



La gran boda de **ANTONIO ROSSI**



LA TRAGEDIA GOLPEA DE NUEVO A **NORMA DUVAL**

"Estoy destrozada"

La vedette llora la muerte de su sobrino a los 35 años



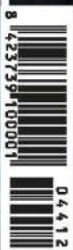
EXCLUSIVA

SARA CARBONERO

Recarga pilas con sus hijos

MUERE ALAIN DELON

Adiós al hombre más guapo del mundo



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



PÁGINA 42
NURIA ROCA Y JUAN DEL VAL, AMOR EN EL MAR



PÁGINA 92
EVA SANNUM Y FELIPE: EL DÍA DEL PRINCIPIO DEL FIN

y además no te pierdas...

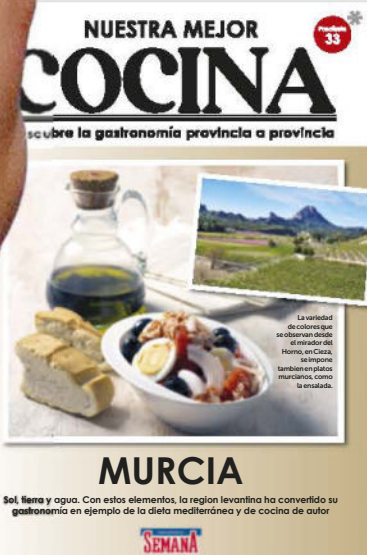


- 4 Norma Duval,** rota tras la muerte de su sobrino.
- 8 Sara Carbonero:** la importancia de vivir el momento.
- 14 Antonio Rossi y Hugo Fuertes,** la boda más romántica.
- 20 Muere Alain Delon,** adiós al hombre más guapo del mundo.
- 32 El hijo de Mette-Marit,** tras ser detenido: "Estaba intoxicado".
- 36 Frank Cuesta y Yuyee,** estalla la guerra.
- 38 Jesulín y María Jose** un matrimonio en forma.
- 66 María Verdoy y Antonio Santana:** la pareja con más química de la tele.

- 80 Alessandro Lequio** en la playa con Ena.
- 82 Morata y Alice:** "Estamos destrozados".
- 84 Edurne y David de Gea:** su nueva vida en Florencia
- 88 Aitana y María Bernardeau,** excuñadas bien avenidas.
- 98 Así hemos cambiado:** Mari Cruz Soriano.

.....

No te pierdas nuestros PASATIEMPOS DE VERANO



Fascículo 32
 *no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

PÁGINA 86
LARA ÁLVAREZ, UNA SIRENA EN PALMA DE MALLORCA



INESPERADO

**La tragedia golpea
de nuevo a**

Norma Duval: rota tras la muerte de su sobrino

Juan Carlos Rojas, el hijo mayor de su hermana Carla, falleció a los 35 años, al no poder superar la profunda depresión que arrastraba desde hace años



Juan Carlos acababa de ser padre por primera vez hace apenas dos meses.

DESTROZADA e intentando asimilar lo que ha ocurrido. Así se encuentra ahora Norma Duval (68), tras la inesperada muerte, el pasado 15 de agosto, de su sobrino Juan Carlos, de 35 años, el hijo mayor de su recordada y llorada hermana Carla, fallecida en octubre de 2010, cuando solo tenía 46 años.

Juan Carlos, que nunca terminó de encajar la muerte de su madre, llevaba años arrastrando una profunda depresión. Ni siquiera el convertirse en padre por primera vez hace apenas dos meses, le ayudó a salir del pozo en el que se encontraba. Su muerte ha conmocionado a toda la familia y es la última de una serie de desgracias que han golpeado a Norma Duval sin tregua.

Juan Carlos sufrió mucho la muerte de su madre, hace 14 años, y nunca consiguió llenar el vacío que le dejó su marcha

La artista se encontraba en Mallorca de vacaciones cuando se enteró de la noticia y, sin tiempo de reacción, tomó un avión, consiguiendo una de las últimas plazas disponibles para llegar cuanto antes a Madrid.

