aminoácidos esenciales para mantener la estructura de la piel y favorecer sus procesos de reparación. Tampoco debemos descuidar la hidratación ahora que ya han pasado los meses de más calor: beber suficiente agua continúa siendo imprescindible para conservar una piel confortable y luminosa.

Y por último, no podemos olvidar la ayuda de la nutricosmética orientada a mejorar la calidad de la piel, también desde dentro. Hablamos de suplementos de colágeno, Omega-3, vitamina A... Mi consejo es recurrir siempre a ellos bajo la supervisión de un profesional y entender que nunca serán sustitutos de una alimentación equilibrada.

SÍGUELA EN SU BLOG:



El blog de
Carmen Navarro

www.semana.es

LOS CONSEJOS DE

La Ordenatriz

BEGOÑA PÉREZ

Nos da soluciones para los problemas domésticos habituales



MUÑECOS PINTADOS

Todo aquel que ha tenido niños pequeños sabe que en algún momento estos van a desatar su creatividad de la forma más inesperada y seguramente inconveniente posible, sobre todo si les dejamos un boli, rotulador, cera o similar a su alcance. Ropa, paredes, muebles... Pero también a veces incluso en sus propios muñecos. ¿Y qué pasa cuando lo que se ha "redecorado" es una muñeca? Pues hoy vengo a contarte cómo dejarlas como nuevas.



- Solo tienes que ir a la farmacia y pedir una crema para el acné que lleva peróxido de benzilo.
- Extiéndela sobre la superficie pintada de la muñeca (no sobre la ropa).
- Cubre con papel film transparente y ponla a secar al sol.
- Déjalo secar unas 24 – 48 horas.
- Limpia con algodón los restos que hayan podido quedar y ¡como nueva!



Consejo extra

Para limpiar manchas de rotulador o roces en las paredes sin necesidad de volver a pintar, te recomiendo usar la famosa piedra blanca. Moja con un poco de agua la esponja que viene incluida con el producto, pásala sobre la piedra sólida para arrastrar una pequeña cantidad de arcilla limpiadora. Después frota la zona manchada de la pared con suavidad usando la esponja impregnada y para terminar, pasa una bayeta limpia y húmeda para retirar los restos del producto y deja secar.

Prepara tu casa para el frío

- **Revisa la presión y el estado general** de la caldera antes de que la tengas que utilizar.
- **Purga los radiadores** para evitar que el aire acumulado perjudique su buen rendimiento.
- **Sella bien puertas y ventanas** con burletes para evitar las pérdidas de calor.
- **Pon a punto las alfombras gruesas, las mantas, edredones** y demás textiles para el frío para que estén listos cuando hagan falta.



Cómo hacer ricos rebozados sin gluten

Una estupenda alternativa para preparar sabrosos rebozados sin gluten es utilizar maíz tostado triturado. Su masa recuerda mucho al empanado clásico y aporta un tono dorado muy apetecible. Es ideal hacerlo en el horno o en la airfryer con poco aceite. Otras buenas opciones son usar harina de arroz, de almendras o la de garbanzos, copos de puré de patatas y maicena.

AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco	QUE TIENE FILO ATRAPEN RELATIVAS A LA INDIA	NOVICIA DE VALAQUIA ORIFICIO RECTAL	CONJUN- CIÓN CON- DICIONAL INFINIDAD INTENTO	GRAMO SIST. MON. EUROPEO CUEVA PEQUEÑA ODRE PEQUEÑO	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO LOCAL MASÓN ASSOCIA- TED PRESS	UN POSESIVO ... DE DUERO (BURGOS) EMBA- DURNADO	INSTIT. CERVANTES DESISTID AFILAIS EN LA MUELA SÉPTIMA LETRA	HARÉ UNA DONACIÓN PONDRÁN UNA ORLA PREF., AN- TERIORIDAD	AUDAZ, ATREVIDA TENIDA POR CIERTA GRAN EMI- GRACIÓN
FUERZAS NAVALES QUEJIDO									
VOCAL EN PLURAL MONOS DE COLA LARGA									
VICIO DEL LOÍSTA VULG., NADA									
EN INGLÉS, 'DE', PREPOSICIÓN MASTICAD									
HAGAS LA SISA PERÍODO HISTÓRICO									
UNA ORGANIZACIÓN DE TV HAGA TAJADURAS									
ANCLA DE UNA EMBARCACIÓN SÍMBOLO QUÍMICO DEL CARBONO									
ABREV., CELSIUS DE LA FONACIÓN									
DEN VIVEZA, VIVIFIQUEN PREF., REPETICIÓN									
CANOSA SALVADOR ..., PINTOR									
ARTÍCULO DETERMINADO PEDID A GRITOS									
NOMBRE FAMILIAR DE IGNACIO HACE ORACIÓN									
CUAJA									
ÁTOMO CON CARGA ELÉCTRICA POCO FUNDADO, INSUSTANCIAL									
ABREV., NORTE DESMORALICÉ EN NÚMEROS ROMANOS, 10									
HIZO DATACIONES DEVANÓ EN EL ASPA									
TOMAD NOTA DE UNA COSA REAL DECRETO									
VOZ DEL ARRIERO ESPLENDOR, AUGE									

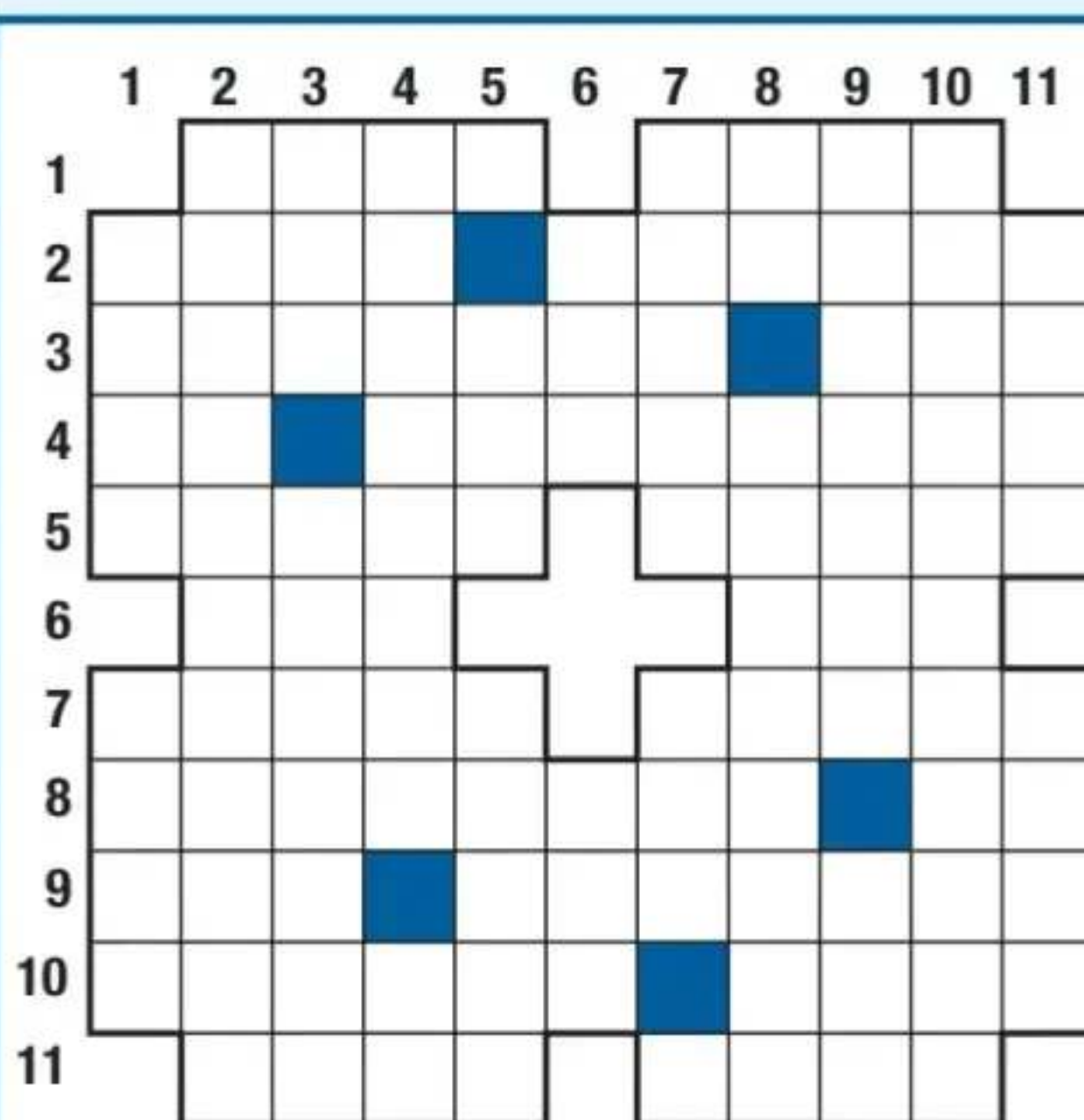


CRUCIGRAMA

Nº 2.916

HORIZONTALES

- 1:** Señuelo, carnada. Privada de calor.
2: Actitud fingida. Falte a la verdad.
3: Os ..., sintáis enojo. Planta que da uvas.
4: Símbolo químico de la plata. Cortara la barba.
5: Corté con la sierra. Conocer de ..., indirectamente.
6: Así ..., amén. En inglés, hombre.
7: Acierta, da en el blanco. Entona una melodía.
8: Grupos minoritarios. El uno en el dado.
9: Suf. partitivo, fem. Anhelaba.
10: Entregabais. Elevas la bandera.
11: Extrae. Se comportan de manera osada.



VERTICALES

- 1:** Coloq., borracheras. Quered.
2: Relativas a la congestión.
3: Lo que está ahí. Gobernaba como rey.
4: Natural de Béjar. Símbolo del actinio.
5: Nombre de letra. Se consumía por la acción del fuego.
6: Maúlle. Plural de vocal.
7: Coloq., fisioterapeuta. Apócope de "casa".
8: Pref., repetición. Cometieseis un timo.
9: Entren por la fuerza en un lugar. Un sufijo aumentativo, fem.
10: Ponían tirante.
11: Una terminación de participio, fem., pl. Agarraderos de las vasijas.