El dolor de Norma

Su aparición en el madrileño Tanatorio Parcesa La Paz, en Madrid, nos dejaba una imagen que partía el alma. Norma, vestida de negro riguroso y del brazo de su prima Sonia, entraba muy afectada, intentando sin conseguirlo ocultar su dolor tras ▶▶▶

La artista, abandonando el tanatorio con sus sobrinas, Andrea y Paula, que no podían articular palabra.





Norma y sus sobrinas, dejando el cementerio con algunas flores y las cintas de los ramos.

►►► unas gafas de sol. La seguían su hermano, Albino Martín, y una de sus mejores amigas, Isabel Luque.

Poco después veíamos a los tres hijos de Norma: Marc, Yelco y Christian, fruto de su matrimonio con Marc Ostarcevic. Y también a sus sobrinas Andrea y Paula, las hermanas de Juan Carlos, completamente devastadas y sin poder hablar.

Sus hermanas

Si para Norma Duval el golpe ha sido desgarrador, ¿qué se puede decir de sus dos sobrinas? Ahora tienen 24 años, pero perdieron a su madre, por un cáncer de cuello de útero, cuando solo tenían 11; seis años después, en 2016, despidieron a su padre



Yelco, el mediano de los hijos de Norma, con su mujer, Carmen Caula. La pareja tiene una hija, Valentina.

a causa de un infarto, más tarde, en 2021 a su abuela Purificación, a la que adoraban (aunque ella ya no las reconociera) y ahora han tenido que enterrar a su hermano. Ese que presumía orgulloso de ellas en las redes sociales, que las llamaba "mis niñas preciosas" y con quien disfrutaban de los veranos en Mallorca.

Norma Duval se hizo cargo de sus sobrinas tras la muerte de Carla. Para entonces ella ya estaba separada del padre de las niñas, el empresario teatral Santiago Paredes y él quiso respetar el régimen de visitas que tenía en vida de Carla, visitando a sus hijas los fines de semana pero prefiriendo que se criasen con Norma, que fue para ellas una segunda madre.

Andrea y Paula, las sobrinas de Norma, han perdido a su madre, a su padre, a su abuela y ahora a su hermano

En ese momento Juan Carlos, fruto de la relación de Carla con el empresario mexicano Rafael Rojas, con quien rompió antes de saber que estaba embarazada, tenía 22 años, y siguiendo los deseos de su madre, se independizó e instaló en un apartamento, alquilando el chalé que Carla tenía entonces en Boadilla del Monte.

Siempre pendiente

Pero Norma siempre ha estado muy pendiente de Juan Carlos, al que adoraba, tratando de llenar por todos los medios el vacío que la marcha de su hermana había dejado en el corazón del chico. Un hueco que Juan Carlos, que intentó lu- ▶▶▶



Christian y Marc, el menor y el mayor de los hijos de Norma Duval, a la salida del tanatorio.



Norma con su prima Sonia. Tras ellas, su hermano, Albino, y su mejor amiga, Isabel Luque.



Lara Dibildos, acompañada por su novio, Carlos Maturana, quiso estar con la familia.



CUANDO NORMA PERDIÓ A CARLA

Norma era ocho años mayor que Carla y sentía adoración por su hermana pequeña. Su muerte, el 31 de octubre de 2010, fue uno de los peores días de su vida. El apoyo de Matthias y el tener que cuidar de su madre y de sus sobrinos, la ayudó a no derrumbarse.



►►► char contra sus demonios interiores, nunca pudo llenar con nada ni nadie. Ni siquiera con su hijo recién nacido. "Ha decidido irse", confirmaban desde el entorno de la familia.

"Nos parte el corazón el pensar que ya no estarás entre nosotros. Nos dejas un bebé precioso igualito a ti, el mejor legado. Esperamos que hayas encontrado la paz eterna junto con tus padres.", escribía Norma, horas después de despedir a su sobrino. En el tanatorio apenas había podido hablar.

"Tenemos mucho dolor y estamos destrozados. Gracias a todas las personas que querían a Juan Carlos", decía.

El adiós

En la despedida estuvo arropada también por amigos como Lara Dibildos, inseparable de Carla y de la familia, y que no ocultaba la pena. "Norma me acompañó cuando enterré a mi madre, cómo no iba a estar aquí.", explicaba la actriz, acompañada por su novio, Carlos Maturana.

El último deseo de Norma a su sobrino:
"Esperamos que hayas encontrado la paz eterna junto con tus padres"

El adiós a Juan Carlos fue íntimo. Aun así, hubo una ausencia que llamó poderosamente la atención, la de Matthias Kühn, el marido de Norma, que no la acompañó en su viaje desde Mallorca. Tampoco estaba su ex, Marc Ostarcevic, de quien se divorció en 2003, pero hay que recordar que la pareja no mantiene relación desde hace años y Marc tampoco se habla con sus hijos. ■

CARLA, UNA MADRE FELIZ



Actriz, cantante, pintora... Y sobre todo, madre. Si hay algo que a Carla la hacía feliz, además de su carrera, eran sus hijos. Juan Carlos era fruto de su relación en el empresario mexicano Rafael Rojas. Cuando se separaron, regresó a España sin saber que estaba embarazada y ocho meses después, en noviembre de 1988, nació el niño de sus ojos. Tras su boda con Santiago Paredes llegaban al mundo las gemelas Andrea y Paula. Aunque solo pudo disfrutar de ellos unos pocos años. Paredes, por cierto, quiso a Juan Carlos como a su propio hijo y fue a él a quien llamó cuando empezó a sentirse mal tras sufrir el infarto que acabó con su vida en febrero de 2016.



EXCLUSIVA

Sara Carbonero: la importancia de vivir el momento

Disfrutó de unos días de descanso en las playas de Cádiz con sus hijos y unas amigas



Sara acaba de regresar de un viaje humanitario a Panamá especialmente complicado.

A veces los viajes más intensos son al interior de uno mismo. Sara Carbonero (40) ha descubierto la importancia de escuchar a su yo interior, el que la ha ayudado a superar los malos momentos vividos tras su enfermedad.

La periodista trata ahora de disfrutar de los pequeños placeres de la vida: una charla con amigos, la risa de sus hijos... Algo que la hemos visto hacer estos días de desconexión en las costas de Cádiz, uno de sus destinos preferidos.

Sara y el amor

Aquí, en la playa, vimos a Sara en paz, tranquila, relajada y bella, jugando con sus hijos en el mar, compartiendo confidencias con sus amigas y recargando pilas. Algo que necesitaba tras su reciente viaje con UNICEF a Panamá, que la dejó tocada.

Y a su regreso se está poniendo al día con los suyos, y *apagando* algunos fuegos. Porque sí, en las últimas semanas se ha venido hablando de una separación o crisis en su relación con el músico Nacho Taboada (36), con quien lleva saliendo más de dos años. Pero SEMANA ha podido saber por su entorno que la pareja está tan feliz y enamorada como siempre.

Tiempo de calidad

Entonces, ¿por qué después de más de dos años de relación ahora se hable de ruptura? Pues porque hace algún tiempo que no vemos a Sara y a Nacho juntos. Pero todo tiene una explicación.

Ella está esta temporada muy centrada en cuestiones personales y familiares que la han tenido muy absorbida, pero aún así siempre ▶▶▶

Sara reparte este verano su tiempo entre sus compromisos profesionales y los personales.



La periodista quiso inmortalizar estos días de descanso con sus pequeños.

Sobre los rumores de crisis con su novio, Nacho Taboada, fuentes cercanas aseguran a SEMANA que la pareja está tan feliz y enamorada como siempre

▶▶▶ saca tiempo para estar con su chico. Es más, hace poco estuvieron unos días juntos y tranquilos, aunque no trascendió.

Tregua con la vida

No solo eso, de un tiempo a esta parte Sara Carbonero está centrada en dedicar tiempo de calidad a los suyos: sus hijos, su madre...