SUDOKUS

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

Fácil

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

Difícil

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



FORMAD LISTAS FOTO 2	SÍMBOLO DEL ARGÓN LO QUE SE DEBE, PL.	PARQUE ZOOLOGICO DISTRÁIDAS	ASSOCIATED PRESS	HIZO UNA OPERACIÓN HACER UNA APELACIÓN	EN ROMANOS, 1051 FORMARÉ ERAS	FOTO 1	ACCIÓN DE DOPARSE
			FOTO 3 MATRÍCULA DE SUIZA			ÍDEM PRASEODIMIO	
SELENIO ALISA EL PELO		ABREV., DOCUMENTO INSULSAS		VIAJE LARGO NOMBRE DE MUJER			
			PRODUZCA HERIDAS HOSTIGUE			TIPO DE MÚSICA OKAPI	
JUNTA POR EL DORSO POEMAS DE ALABANZA			UN ELEMENTO QUÍMICO PIÑA			SIGLAS COMERCIALES PORCIONES LÍQUIDAS	
		SE DERRUMBABA CIGOTO			ELECTROCARDIOGRAMA LOCALIDAD DE SEVILLA		TRATEN DE VOS
SERVICIO PÚBLICO	CONDIMENTARÉ FOTO 4				PONGA HUEVOS QUE SE DEBE ATENDER		
		HURTAR EN LA COMPRA LO DE AHÍ		PERCIBIÓ EXISTIRÁN			COMENZÁIS
A ÉL LUGAR PARA PASEAR		SECUENCIA DE ADN EL REY DEL ROCK		ASEDIASE, CERCASE HACÍA UNA LIBACIÓN			
			PONGA LEJOS EUSKAL TELEBISTA			HIJO DE NOÉ FURIA, VIOLENCIA	
DEJÉ SUELTO PLATINO			NATURAL DE IRÁN ENSALCE, ELOGIE			ENERGÍA POTENCIAL EN INGLÉS, FIN	
	EMITÍA UN VOTO NOTICIA FALSA				PONGA UN DRENAJE ABREV. DE "DOCTOR"		
VILLA ALICANTINA HACE UNA ACUSACIÓN		ENARBOLABAN ASIDERO					LÍNEA DE SIMETRÍA
			ALBACETE OSMIO		RUBIDIO DECÍMETRO	POÉT., DIOSA TERBIO	
SUF., ALCOHOL ARRASASE		MANOSEAD			LÍNEA DE TIERRA	ONOM. DE LA RISA	
				FOTO 5			

DAMERO

Nº 2.969

1 G	2 B	3 D	4 O		6 H	7 O	8 O		10 B	11 I	12 H	13 O	14 N	15 I
16 I		18 B		20 K	21 N		23 M	24 F	25 I	26 J	27 Q		29 L	30 N
31 N	32 F	33 J	34 L	35 J	36 I	37 L		39 F	40 P	41 H	42 M		44 F	45 J
46 K		48 F	49 H	50 H	51 E	52 Q	53 P	54 C	55 C		57 Q	58 D		60 M
61 C	62 Q	63 M	64 D		66 D		68 N	69 P	70 E	71 F	72 C		74 C	
76 H	77 K		79 M	80 P	81 P	82 A	83 H		85 B	86 J	87 K	88 M	89 P	90 E
	92 D	93 P		95 G	96 G	97 A	98 G		100 C	101 A		103 A	104 E	105 E
	107 K	108 E	109 I	110 Q	111 D	112 F	113 A		115 L	116 L	117 Q	118 O	119 Q	
121 E	122 L	123 G	124 K	125 M	126 O	127 J	128 N		130 A	131 L		133 J	134 B	135 B
136 C		138 D	139 I	140 K	141 G	142 G	143 N	144 O						

Fragmento de una obra de Juan Valera. Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerá el título de la obra.

A. 130 101 97 113 82 103
No haced caso.

B. 2 85 10 18 134 135
Unidad con que se miden ciertas características de los combustibles.

C. 54 61 74 55 100 72 136
Ninfas de los ríos y fuentes.

D. 3 58 66 92 138 64 111
Pasasen la vista por lo escrito.

E. 90 51 108 105 70 104 121
Coloq., satisfechos, ufanos.

F. 71 44 32 48 24 112 39
No acepta.

G. 141 142 95 98 123 1 96
Embarranca.

H. 12 41 6 49 50 83 76
Dejas fuera de combate a alguien.

I. 25 16 36 15 11 109 139
Humilla, maltrata.

J. 26 35 133 45 86 33 127
Acaeció, aconteció.

K. 124 77 140 87 107 20 46
Pezón de goma del biberón.

L. 34 115 37 116 29 131 122
De figura de huevo.

M. 23 79 125 63 60 88 42
Guías nepalíes.

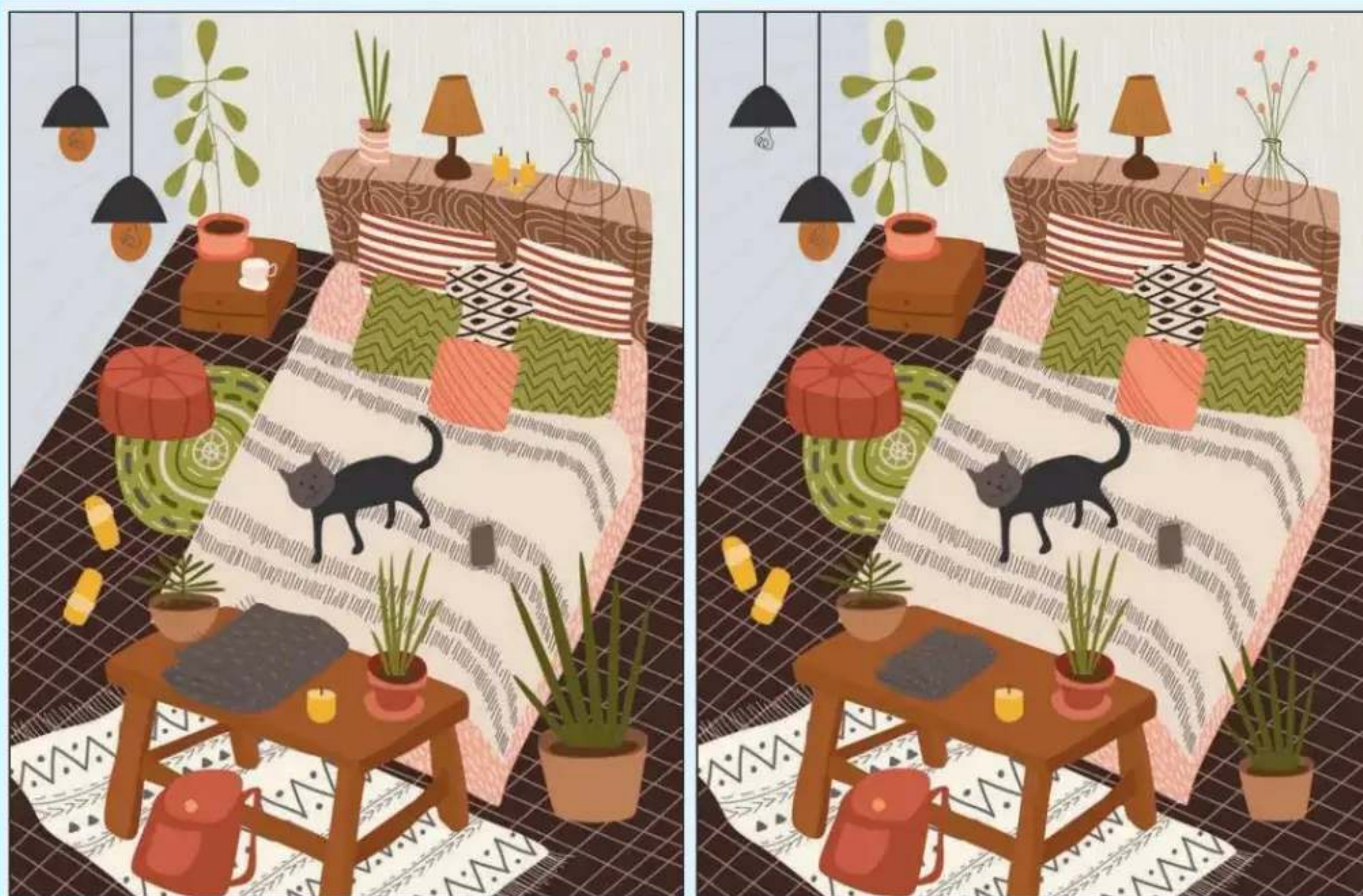
N. 143 31 14 68 30 128 21
Tiene término una cosa, acaba.

O. 144 13 7 118 8 126 4
Diera una razón como prueba de algo.

P. 89 53 40 80 81 69 93
Hacían daño.

Q. 119 52 117 27 57 110 62
Injuriad, agraviad.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.968

Encendieron un cigarrillo y exhalaban lentas cintas de pálido humo blanco. Los hombres se tironearon los faldones de las chaquetas; se arreglaron los cuellos.

Clave: Los hombres de la Tierra.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.915

HORIZONTALES.

- 1: Taus. Sapo.
- 2: Tímpanos. Vi.
- 3: I. Pacificad.
- 4: Ocarina. Ola.
- 5: Serie. Sanas.
- 6: Daa. LSD.
- 7: Verne. Petar.
- 8: Era. Llagase.
- 9: Rindieran. I.
- 10: AA. Adalides.
- 11: Nadó. Esos.

VERTICALES.

- 1: Tíos. Vera.
- 2: Ti. Cederían.
- 3: Amparán. A.
- 4: Uparían. Dad.
- 5: Sacie. Elido.
- 6: Nin. Lea.
- 7: Sofás. Parle.
- 8: Así. Alegáis.
- 9: P. Constando.
- 10: Ovaladas. Es.
- 11: Idas. Reís.

LIBROS

● **Doble cara.** Sam Blue está acusado del asesinato de tres estudiantes y solo una persona cree en su inocencia: su hermana, la detective Harriet Blue. Ella quiere demostrarlo, pero de momento se encuentra desterrada en un remoto pueblo de tan solo 75 habitantes donde un día encuentra un cuaderno que describe un plan espeluznante. **RBA. 22,90 €.**

● **Cuando resplandece el cielo.** Una mujer sueca afincada en Marbella aparece quemada viva en la sauna de su casa. El inspector Correa tiene claro que es un asesinato: la puerta estaba bloqueada desde el exterior. El caso demostrará que tras un mundo de fachadas extravagantes se esconde una oscuridad aterradora. **Maeva. 21,90 €.**

● **El secreto de la niñera.** Emmylou deja su pequeño pueblo de la Bretaña para trabajar como *au pair* de una familia en su preciosa finca de las afueras de Londres. Pero su rutina diaria pronto se convierte en una pesadilla: paredes que lloran por la noche, rezos nocturnos, sueños monstruosos, una comunidad cerrada... **N de novela. 21,90 €.**

● **La casa Barbary.** Cuando su padre, uno de los hombres más poderosos de Berna, es asesinado, Beatrice queda conmocionada. Pero al investigar los misterios que envuelven a su padre y su propia infancia, Beatrice descubre la Orden de Santa Eva y los violentos secretos que le han ocultado durante toda su vida. **Stefano Books. 21,50 €.**

● **El guardián de los ángeles.** La inspectora Johansson, que se está tomando un descanso de su trabajo en Londres, acude a la llamada de la Policía sueca, para resolver un caso que recuerda al Guardián de Ángeles, un asesino en serie que acaba de morir en la cárcel y a quien detuvo su padre 20 años atrás. **RBA. 22,90 €.**



CINE ESTRENOS 9 DE OCTUBRE



El árbol muy muy lejano

Nac: Reino Unido. **Dir:** Ben Gregor. **Int:** Claire Foy, Andrew Garfield, Rebecca Ferguson, Nonso Anozie.

Polly (Claire Foy), Tim (Andrew Garfield) y sus tres hijos se mudan a la remota campiña inglesa. Poco después, los niños descubren un árbol mágico y a sus extraordinarios habitantes: Cara de Luna, el Señor Comosellame, Doña Lavamucho... Y en la copa del árbol, son transportados a mundos desconocidos y fantásticos.



El precio de la red

Nac: EE.UU. **Dir:** Aaron Sorkin. **Int:** Mikey Madison, Jeremy Allen White, Jeremy Strong, Wunmi Mosaku.

Frances Haugen (Mikey Madison), una joven ingeniera de Facebook, consigue la ayuda de Jeff Horwitz (Jeremy Allen White), un reportero del *Wall Street Journal*, para emprender un peligroso viaje que acaba destapando los secretos más ocultos de la red social y los efectos nocivos en los adolescentes.



Tauro



Laura Pausini
16 de mayo de 1974
(52 años)



El mejor signo de la semana

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Cuidado con las cervicales, los mareos o los asuntos de mandíbula y dentadura.

DINERO: Evita precipitarte. No prestes dinero que puedas necesitar.

AMOR: Preferirás la calidad del tiempo compartido, risas y complicidad, ante la pasión o atracción física.

Prende velas amarillas para atraer prosperidad.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Encontrarás en el ejercicio físico bienestar y gran liberación del estrés.

DINERO: Disfruta de lo que tienes y no vivas desde la carencia. Invertirás en formación.

AMOR: No temas afrontar la realidad de tus sentimientos y actuar en consecuencia.

Usa la vibración del rojo y el aroma de almizcle.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Llegada de buenas noticias. Tratamiento satisfactorio.

DINERO: Mejorarán tus condiciones si reconoces tu valía y reclamas lo que es justo.

AMOR: Ampliarás tu círculo con nuevas amistades. Fortalecimiento de la pareja o nuevos compromisos.

Las velas de miel atraerán tu buena suerte.

VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Evita asumir más cosas de las que puedes abarcar.

DINERO: Gastos extraordinarios. Posibles reformas en el hogar. Viajes y eventos felices.

AMOR: En tus familiares y amigos encontrarás todo el apoyo, compañía, cariño y ayuda que precisas.

Un cuarzo verde te ayudará a tener los pies en la tierra.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Mejora física y mental. Inicio de actividades para tu bienestar.

DINERO: Cambios positivos. Déjate conducir por la vida y acepta lo que suceda como conveniente.

AMOR: Magnetismo. Aumento de pasión e intimidad. Romance o inicio sentimental.

Una turquesa favorecerá tu bienestar.

ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Tendencia al dolor muscular o de huesos. Cuidado con los golpes y lesiones.

DINERO: Estarás en posición de mejorar tus condiciones. Negociaciones y acuerdos ventajosos.

AMOR: Resolución de conflictos. Vida en pareja, social o familiar más fácil.

Quema palo santo para eliminar la negatividad.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: El estrés, la ansiedad o el nerviosismo influirán en tu organismo.

DINERO: Evita las inversiones arriesgadas o los movimientos de dinero precipitados.

AMOR: Te sentirás querido y acompañado. Momentos de diversión y complicidad. Llegada de niños.

Coloca flores frescas en agua para el bienestar.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Fortalece las defensas y protege el sistema respiratorio.

DINERO: Llegará lo que tanto esperabas. Posición de liderazgo.

AMOR: Aprende a reconocer qué debes poner de tu parte y qué responsabilidad tienes respecto a lo que está sucediendo.

Lleva alguna pieza de plata para la prosperidad.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Cuida la piel revisando las manchas, heridas, lunares o verrugas.

DINERO: Permanece en el presente con atención plena para evitar hurtos.

AMOR: Activarás la vida social y familiar con las personas que sumen, poniendo distancia con las que restan.

Una malaquita te protegerá frente a la envidia.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Cuida el sistema digestivo. Los nervios podrán afectarte al colon.

DINERO: Acuerdos ventajosos. Las operaciones estancadas se pondrán en marcha.

AMOR: Pruebas del destino que demostrarán la solidez de tus relaciones.

Un jaspé será tu talismán de todo lo bueno.

ENVÍOS A PENÍNSULA Y CANARIAS

ALICIA GALVÁN

CARTAS Oráculo



Consigue tus CARTAS desde ya,



escanea el QR
y compra tu Tarot online

Precio lanzamiento
59€

Rafaela Vilchez
Vidente Natural

931 220 339
SOLO 0,80 CTS X MIN

Auténtica experta
en temas de amor



tu consejera amiga.
De tú a tú

Consultas claras
y precisas

806 424 343

Coste máximo: red fija: 1,23 red móvil: 1,57 €/min IVA incluido. Mayores de 18 años. Servicio ofrecido por Regalos de Voz (vany. Enc. S.L. P. Careros 6, 43870 Amposta)

Bittia Media 985 175 777

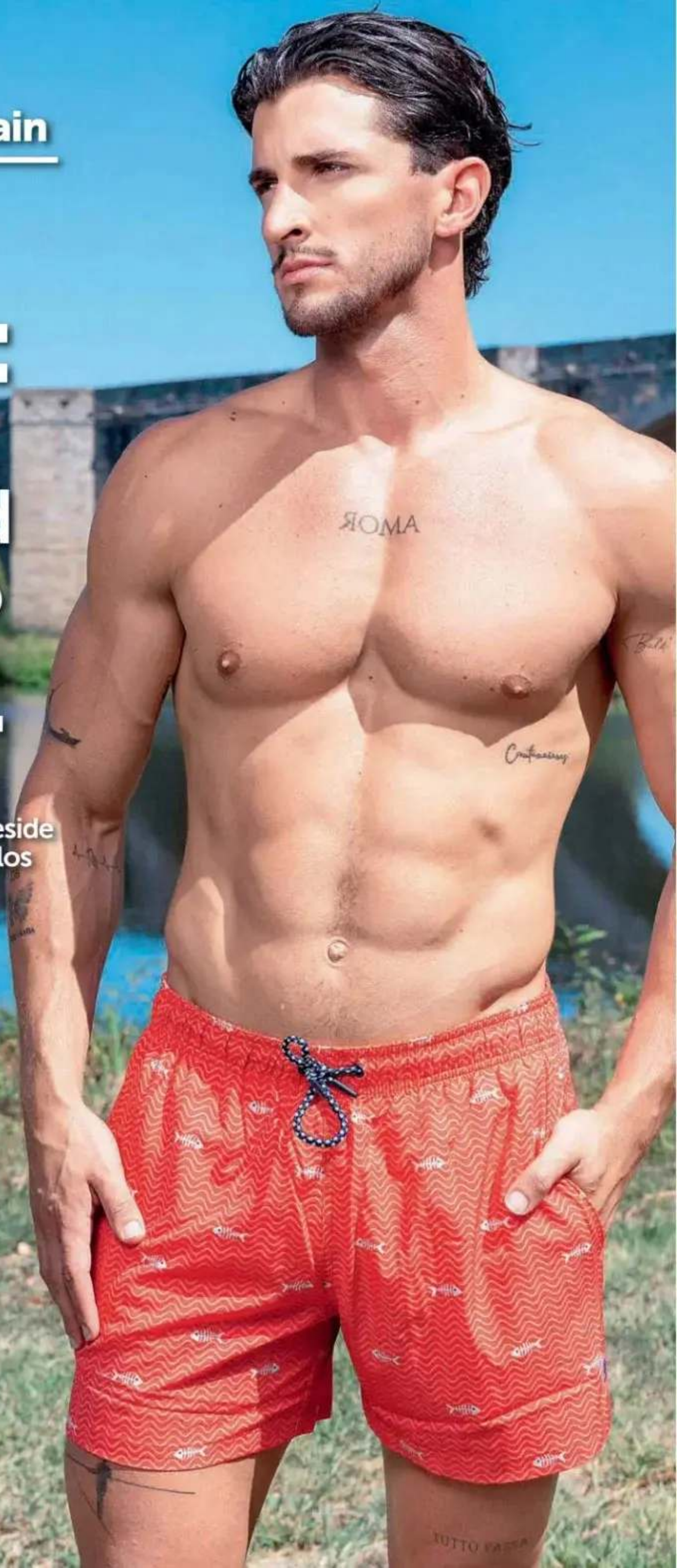
Míster Internacional Spain

Javier Iglesias: "Esta oportunidad es un sueño que quiero aprovechar"

Nació en Castellón de la Plana pero reside en Ibiza y representará a España en los certámenes internacionales



Javier tiene 27 años y mide 1,87 m.



HACE apenas un mes, la vida de Javier Iglesias dio un vuelco cuando fue elegido Mister Internacional Spain: "Fue un momento increíble y además fue como progresivo. Yo pasé una semana estupenda con mis compañeros y no pensaba tanto en lo de ganar o no, pero según iba pasando la noche y llegué al top 6 pues ya empecé a pensar eso de 'oye, que puedo ganar'. Y la emoción cuando oí mi nombre pues fue algo increíble".

Con este flamante título bajo el brazo, este joven, nacido en Castellón de la Plana y residente en Ibiza, representará a España en los certámenes internacionales masculinos. El más cercano será Mister Cosmo, en 2027.

Estudiaste Gestión Empresarial y trabajas en el sector inmobiliario. No sé si también habías hecho antes tus pinitos como modelo. ¿Por qué decidiste presentarte a un concurso de belleza? ¿Era algo que tú soñabas o te surgió de repente?

Surgió de repente, no era algo que tuviera en la cabeza. A raíz de vivir en Ibiza empecé a ir a bastantes eventos y empezaron a hacerme fotografías. Y me empezó a surgir la idea de hacer algo de modelaje, pero no había salido de ahí, de ser una idea, y de repente me ofrecieron la posibilidad de presentarme al certamen de Mister Internacional representando a las islas Baleares y pensé que igual era este el tren que estaba esperando. Así que no dudé en aceptarlo y no me arrepiento.

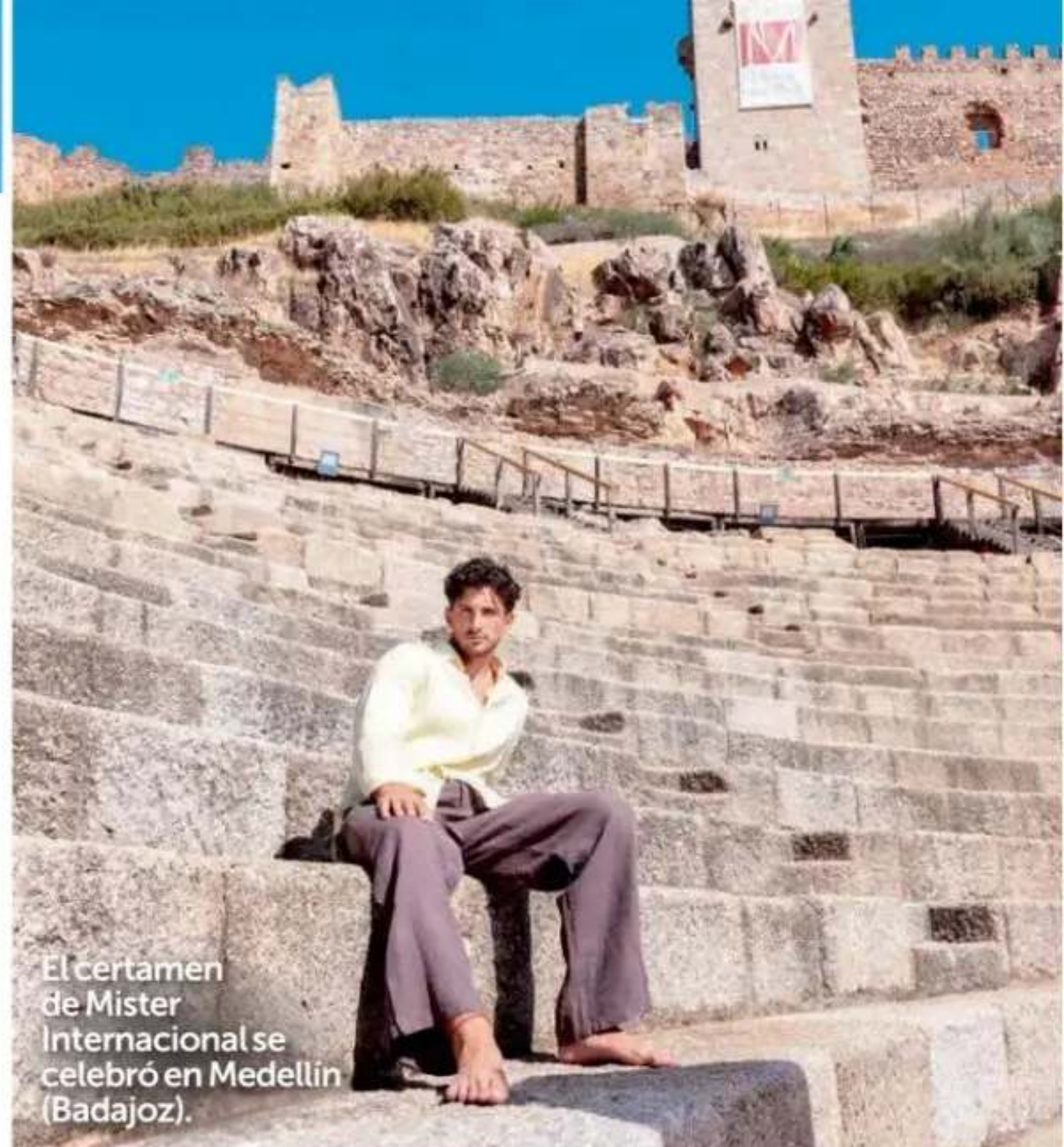
¿Te gustaría tener una carrera en el mundo de la moda, incluso trabajar en televisión?