Sara, tras sufrir un cáncer de ovario que le fue diagnosticado en mayo de 2019, del que fue operada con éxito y tras seguir el tratamiento de quimioterapia correspondiente, sabe bien lo importante que es exprimir cada momento y así lo cuenta ella misma.

"Gracias, vida, porque aunque estos años no me estás dando mucha tregua y me estás retando fuerte, el aprendizaje no sería el mismo sin tanta piedra en el camino ni mi nivel de conciencia tampoco", confesaba hace unos días. ■



Compartiendo confidencias con una amiga.



Un tranquilo paseo por la orilla del mar sirve también para relajarse y desconectar.

Con SENTIDO:

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

ESCUCHA

PREGUNTA

RESPETA

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



**La boda de
ensueño de
Antonio
Rossi y Hugo
Fuertes**

El periodista y su novio se dieron el 'sí, quiero' rodeados de muchos rostros famosos de la televisión



Antonio y Hugo tuvieron una romántica boda que puso el broche de oro a cuatro años de relación.

RODEADOS de sus familiares y amigos, muchos de ellos rostros muy conocidos de la televisión, Antonio Rossi (44) y Hugo Fuertes (26) se dieron el 'sí, quiero' en la tarde del pasado 16 de agosto, en una romántica y emotiva ceremonia.



La pareja eligió el mismo look: elegante esmoquin con camisa blanca y pajarita.



Los gestos del matrimonio no podían ocultar la felicidad del momento que estaban viviendo.

El periodista y su pareja habían cuidado con mimo todos los detalles para que la celebración resultara perfecta y pudieran disfrutar junto a los casi 250 invitados del día más especial de sus vidas. Desde hace más de un año la pareja había comenzado personalmente los preparativos,

buscando especial significado en todos los pasos, desde la comida a la música.

Pasadas las ocho y media de la tarde los invitados comenzaron a llegar a la finca La Casa de Mónico, a las afueras de Madrid, donde fueron recibidos por unos emocionados novios, ambos ▶▶▶



Christian Gálvez y su mujer, Patricia Pardo, con un favorecedor vestido con cuello joya de Rosá Clará.



EL GRAN MOMENTO

Hugo, exbailarín, sorprendió a Antonio y a todos los invitados con un espectacular baile, después de cortar la tarta nupcial.

▶▶▶ vestidos con elegantes esmóquines en negro, camisa blanca y pajarita.

Fueron muchos los rostros populares de la televisión que quisieron compartir con los novios esta fecha tan especial, como Toñi Moreno, Bibiana Fernández, Patricia Pardo y su marido, Christian Gálvez, Cristina Tárrega o Sonia Ferrer, entre otros.

Fue una celebración donde primó la fiesta y las ganas de pasárselo bien. Para ello, los novios descartaron una cena sentada, más seria y protocolaria, y optaron por un cóctel en el que todos los presentes pudieran mezclarse mucho más relajados.

En el menú ocuparon un lugar especial la mesa de ostras y los cortadores de

En la fiesta los novios cambiaron su chaqueta por una en blanco.



jamón, los dos productos favoritos de los novios, junto con los arroces, la comida asiática o la mesa de los pescaditos fritos típicos de Andalucía, en homenaje a la tierra del periodista, además de todo tipo de canapés.

En lo que sí siguieron la tradición fue en la gran tarta nupcial que cortaron bajo una lluvia de luces.

Palabras de los novios

Antonio y Hugo aprovecharon la emoción del momento, para gritar a los cuatro vientos su amor. Primero fue el exbailarín, ahora organizador de eventos, con unas palabras llenas de admiración hacia el hombre de su vida: "Los dos nos complementamos. Sé que Antonio os ha transmitido que su vida ha cambiado y que está en su mejor momento, pero yo siento lo mismo. He crecido tanto como persona a su lado que a veces pienso lo orgulloso que me siento de despertarme todos los días a su lado. Hoy, Antonio, con todos nuestros familiares y amigos, quiero decirte una vez más que estoy locamente enamorado de ti, y que quiero pasar el resto de mi vida a tu lado".