Sí, ahora lo que me pide el cuerpo es avanzar en este terreno y estoy abierto a todo. Yo soy una persona muy inquieta, que le gusta mucho probar cosas, salir de mi zona de confort. Y esta oportunidad es un sueño que quiero aprovechar al máximo.

"Hago bastante deporte. He jugado al fútbol toda la vida y ahora lo que hago es natación, gimnasio y correr. Además me encanta viajar"

¿Qué te parecen las críticas que hay hacia los certámenes de belleza?

Creo que vienen un poquito desde el desconocimiento de lo que es realmente un certamen. La gente piensa que un certamen de belleza es simplemente llegar, desfilas, hacer dos pasarelas, sonreír y ya está. Y realmente es mucho más. Nos pasamos juntos una semana entera donde convivimos entre nosotros, con compañeros de todas las comunidades autónomas, lo que permite conocer a gente muy diferente y además desfilamos, bailamos... hacemos muchas actividades. Y todo eso al final también se valora, también el talento que tú tienes para desenvolverte. Luego cuando vas a un certamen internacional llevas un poco de las tradiciones, la moda y la cultura de tu país. Guapos, fuertes y altos somos todos, lo que marca la diferencia y lo que al final se valora es la personalidad y el talento.



El certamen de Mister Internacional se celebró en Medellín (Badajoz).

¿Qué destacarías de ti como persona?

Te diría que soy muy inquieto, a veces demasiado. Me gusta mucho probar cosas nuevas y eso también a veces te hace dejar cosas atrás que también son importantes. Y quizá como una virtud, que soy una persona muy comunicativa, pero también me gusta ser muy claro.

"Guapos, fuertes y altos somos todos, creo que lo que marca la diferencia y lo que al final se valora es la personalidad y el talento"

¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

Hago bastante deporte. He jugado al fútbol toda la vida y ahora lo que hago es natación, gimnasio y correr. Además me encanta viajar y contemplar los preciosos atardeceres de Ibiza.

¿Tienes algún viaje inolvidable que recuerdes especialmente?

Diría que mi ciudad favorita es Roma, que fue el primer viaje que hice fuera de España, y la tengo tatuada en el pecho. Y luego he disfrutado muchos otros como Nueva York, Miami, Egipto, Bali... Ya estoy pensando en el siguiente.

Sé que estás enamorado, ¿qué es lo que te conquista de una persona?

Pues que sea una persona positiva. Eso me parece que es súper importante y también que sea una persona buena, que sea una persona cariñosa y cercana y con la que me pueda divertir. He tenido la suerte de encontrarla hace poco.

Marian Cazorla

Fotógrafo: LM Gómez Pozo

Estilismo: Cristina Estévez

Localización: Restaurante Quinto

Cecilio Agradecimientos: Ayuntamiento de Medellín (Badajoz)

Coordinación: José Toré para

Nuestra Belleza España Org.



**EL HIJO DE
RODOLFO
SANCHO
LLEVA DOS
AÑOS EN
PRISIÓN**

Daniel Sancho: el caso se complica todavía más

La filtración de una conversación telefónica del condenado con su madre, en la que pide 100.000 euros para salir de la cárcel, ha generado un gran malestar

El actor Rodolfo Sancho, padre del condenado, apoya a su hijo al margen de su expareja y madre del joven.

EL caso de Daniel Sancho (32) sigue complicándose, y mucho. Mientras su defensa legal trata de conseguir que la Justicia tailandesa revise su condena a cadena perpetua por el asesinato de Edwin Arrieta, ahora se ha sumado la filtración de unos audios antiguos del joven durante una conversación telefónica privada con su madre, Silvia Bronchalo, lo cual ha causado un enorme malestar en la Justicia del país asiático.

Un plan extraño

Los audios se grabaron en la prisión de máxima seguridad de Surat Thani, durante una llamada realizada en octubre de 2025. En un momento, Daniel Sancho habla con su madre sobre la dura situación que vive en dicha cárcel de Tailandia y le cuenta un plan para conseguir la libertad bajo fianza: le dice que necesita 100.000 euros para comprar un terreno en Tailandia a una persona que, según él, podría influir favorablemente e interceder en su salida de prisión.

Una petición ante la que Silvia Bronchalo le responde tratando de tranquilizarle, pero también, pensando en él, le transmite sus dudas: "Yo no te estoy diciendo que no lo vaya a hacer, Daniel (...). Pero lo que quiero tener claro es que esto no es algo ilegal que nos pueda perjudicar a todos, que te pueda perjudicar más a ti, amor", le comenta.

A raíz de esto, también se ha sabido que Daniel Sancho antes le trasladó la misma propuesta a su padre, Rodolfo Sancho, solo que este se negó en rotundo, porque pensaba que se trataba de una estafa.

Ahora queda por determinar quién grabó y con qué fin ha filtrado dichos audios.

El equipo de abogados de Daniel Sancho asegura que ellos no, ya que esto no beneficia a su cliente. Es más, todo lo contrario. "No somos suicidas ni kamikazes. Quien diga que Rodolfo lo ha podido filtrar es decir algo tremendamente arriesgado", señaló la abogada Carmen Balfagón en el programa *Fiesta* (Telecinco).

Una madre preocupada

La propia Silvia Bronchalo también ha manifestado en *Vamos a ver*: "Me siento agredida. Llevo tres años tragando y ahora resulta que alguien graba, manipula y publica una conversación privada entre una madre y su hijo en prisión y desesperado".

El pasado lunes, la agencia EFE informaba que el equipo jurídico asesor de Daniel Sancho en España quiere presentar el último recurso posible de apelación ante el Supremo tailandés para anular la primera sentencia.

Una vez finalicen los procesos y haya sentencia firme, el joven podría comenzar los trámites para solicitar un traslado a España para seguir cumpliendo aquí la cadena perpetua, algo que como mínimo se alargaría de 4 a 7 años. Ahora están por verse las consecuencias que estos audios tendrán sobre el caso Daniel Sancho. ■



Silvia Bronchalo, madre de Daniel Sancho, está indignada tras conocer la filtración de una llamada privada.



En la llamada, Daniel Sancho, condenado por el asesinato de Edwin Arrieta, pide dinero para que una mujer compre un terreno y así pueda obtener la libertad bajo fianza

'Rocío': así será la serie sobre la vida de 'La más grande'

● La vida de Rocío Jurado empieza a tomar forma en la ficción. RTVE y Movistar Plus han dado por terminado el rodaje de la miniserie sobre la artista, del que SEMANA reveló sus primeros detalles en exclusiva antes de verano.

Susana Córdoba (52) interpreta a Rocío en su etapa adulta y Carmen Raigón (26) en su juventud; Martiño Rivas (41) aparecerá como Pedro Carrasco, Víctor Clavijo (53) se pondrá en la piel de Juan de la Rosa y Miguel Hermoso (54) interpretará a José Ortega Cano.

La ficción tendrá cuatro episodios y ha recorrido más de 66 localizaciones entre Chipiona y Madrid, desde la Finca Yerbabuena hasta el Santuario de Regla.

Lugares icónicos en la vida de la artista, en los que cerca de 2.000 figurantes han participado para recrear sus primeros pasos, su ascenso a la fama y la consagración definitiva como "La más grande" de la música. Además, Miquel Fernández, Antonio Velázquez, Adelfa Calvo, Teresa Hurtado de Ory y Javier Veiga completan, entre otros, un reparto de 74 personajes. La serie no pretende mostrar únicamente a la estrella, también dejará ver a la hija, la madre, la amiga...

Carmen Fernández Raigón interpretando a Rocío Jurado en una de sus primeras grandes actuaciones.

Susana Córdoba encarnando a la Jurado en su etapa más madura, junto a Ortega Cano y su hija Rocío.



Kike Quintana continuará viajando por las ciudades y la edición de los viernes seguirá siendo itinerante. La primera de las ciudades es Gijón.

'La tarde se mueve' se estrena dejando atrás el verano

● El verano se acaba también en las tardes de Telecinco. El espacio conducido por Ion Aramendi estrena nueva etapa y nuevo nombre: desde este lunes, *El*

verano se mueve ha pasado a ser *La tarde se mueve*.

Un cambio que demuestra la fortaleza de un programa que nació para cubrir los meses de verano y que ha

conseguido quedarse más allá de la temporada estival.

Mantendrá esa mezcla de actualidad, corazón, entretenimiento y las conexiones desde distintos puntos del

país que tanto han gustado a los espectadores.

Mismo equipo y mismo espíritu para afrontar su primer otoño completo en la parrilla del Telecinco.

'Dog Dates', el nuevo 'dating' de cuatro patas de Telecinco



● *First Dates* ha probado otra forma de buscar pareja: hacerlo con perro incluido.

Telecinco ha emitido *Dog Dates*, un especial en el que los solteros acuden acompañados de sus mascotas y el flechazo con la otra persona tiene que funcionar por partida doble.

Mediaset ha querido testar así una variante del formato que, si funciona, podría convertirse en una de sus ediciones en el futuro.



'D Corazón' estrena un espectacular plató

● A las puertas de cumplir 30 años en TVE, *D Corazón* estrena plató y una imagen mucho más moderna gracias a la realidad aumentada. Anne Igartiburu y Javi de Hoyos siguen al frente de esta una nueva etapa, que dará aún más peso a la actualidad, sin perder su esencia: contar la crónica social con mucho corazón.



'La Promesa' celebra la boda más esperada de la temporada



Uno de los paseos de la pareja por Lisboa, la ciudad a la que se marchan de luna de miel y en la que no conseguirán disfrutar.

● Después de tantísimos obstáculos, Ángela y Curro ya han pasado por el altar y las imágenes que nos deja la boda emocionan a cualquier seguidor de la serie, después de meses esperando este momento que triunfó en el prime time de La 1.

Tras tantas idas y venidas, los dos inician una nueva etapa lejos del palacio y con Lisboa como primer destino de su luna de miel (el rodaje se trasladó a la ciudad portuguesa). Allí, entre paseos, jardines y un entorno completamente distinto al que conocen, llegará también su primera gran prueba como matrimonio.

Curro no consigue quitarse de la cabeza lo que descu-

brió de Leocadia, la madre de Ángela: fue quien realmente asesinó a Jana.

Ese silencio empezará poco a poco a abrir distancia entre los recién casados. Ángela, que es muy lista, detectará que él está raro y que se encierra cada vez más. Tanto que ni siquiera escaparse juntos por Lisboa consigue aliviar la tensión.

La fotografía que acompaña a estas líneas, además, muestra uno de esos momentos de la pareja lejos de *La Promesa*, en una de las escenas que se verán en la serie a lo largo de estos días.

Tal y como ha podido conocer SEMANA, tal será el agobio de Curro que se planteará quedarse a vivir allí.



La Oreja de Van Gogh tendrá su particular 'Mamma Mía'

● No hay duda de que el grupo ha regresado a los escenarios con más fuerza que nunca.

El universo de La Oreja de Van Gogh dará el salto al

cine con *Puedes contar conmigo*, una película musical romántica que construirá una historia original a partir de algunos de los éxitos más conocidos de

la banda liderada por Amaia Montero. Lo que será una especie de *La La Land* o *Mamma Mía* patrio.

Fernando González Molina, director de *Tres metros*

sobre el cielo, estará al frente del proyecto, que ya se encuentra en una fase avanzada del guion. El grupo participará además como productor ejecutivo.



Los Javis suman una nueva serie en pleno éxito de 'La bola negra'

● Unen sus fuerzas junto a Carles Porta en HBO Max para llevar a la ficción uno de los grandes misterios de España: *Tor*.

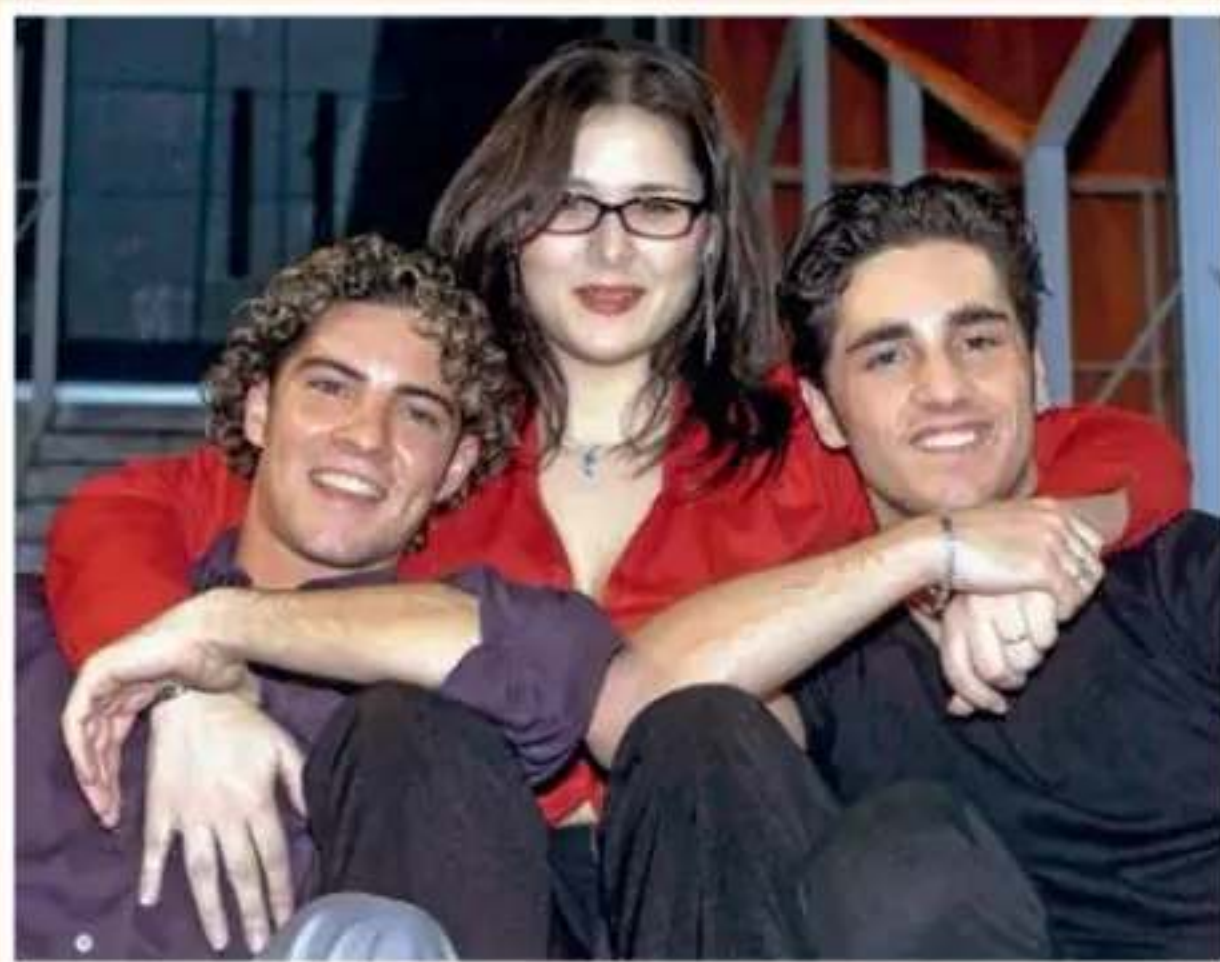
La serie, ya en desarrollo, se inspira en los crímenes y leyendas de esta remota comunidad del Pirineo, recorriendo varias décadas. Este proyecto llega en el mejor momento para ellos.



'El Túnel' regresa a La 1 con su nueva temporada

● TVE no ha querido esperar. Apenas dos semanas después de despedir su primera edición, el concurso presentado por Jesús Vázquez regresa con nuevos participantes y una segunda temporada. La noche de los miércoles volverá a ser suya, tras cerrar su debut como el concurso más visto de la temporada en *prime time*.

'Operación Triunfo' aplaza su 25 aniversario



● Tinet Rubira, director de Gestmusic, la productora responsable del concurso, confirmó hace meses que se estaba preparando un especial con todos los concursantes y profesores que han pasado por la academia en estos 25 años.

Un especial muy ambicioso que se iba a emitir en televisión y que, por ahora, tendrá que esperar para ver la luz.

Así las cosas, la productora se centra en la próxima edición de *Operación Triunfo*, prevista para 2027 en Prime Video.

Plex presentará su propio reality con famosos

● La nueva temporada llega con una novedad importante en Netflix: Plex, el actual novio de Aitana y toda una estrella en el universo de internet, será el presentador de su propio reality show con famosos.

Rostros conocidos por haber participado en otros concursos y famosos como Sofía Suescun se enfrentarán a todo tipo de retos y pruebas físicas y mentales en *Plex: Última partida*.

Un formato, producido por Fremantle (*Mask Singer*, *El precio justo*, *Got*



Talent) que ya se está grabando en República Dominicana, en el mismo lugar donde transcurren las ediciones de *La isla de las tentaciones*.

★ PELÍCULA

'Un muerto a la hora del té': una boda, una herencia y una comedia en un palacio del siglo pasado

Plataforma: Movistar Plus+

Int: Thomasin McKenzie, Ben Radcliffe, Damian Lewis, Katherine Waterston, Tom Felton, Emma Laird, Tom Goodman-Hill.



Lo más gracioso es cómo los personajes hacen el ridículo mientras creen que están siendo personas respetables.

● Estamos muy acostumbrados a los dramas de palacio, pero poco a las comedias. *Un muerto a la hora del té* se divierte y juega con esas familias aristocráticas tan pendientes de las apariencias y de los apellidos de sus integrantes.

La historia transcurre en 1931. Los Davenport quieren casar a su hija Poppy con su primo para conservar la casa dentro de la familia. Pero la boda se frustra y los padres deciden que su otra hija, Rose, debe ocupar su lugar. Pero ella en realidad está



con Eric, un joven carterista que acaba trabajando como criado en la mansión. Entre medias, aparece un asesinato que complica todavía más toda la trama.

Es todo un disparate. Encadena los chistes con situaciones bastante gamberras. Te vas a reír desde el inicio.



★ SERIE

'Veneno', la otra gran joya de Los Javis que llega a Netflix en pleno huracán por 'La bola negra'

Plataforma: Netflix

Int: Jedet, Daniela Santiago, Isabel Torres.

★
¡NUESTRA
SERIE
FAVORITA!



Es un canto a la libertad y a conocer realidades que, realmente, desconocemos en el día a día. Te emocionará.

● Aunque se estrenase en 2020, la serie sobre la historia de La Veneno está viviendo su segunda ola de éxito con su estreno en Netflix.

Tras el triunfo de *La bola negra* en los cines, esta es la otra joya del catálogo de Los Javis.

En 8 capítulos, la serie cuenta la vida de Cristina Ortiz, conocida por sus intervenciones en la televisión de los años 90. Nos permite comprender todo lo que vivió aquella mujer antes de convertirse en alguien a quien casi todo nuestro país conocía.

La trama sigue su amistad con Valeria Vegas, por aquel entonces una estudiante de Periodismo que termina escribiendo sus memorias. Sus encuentros hilan la infancia de Cristina con las dificultades que afrontó como mujer trans y una fama que cambió su vida sin resolver realmente sus problemas.

Lo más bonito es ver la comunidad que crea junto a sus amigas y compañeras, y cómo ayuda a Valeria en su proceso de encontrarse. Las tres actrices que interpretan a Cristina están soberbias en su papel.

★ DOCUMENTAL

'El otro Chiquito', la batalla que hizo mucho daño al real

Plataforma: Movistar Plus+

● Es una película documental que te va a encantar si eras de esas que se quedaba hasta tarde viendo *Esta noche cruzamos el Mississippi*.

El punto de partida es el conflicto que provocó Lucas Grijander, el personaje de Flo que utilizaba expresiones y gestos muy conocidos de Chiquito de la Calzada.

Cuando Lucas empezó a aparecer en *Esta noche cruzamos el Mississippi*, el programa de Pepe Navarro en Telecinco, Chiquito sintió que estaban aprovechándose de su trabajo. La discusión sobre lo que podía copiarse o no terminó en los tribunales.

Este documental reconstruye todo lo que ocurrió y hace una reconstrucción del juicio. Además, entrevista a Flo y a Pepe Navarro.



ISABEL PANTOJA

— WORLD TOUR —



Marinero de luces

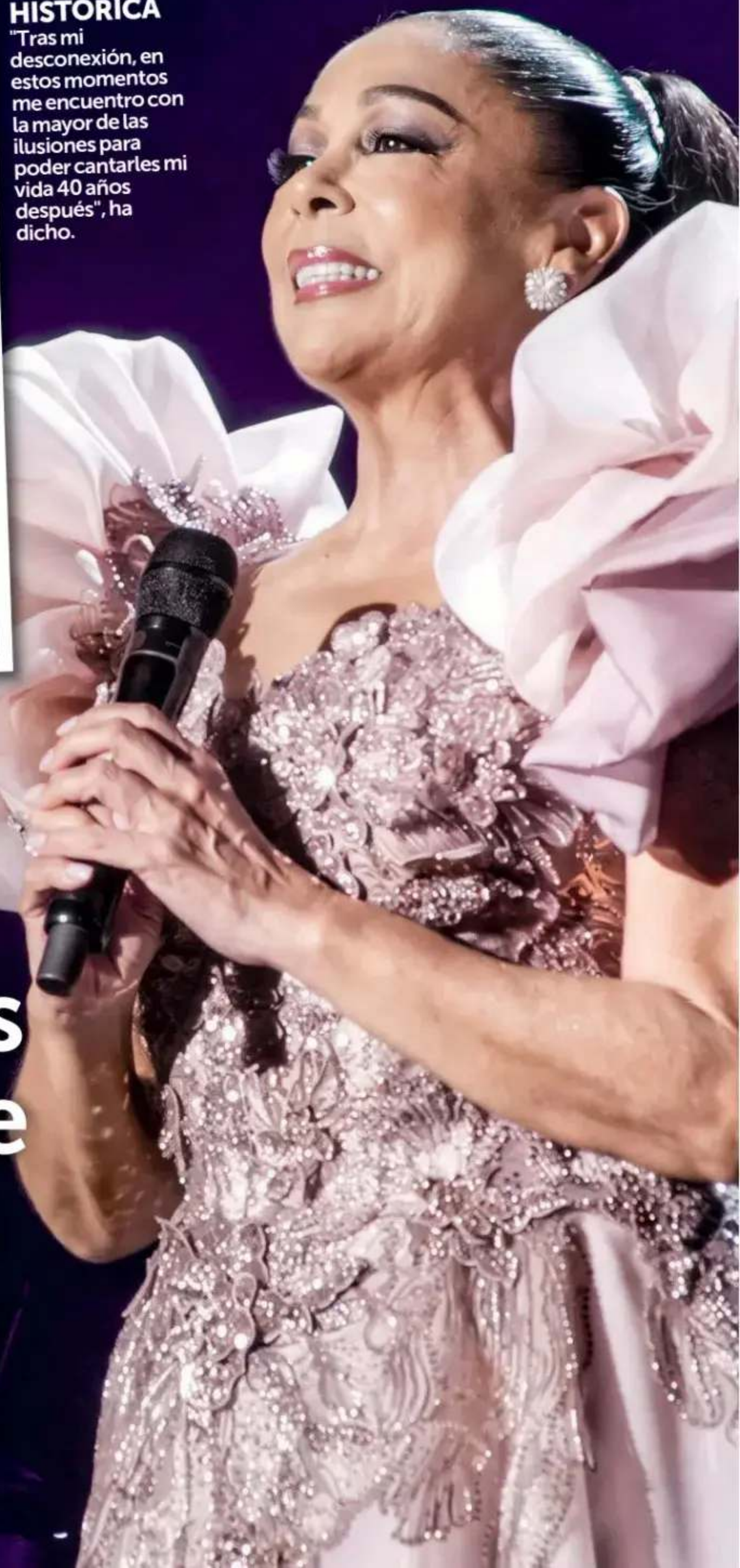
40
AÑOS
DESPUÉS

CITA HISTÓRICA

"Tras mi desconexión, en estos momentos me encuentro con la mayor de las ilusiones para poder cantarles mi vida 40 años después", ha dicho.

Isabel Pantoja celebra los 40 años de 'Marinero de luces'

La tonadillera regresará a los escenarios con una histórica gira internacional



SU CONCIERTO MÁS DOLOROSO

En diciembre de 1985, Isabel Pantoja regresó a los escenarios tras la muerte de Paquirri con un histórico concierto presidido por la reina Sofía. Cuarenta años después, la artista recupera las canciones de 'Marinero de luces' en una nueva gira internacional.



La cantante recorrerá diferentes puntos de España y Latinoamérica con esta ambiciosa gira.

ISABEL Pantoja (69) vuelve a mirar a uno de los capítulos más importantes de su carrera. La artista ha anunciado 'Marinero de Luces, 40 años después', una ambiciosa gira internacional con la que celebrará las cuatro décadas de uno de los discos más emblemáticos de su trayectoria. Un regreso muy especial que la llevará por diferentes ciudades de América y España y con el que recuperará algunas de las canciones que han marcado su vida personal y profesional.

No se trata de un aniversario cualquiera. Publicado en 1985, *Marinero de luces*

llegó en uno de los momentos más delicados de la vida de Isabel Pantoja y terminó convirtiéndose en uno de los trabajos más importantes de su discografía. Ese mismo año, y tras más de un año alejada de los escenarios después de la muerte de Paquirri, Isabel protagonizó una histórica reaparición en el Teatro Lope de Vega (Madrid).

La Reina Sofía

Un concierto presidido por la reina Sofía en el que la artista habló abiertamente de lo difícil que estaba siendo seguir adelante sin su marido. Uno de los momentos más emocionantes llegó an-

tes de interpretar 'Era mi vida él', cuando se dirigió a la monarca para dedicarle la canción a Paquirri: "Majestad, con su permiso, va dedicada a mi marido".

Regreso nostálgico

Cuatro décadas después, Isabel vuelve a aquellas canciones con un espectáculo completamente renovado. Acompañada por una orquesta completa y con una cuidada puesta en escena, recuperará temas como 'Marinero de luces', 'Era mi vida él' o 'Pensando en ti', canciones que terminaron convirtiéndose en parte inseparable de su historia. ■

Pablo López y Laura Rubio: el primer paseo de los futuros papás

El cantante y su mujer están felices tras conocerse la noticia de que darán la bienvenida a su primer hijo a comienzos de año

Así de sonrientes los encontramos camino de un concierto en Madrid.

RADIANTE y encantados. Así hemos visto al cantante Pablo López (42) y a su mujer, Laura Rubio (32), paseando por Madrid. Y no es para menos, porque tienen mucho que celebrar.

Estas son las primeras imágenes de la pareja tras conocerse que van a ser padres y está claro que están viviendo uno de los momentos más dulces de sus vidas. Pablo y Laura lucen su embarazo muy felices, cogidos de la mano, mirándose con ternura y besándose en plena calle, sin ocultar su alegría, algo que no quieren ni pueden ocultar.

Y es que aunque ya está en su segundo trimestre de embarazo, Laura aun no utiliza ropa premamá, pero hay gestos que la *delatan*, como la ternura con la que se acaricia la barriguita, con una sonrisa que le llega a los ojos.

Laura está ya en el segundo trimestre de su embarazo y este es un bebé muy buscado y deseado por los dos

El matrimonio acudió hace unos días, sobre las cinco de la tarde, a recoger a los padres de Laura para acudir juntos a un concierto. Antes estuvieron tomando algo y fue cuando además pudimos comprobar la estupenda relación de Pablo con sus suegros, con quien compartió bromas y abrazos.

Después fueron al Movistar Arena de Madrid, dispuestos a disfrutar de una tarde de buena música escuchando a Silvio Rodríguez. Mientras esperaban para entrar, Pablo y Laura eran la viva estampa del amor, aunque eso sí, el



En julio celebraron su primer aniversario de bodas y no pueden ser más felices.



Cuando una imagen vale más que mil palabras: Laura tocando con ternura su barriguita.

La pareja se conoció en 2017, cuando Pablo era 'coach' de 'La Voz' y Laura participaba en el concurso

cantante no desatendía a los fans que lo reconocían y se acercaban a pedirle un autógrafo o hacerse una foto.

Recordemos que la pareja se dio el 'sí quiero', en julio de 2025 en la Basílica de Jesús de Medinaceli de Madrid y en septiembre del mismo año celebraron una fiesta en Cádiz con más de 300 invitados. Un broche de oro para una historia que comenzó en 2017, cuando Pablo era coach en *La Voz* y ella participaba en el concurso. ■

ROTA

Tras dejar a su hija en la guardería, y ya en el coche, Verónica fue incapaz de aguantar más y acabó llorando destrozada.

Verónica Hidalgo se derrumba y ya no puede más

Los últimos acontecimientos complican aún más la situación personal y económica que vive tras la detención de su pareja

SEMANA



**LA MODELO,
INCAPAZ DE
ENCONTRAR
CONSUELO**



LEJOS de resolverse, la situación de Verónica Hidalgo (44) cada vez se complica más. Hasta ahora, la que fuera Miss España 2015 defendía a capa y espada a su pareja, Juan Andrés González, pero la situación se ha vuelto casi insostenible hasta el punto de que ya no puede más. Y así, derrumbada y llorando desconsolada la hemos visto estos días tras la actualización del caso.

SEMANA desveló en exclusiva en septiembre que Juan Andrés estaba detenido y acusado de pertenencia a organización criminal y blanqueo de capitales. También adelantamos en primicia que las investigaciones policiales intentarían demostrar que la organización criminal utilizaba varios domicilios adquiridos por él como "guarderías" (término que se utiliza para almacenes de droga)...

Se confirma que en el congelador de su casa había más de un kilo de hachís, algo que había adelantado ya SEMANA

Pues bien, la confirmación de la incautación de una cantidad significativa de hachís (entre 1,3 y 1,4 kilos) en el congelador del frigorífico de su casa durante la detención de su marido, el pasado 24 de marzo, unida a las vagas explicaciones que ha dado la modelo, han colocado a Verónica en el centro de todas las miradas.

La catalana no ha podido explicarse más allá de decir que no tenía nada que ver con lo sucedido, asegurando no saber lo que hacía su ma-

rido, ni pudiendo explicar tampoco la aparición en su casa de más de 11.000 € en metálico y 10 relojes de alta gama valorados cada uno en cerca de 2.000 €.

Todo eso le ha pasado factura. Si hasta ahora la veíamos muy seria, pero manteniendo el tipo, estas imágenes demuestran hasta qué punto a Verónica la situación la ha desbordado.

Tras dejar a su hija en la guardería, la exmodelo se subía al coche para volver a casa y en ese momento se rompía. Intentaba contener las lágrimas, pero acababa llorando sin consuelo mientras hablaba por teléfono.

Futuro angustioso

Además, ha llegado a ser citada en las dependencias policiales en calidad de investigada, algo que ella no esperaba y que, desde luego no es nada bueno.

Su futuro judicial podría quedar ahora en manos del juez de la Audiencia Nacional que instruye el sumario, ya que será quién determine, junto con el fiscal en su escrito de acusación, si Verónica es citada de nuevo a sede judicial y, de ser así, en qué condición procesal prestaría declaración.

Pero es que además todo esto tiene también un impacto económico. El juzgado tiene bloqueadas desde marzo las cuentas de la pareja y esto ha hecho que la joven reciba la ayuda de sus padres y de sus suegros. Verónica, retirada de las pasarelas, recibía ingresos de su redes sociales y de los contratos de patrocinio con marcas, pero ahora todo eso se ha acabado, al menos por ahora, por eso su familia es ahora su tabla de salvación, emocional y monetaria. ■

La familia es ahora el único pilar en el que la modelo puede apoyarse.





Marta Ortega (42), acudió a la pasarela con su marido, Carlos Torretta (42).

Las españolas conquistan la moda en París

De Marta Ortega a Rosalía, junto a las estrellas de Hollywood, conocieron las tendencias de la primavera/verano 2027



Rosalía (34), que recibirá el 22 de octubre el Premio Billboard Salón de la Fama, fue una de las estrellas del front row de Dior.



Ana de Armas (38), en el desfile de Louis Vuitton, firma de la que es imagen.



Javier Calvo (35) y Javier Ambrossi (42), con la modelo Cara Delevingne (34), juntos en el desfile de Tom Ford.



Ester Expósito (26) deslumbró en la Semana de la Moda de París con un sexy vestido lencero de Roberto Cavalli.

Ester Expósito estuvo acompañada por su novio, Kylian Mbappé, lesionado en su rodilla izquierda



La actriz fue con su novio, Kylian Mbappé (27) a un exclusivo club de la capital gala.

DEL 28 de septiembre al 6 de octubre París se vistió de moda con la presentación de las colecciones Primavera/Verano 2027. Pero la atención no solo se concentró en las propuestas de las primeras firmas sobre lo que llevaremos la próxima temporada. Durante esos días la ciudad se convirtió en una



Heidi Klum (53) presentó a su hija pequeña, Lou Sulola Samuel (16), nacida de su relación con el cantante Seal.



Jennifer Lopez (57) se mostró como una auténtica diva en el desfile de Stella McCartney.

+++ gran pasarela en la que las estrellas de Hollywood se dieron la mano con las *influencers* y las royals.

También las españolas viajaron a la capital gala para dejarse seducir por lo mejor de la moda, de Balenciaga a Louis Vuitton pasando por Dior o Tom Ford.

No podía faltar Marta Ortega, la mujer más poderosa del mundo de la moda. La presidenta no ejecutiva de Inditex, además de sentarse

en el *front row* de algunos desfiles, aprovechó la visita a París para presentar la esperada colección que John Galliano ha creado para Zara.

Junto a ella, actrices como Ester Expósito, quien durante su estancia en la capital gala también pudo disfrutar de una romántica salida junto a su novio, el jugador francés del Real Madrid Kylian Mbappé; o Ana Armas, ahora instalada y triunfando en Estados Unidos. +++



Naomi Watts (58) puso show a su estilismo en el pase de Valentino.



Uma Thurman (56) apostó por el look masculino en Lacoste.



Sofía Vergara (54) eligió la tendencia del total look de piel.



Eva Longoria (51) acudió al desfile de su amiga Victoria Beckham con un vestido satinado.



Cynthia Erivo (39) mezcló lencería, pelo, lana y bordados en su look.



Brooklyn Beckham (27) estuvo con su mujer, Nicola Peltz (31), en el desfile de Balenciaga, pero no asistió al de su madre.



La modelo Poppy Delevingne (40), la modelo y aristócrata Bianca Brandolini (39) y la princesa Olympia de Grecia (30).

►►► Precisamente fueron muchas las actrices de Hollywood que quisieron fichar las tendencias para la próxima primavera-verano. De una atrevida Naomi Watts, quien acaba de estar en nuestro país recibiendo un premio en el Festival Internacional de Cine de San Sebastián, a la siempre exuberante Jennifer Lopez o Uma Thurman más desenfadada, en clave masculina.

Sin olvidarnos de modelos o 'royals', como Beatrice Borromeo y Tatiana Santo Domingo, las casi princesas monégascas con más estilo. ■



Las hermanas Nicky (43) y Paris Hilton (45).



Tatiana Santo Domingo (42) y Beatrice Borromeo (42), dos cuñadas bien avenidas y amantes de la moda.



Shakira (49) aprovechó el descanso en su residencia en Madrid para viajar a París y ver el desfile de Tom Ford.



Carla Bruni (58) destacó por su innata elegancia.



Chiara Ferragni (39), una de las invitadas al desfile de Miu Miu.



Paris Jackson (28), hija de Michael Jackson.



La modelo Gigi Hadid (31).



La modelo Karlie Kloss (34).

Eugenia está disfrutando de la etapa más feliz de su vida.

La duquesa de Montoro tiene un cariño especial por Sevilla y el mundo flamenco, que también le ha transmitido a su pareja.

Eugenia Martínez de Irujo

sobre su pareja, Narcís Rebollo:

"Mi catalán es una joya"

Fue la madrina de los actos que organiza la Hermandad de Los Gitanos por el centenario del nacimiento de su madre

ESTE 2026 ha estado jalonado por distintos actos para celebrar el centenario del nacimiento de la duquesa de Alba, fallecida el 20 de septiembre de 2014. Ahora ha sido la Hermandad de Los Gitanos, a la que ella pertenecía, quien ha presentado *Cayetana, 100 años*, un proyecto que incluye un festival flamenco, la presentación del libro *La última duquesa*, escrito por su hijo Cayetano, y una exposición.

El acto de presentación tuvo como madrina a Eugenia Martínez de Irujo, la única hija de la duquesa, quien al igual que su madre siente pasión por Sevilla y el flamenco. La duquesa de Montoro estuvo acompañada por su pareja, Narcís Rebollo, también integrado totalmente en el ambiente del Sur.

Sobre la posibilidad de que su hija Tana la haga pronto abuela: "No, todavía no, hay que disfrutar mucho de la vida"

¿Cómo te sientes siendo madrina de un acto dedicado a tu madre en tu Hermandad?

Han sido muy bonitas todas las palabras que han dicho sobre la figura de mi madre. La unión que siempre ha habido de ella y mi familia con la Hermandad desde hace muchísimos años. Yo he visto muchas 'Madrugás' en Sevilla esperando al Cristo y acompañándolo.

Tu vínculo con Sevilla nunca se ha roto. Aunque vives en Madrid pasas mucho tiempo en tu finca de Sevilla...

Vengo muchísimo, si paso 15 días sin venir ya estoy deseando volver. Todos los fines de semana que podemos venimos.

¿Y cómo has convencido a tu marido, catalán, para que sienta el mismo amor por Sevilla?

Mi catalán es una joya y está encantado aquí, le encanta Sevilla y le encanta el flamenco que le he metido en vena. También le gusta mucho el campo, tenemos muchas cosas en común y en eso no tenemos ningún problema.

¿Estás viviendo la etapa más bonita de tu vida?

De lejos sin ninguna duda, aunque ya viene de muchos años. Hay veces que pienso: 'Dios mío, déjame como estoy', porque estoy muy feliz y muy bien, y me da miedo que todo cambie.



Eugenia y Narcís siguieron muy atentos y emocionados las palabras de cariño hacia la duquesa de Alba.

Pues te voy a preguntar por otra etapa vital que puede llegarte, ¿te ves como abuela?

No, no, todavía no, hay que disfrutar mucho de la vida.

En lo único que tu hija no se parece a ti es en que no

tiene esa timidez tan grande que siempre te acompañó en tu juventud.

Afortunadamente no. Ella tiene un gran don de gentes y es súper sociable. Es verdad que me ha superado, es así desde pequeña.

Marina Bernal

APERTURA PARLAMENTO



La Familia Real de Suecia, más unida que nunca

Las princesas Victoria, Magdalena y Sofía derrocharon elegancia para apoyar a los reyes en un día muy importante

Los reyes Carlos Gustavo (80) y Silvia (82) posaron con sus tres hijos y las parejas de estos antes del concierto de gala para cerrar los actos por la Apertura del Parlamento.

LA Familia Real de Suecia ha vuelto a lo grande, "todos a una". Y es que hacía mucho tiempo que no los veíamos a todos juntos, fuertes y unidos. Ha sido para la Apertura del Parlamento cuando los reyes Carlos Gustavo y Silvia han logrado reunir a sus tres hijos, los príncipes Victoria, Carlos Felipe y Magdalena, y sus respectivas parejas, el príncipe Daniel, la princesa Sofía y Chris O'Neill, quien no trabaja para la Casa Real.

Toda una declaración de intenciones, que muestra la nueva estrategia real, conscientes de que los veteranos monarcas, con 80 y casi 83 años, necesitan refuerzos.

Recordemos que el rey Carlos Gustavo (80) ahora es el soberano que más tiempo lleva en el trono, con más de 53 años de reinado.

Regreso de Magdalena

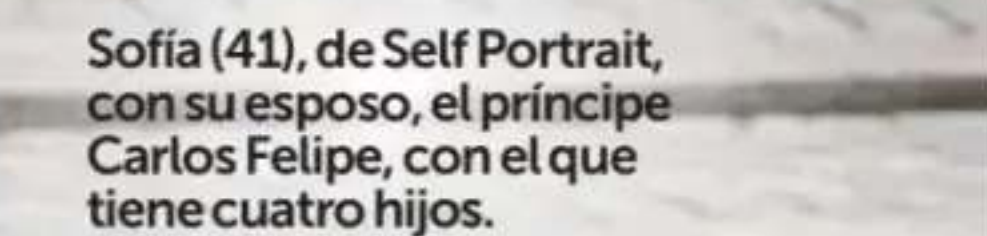
Este 'balón de oxígeno' ocurre sobre todo desde que hace dos años la princesa Magdalena regresó a vivir a Estocolmo con su esposo y sus tres hijos, tras una década en Londres, Nueva York y Miami. Ahora Magdalena incluso tiene su propia agenda oficial.

En esta jornada, las *royals* más jóvenes, Victoria, Magdalena y Sofía, dieron un ejemplo de elegancia, tanto en los actos de la mañana, para la misa en la catedral y la sesión en el Parlamento, como luego en el recital en la Sala de Conciertos de Estocolmo.

Por la noche, las hermanas Victoria (49) y Magdalena (44) coincidieron con vestidos de flores, quizás para animarse antes de que el crudo invierno llegue a tierras escandinavas. ■



Magdalena (44), del brazo de su marido, Chris O'Neill, lucía un top de Arakii.



Sofía (41), de Self Portrait, con su esposo, el príncipe Carlos Felipe, con el que tiene cuatro hijos.



Victoria (49), de Roland Mouret, con el príncipe Daniel.

En los actos de la mañana, la heredera Victoria, su hermana la princesa Magdalena y su cuñada, la princesa Sofía, coincidieron con sobrios atuendos en blanco y negro

La trágica muerte del duque de Feria

Hace 25 años, Rafael Medina y Fernández de Córdoba, exmarido de Naty Abascal y padre de sus dos hijos, fue encontrado muerto en su cama por un empleado de la Casa de Pilatos, la histórica residencia de la familia Medinaceli en Sevilla

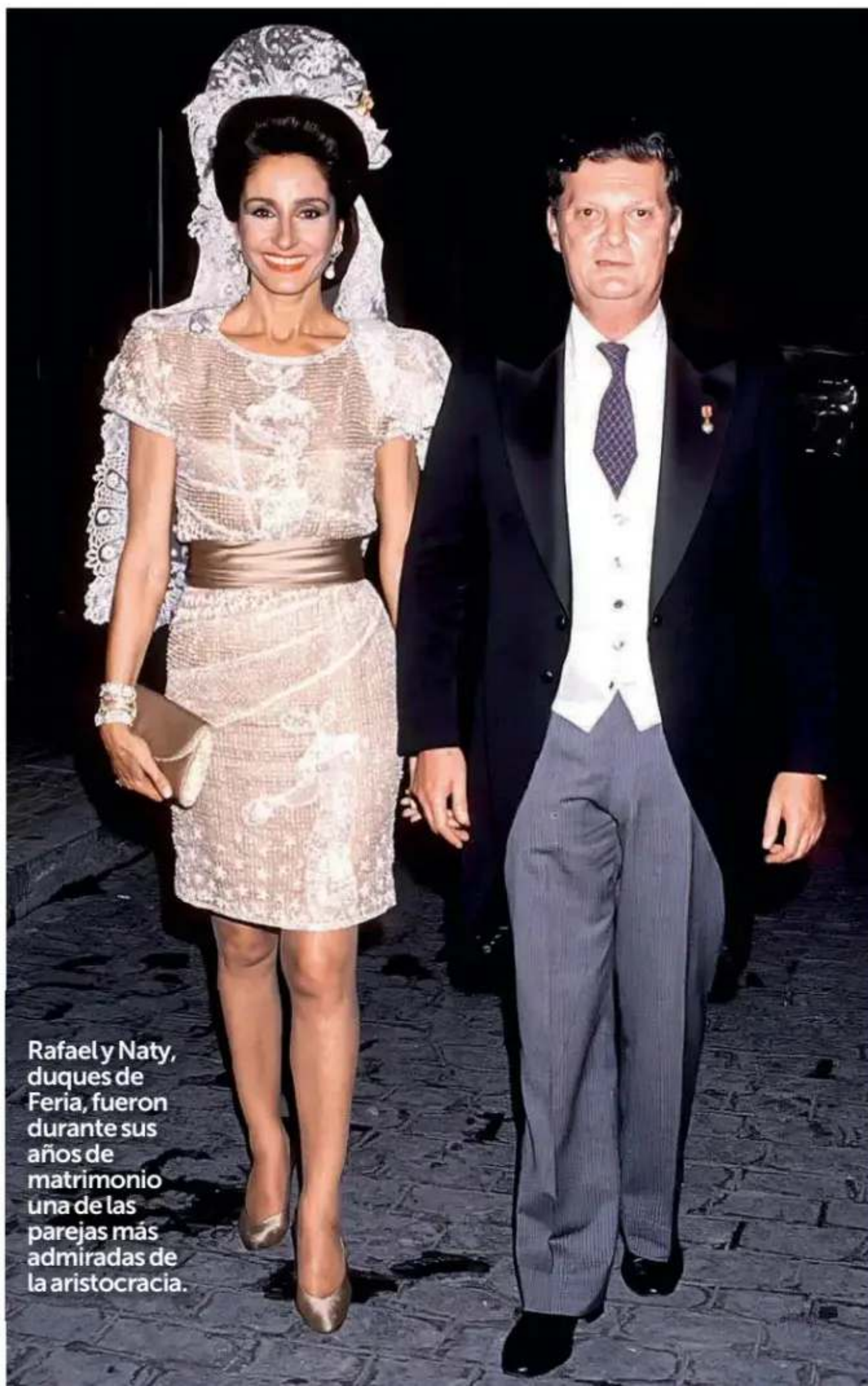
UN lunes 6 de agosto de 2001, en una España de vacaciones que vivía unos días aletargados informativamente hablando, una noticia sacudió los ciimientos de la alta sociedad. Ese día, Rafael Medina y Fernández de Córdoba, XIX duque de Feria, aparecía muerto en su domicilio de la sevillana Casa de Pilatos, la histórica residencia de la Casa Ducal de Medinaceli, una de las familias nobles más importantes de nuestro país. Allí, a solo cuatro días de cumplir los 59 años, residía con su madre, Victoria Eugenia Fernández de Córdoba, duquesa de Medinaceli y conocida en el círculo más íntimo por el cariñoso apelativo de Mimi.

Aunque su vida en los últimos años había estado más cerca de la crónica de sucesos que de la social, su fallecimiento supuso una gran conmoción.

En su habitación

Rafael Medina fue encontrado sin vida sobre las doce de la mañana, tumbado en su cama, por el portero del palacio familiar, que cumplía con la rutina diaria de llevarle la prensa a la habitación.

Tras el descubrimiento del cadáver, se dio aviso a la policía nacional y, poco



Rafaely Naty, duques de Feria, fueron durante sus años de matrimonio una de las parejas más admiradas de la aristocracia.



EN LA RESIDENCIA FAMILIAR

Con la bandera de la Casa Ducal Medinaceli ondeando a media asta, un coche de la funeraria salió del palacio para llevar el cuerpo al Instituto Anatómico Forense, donde se le realizó la autopsia.





Rafael Medina y Naty Abascal se casaron el 14 de julio de 1977. Él pertenecía a la familia noble más importante de nuestro país, y ella era una maniquí que había triunfado en Nueva York, aunque su nombre era desconocido en España.



La boda se celebró en la ermita de El Rocío (Huelva), con la madre del novio, la duquesa de Medinaceli, como madrina.

después, un equipo de la policía judicial se presentó en el domicilio. Sobre las 14 horas el juez ordenó el levantamiento del cadáver y una ambulancia de la funeraria trasladó el cuerpo del duque hasta el Anatómico Forense, donde se le realizó la autopsia.

Los resultados revelaron que Rafael Medina había fallecido entre las cuatro y las seis de la tarde del sábado, casi cuarenta y ocho horas antes de haberse hallado el cadáver, y debido a un "fracaso cardiorespiratorio agudo". Nadie en ese tiempo le había echado de menos, lo que daba cuenta de la soledad en la que vivía el aristócrata.

En el juzgado

Las conclusiones de la autopsia fueron remitidas al Juzgado número 5 de Sevilla, que se hizo cargo del caso cuando apareció el cadáver de Rafael Medina. Allí acudieron el hermano del fallecido, Ignacio Medina y Fernández de Córdoba, duque de Segorbe, y el abogado del fallecido, Antonio Mates, para conocer el resultado de la autopsia y solicitar al juez el traslado del cadáver al tana-

Murió día y medio antes de descubrirse el cadáver debido a un fallo cardiorespiratorio por una sobredosis de barbitúricos

torio, donde sería embalsamado y desde allí trasladado a Toledo, para ser enterrado en el Hospital de Tavera, una de las históricas propiedades de los Medinaceli.

Desde el primer momento informaciones contradictorias rodearon la noticia de su



Los tiempos felices de los duques de Feria, junto a sus dos hijos: Rafael, actual duque de Feria, y Luis. En la foto aparecen con Rafael Ansón.

muerte. Por un lado se dijo que se debió a una sobredosis de barbitúricos, pero Jaime Romero, portavoz oficial de la casa ducal lo desmintió: "No se produjo por ingesta de barbitúricos, ni hay certeza de cuándo ocurrió, ya que los domingos el servicio no trabaja y le encontraron el lunes", aseguró.

Su exmujer, Naty Abascal, se encontraba de vacaciones en Bali e inmediatamente

puso rumbo a España para estar al lado de su dos hijos: Rafael, actual duque de Feria, y Luis, quienes estaban de vacaciones en la casa de sus abuelos maternos en El Puerto de Santa María (Cádiz).

Precisamente su hijo pequeño fue una de las últimas personas que vio con vida al conocido aristócrata, ya que lo había visitado el viernes, tan solo 24 horas antes de su muerte. +++



En los Jardines del Campo del Moro, en el Palacio Real, con motivo de la fiesta que el Rey Juan Carlos celebraba por su onomástica. Ella, espectacular con un vestido de Valentino.

+++ Aunque la familia nunca quiso hablar oficialmente de suicidio, la versión más aceptada de su muerte es que se debió a una sobredosis de barbitúricos.

El exmarido de Naty Abascal se hallaba sumido en una profunda depresión que había deteriorado la salud tras su paso por la cárcel.

Su paso por prisión

En 1993 fue detenido y llevado a prisión tras una denuncia por rapto de una niña de cinco años. En marzo de 1994 fue condenado a dieciocho años de cárcel por corrupción de menores, narcotráfico y secuestro, aunque en 1998 el Tribunal Supremo rebajó la pena a nueve años y pudo salir de prisión tras cumplir cinco.

Poco después de conseguir la libertad, protagonizó un intento de suicidio cortándose las venas. No tuvo éxito



En 1993 en los juzgados de Sevilla, donde fue detenido y posteriormente llevado a prisión tras ser denunciado por el rapto de una niña de cinco años.

EL GRAN ESCÁNDALO EN LA ALTA SOCIEDAD

Los últimos años de la vida del duque de Feria fueron una auténtica caída a los infiernos. En 1994 fue condenado a dieciocho años de cárcel por corrupción de menores, narcotráfico y secuestro, aunque en 1998 el Tribunal Supremo rebajó la pena a nueve y pudo salir de prisión en 1998, tras cumplir cinco (había ingresado en la cárcel al ser detenido en 1993). Una noticia que la revista SEMANA llevó a su portada con una imagen de los glamurosos tiempos junto a la que fue su mujer, Naty Abascal.



Sentado en el banquillo de los acusados en el juicio en Sevilla.



Durante su estancia en prisión, en 1994 fue entrevistado por el periodista Jesús Quintero para el programa *Cuerda de presos*.

gracias a que su hijo Luis lo encontró a tiempo, y lo trasladó al hospital.

Con una personalidad inestable, atormentado y adicto, tuvo sus primeras depresiones, por las que tuvo que ser ingresado en la Clínica de Navarra, incluso antes de su boda con Naty Abascal, en 1977. Y tras la separación entró en una espiral de autodestrucción frecuentando los ambientes más sórdidos de Sevilla. Pero su vida se había convertido en una bajada a los infiernos tras su paso por la cárcel.

Abatido y muy solo, la tortuosa vida del XIX duque de Feria también terminó tan trágicamente como habían sido sus días.

Tras salir de prisión había intentado suicidarse cortándose las venas, pero su hijo Luis lo encontró a tiempo

Fue enterrado el 8 de agosto de 2001 en la más estricta intimidad, en el panteón familiar de la Casa Medinaceli ubicado en la cripta de la iglesia del Hospital de Tavera en Toledo. Solo asistieron cincuenta personas, entre ellos sus dos hijos, Rafael, el actual duque de Feria, y Luis.

Sonia Montero



En la Feria de Abril de Sevilla de 2001, una de las últimas imágenes de Rafael Medina antes de su muerte.

ASÍ HEMOS CAMBIADO...

ANNA Castillo soñaba con dedicarse a la actuación desde niña y, aunque empezó como cantante y bailarina, con solo 16 años ya debutó como actriz con pequeños papeles hasta llegar a formar parte del reparto de la serie *Doctor Mateo*, en 2011. Luego llegarían otras como *Amar es para siempre*, *Estoy vivo* o la reciente *Se tiene que morir mucha gente*. Anna, que cumple 33 años este 9 de octubre, puede presumir de ser una de esas actrices afortunadas que triunfa en la televisión y el cine. Ganó el Goya como Actriz Revelación por *El olivo* en 2017, con 24 años, y ha vuelto a ser nominada en otras tres ocasiones por sus trabajos en *La llamada* (con Los Javis), *Viaje al cuarto de una madre* y *Girasoles silvestres*. En 2023, rodando la serie *Un cuento perfecto* conoció al actor e influencer Álvaro Mel (30) con el que inició una relación sentimental. Anteriormente, Anna estuvo saliendo con la fotógrafa Lara Blanco.

Anna Castillo

32 años



5 años



18 años



24 años



27 años

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

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

MAQUETACIÓN Y TRATAMIENTO DE IMAGEN: Guadalupe Escalona (Jefa de Sección) Raquel Nistal y Raquel Muñoz.

DOCUMENTACIÓN: Francisco José de Pablo.

SEMANA.ES: Miguel Curtido (Director Digital), Laura Campos, Gloria López, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Diana Torres, Estefanía Fernández, Santiago Merino y Laura Gay.

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:

Avda. de Burgos, 16 D - 6ªA. 28036 Madrid.

Apartado de Correos 383

Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: redaccion@semana.es

ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN

Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: administracion@semana.es

E-mail: distribucion@semana.es

E-mail: suscripciones@semana.es

IMPRESIÓN: Rotocobrihi S.A.

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

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

Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:

RBA PUBLIVENTAS, S.A.

CEO: Enrique Blanc.

Director de negocio digital: Serafin González.

Madrid, Norte y Andalucía

Directora de oficina: Arantxa Sánchez.

Directora de publicidad: Belén González.

Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.

Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.

Jefa de publicidad: Juncal Utrilla

Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.

C/ Mendez Álvaro, 56 planta 5ª

28045. Madrid. Teléfono: 91 510 66 00

Barcelona y Levante

Directora de oficina: Ana Gea.

Directora de publicidad: Ángela Carpio.

Directora de publicidad: Olga Fernández

Directora de publicidad: Cristina Hombravella

Coordinadora de publicidad:

Ivana Stelmazewski.

Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.

Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información.

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

SEMANA TAMBIÉN EN:

O. ONLY 2.
www.orbytes

K+ KIOSKO MAS
www.kioskoymas.com

zinio
www.zinio.com

Escanéame



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



#YoLeoSemana

WWW.SEMANA.ES

TODA LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN ESTÉS DONDE ESTÉS



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana_revista

HAY OTRA FORMA DE VIAJAR

PLAZAS GARANTIZADAS

Sin acreditación ni esperas

HOTELES DE HASTA 4*

Pensión completa

PRECIOS ECONÓMICOS

Más destinos

2026 - 2027

RESERVA YA
y asegura tus vacaciones



SORTEO 2 VIAJES
EGIPTO



RESERVA
POR 14€

30€

DE REGALO POR PERSONA
EN EL PRÓXIMO VIAJE



SIN GASTOS
DE CANCELACIÓN



PAGO EN
3 MESES*

Benidorm - Alicante

Hotel Olympus 4*

6 días | 5 noches

Incluye pensión completa con agua y vino

220€

Galicia Rías Bajas

Hotel 3*

6 días | 5 noches

Incluye guía acompañante y visitas

485€

Egipto

Crucero por el Nilo y Estancia
en El Cairo + ✕

8 días | 7 noches

Incluye pensión completa, visitas y guía acompañante.

1.625€

Pass Seniors Paradores Exclusivo Club de Vacaciones

Disfruta entre más de 80 Paradores

3 noches para dos personas

Incluye desayuno

415€

Tenerife

Hotel 4* + ✕

8 días | 7 noches

Incluye pensión completa con agua y vino

669€

Luces de Vigo

Hotel 3*

6 días | 5 noches

Incluye visitas

505€

Pueblos Blancos

Hotel 4*

6 días | 5 noches

Incluye guía acompañante y visitas

480€

Mallorca

Hoteles 3* y 4* + ✕

8 días | 7 noches

Incluye pensión completa con agua y vino

539€

Mercadillos Navideños en Budapest

Hotel 4* + ✕

4 días | 3 noches

Incluye visitas y tasas locales

825€

ESPECIAL NAVIDAD



91 330 72 63
viajeselcorteingles.es

Viajes **El Corte Inglés**

Pago en 3 meses: con tu Tarjeta El Corte Inglés. Financiación ofrecida por Financiera El Corte Inglés, E.F.C., S.A. y sujeta a su aprobación. Condiciones de financiación en Viajes El Corte Inglés. Precios "desde" por persona y estancia en habitación doble, válidos para nuevas reservas desde el 28 de agosto al 06 de diciembre para viajar en determinadas salidas hasta junio 2027. Producto con avión: Incluye billete de ida y vuelta desde Madrid, tasas aéreas (sujetas a posibles variaciones) y traslados. Consulta condiciones y producto adherido en viajeselcorteingles.es. Gastos de gestión 16€ por reserva no incluidos. Plazas limitadas. CICMA 59, Hermosilla 112 - Madrid