Después fue Antonio, emocionado casi hasta las lágrimas al escuchar las palabras de su flamante marido, el que desgranó cómo Hugo cambió su vida: "Te vi y comencé a sentir algo que no había sentido hasta ese momento. Realmente era algo increíble en todos los sentidos. Ese día me cambió la vida. No sabía qué iba a pasar o cómo iba a acabar la cosa, si íbamos a congeniar, si funcionaría mucho o poco, pero sí tenía claro que iba a hacer todo lo posible para acabar a tu lado y para siempre".

Tras el cóctel, que se prolongó durante más de tres horas, llegó el momen- ▶▶▶



Toñi Moreno eligió un vestido de gasa de volantes con apliques en los hombros.



Bibiana Fernández, la más atrevida, lució un vestido cut-out con pedrería de escotazo y gran abertura.

Todas las invitadas eligieron vestidos largos de noche en los que no faltaron las pedrerías, bordados y transparencias

ANTONIO ROSSI

►►► to de la fiesta, que se abrió con el baile nupcial. Lejos del tradicional vals que eligen la mayoría de los novios, en esta ocasión la sorpresa fue mayúscula cuando Hugo sorprendió a todos, y especialmente a su pareja, con una espectacular coreografía creada por él mismo bajo los sones de la canción *Si nos dejan*, cantada por Mercedes Durán.

Historia de amor

Aunque colgó las zapatillas de ballet en 2019, Hugo tenía especial ilusión porque Antonio le viera bailar por primera vez y hacerle este regalo tan



MÚSICA EN DIRECTO

La cantante Mercedes Durán, junto a los novios, amenizó la fiesta con algunas de las canciones favoritas de Antonio y Hugo.

personal, que durante semanas estuvo preparando en solitario.

También el periodista tuvo su particular regalo a su chico en forma de canción, con un grupo de mariachis y la cantante Mercedes Durán interpretando la canción *Me muero*, la preferida de Hugo.



Sonia Ferrer, que optó por un vestido columna con escote de Bardot, de la mano de su marido, Sergio Fontecha.

Además, los invitados bailaron al ritmo flamenco del grupo *Las Negris* y con la *playlist* del dj, que los novios habían seleccionado personalmente, sin dejar que los invitados hicieran peticiones.

Para reponer fuerzas y aguantar la fiesta hasta el

final, que se prolongó hasta las seis de la madrugada, hubo una recena con gofres, chocolate con churros y bocadillos de jamón.

Antonio y Hugo tuvieron un detalle con sus invitados, con el que hicieron gala de su originalidad. Al marcharse,

recibieron una botella personalizada con un complejo multivitamínico para ayudar a la resaca del día siguiente.

Historia de amor

La boda fue el broche perfecto a una romántica historia de amor. Antonio y Hugo se



Miguel Ángel Nicolás y Adriana Dorrnsoro, con un vestido drapeado de mangas farol.



Marta López llevó un sexy vestido negro con gran escote y bordados y bordados de encaje.



Cristina Tárrega, con un vestido estampado paisley de inspiración lencera.



La periodista Sandra Aladro eligió un vestido de escote en uve con manga corta de capa.

conocieron en pandemia a través de las redes sociales. Fue el exbailarín quien dio el primer paso mandándole emoticonos al colaborador de televisión. A partir de ese momento comenzaron a hablar hasta que por fin se conocieron en persona un año después.

La química que nació en la red se consolidó en cara a cara y ya nunca más se separaron. En enero de 2022 hicieron oficial su relación en un viaje a Nueva York y en mayo de 2023 anunciaron la boda.

Y el gran día llegó con una fiesta del amor de ensueño,

que los recién casados recordarán para siempre. La primera etapa de su nueva vida ha comenzado con el viaje de novios a Colombia, sin superar todavía la resaca emocional de todo lo vivido.

Fotos: Agencias

Alain Delon, adiós al hombre más guapo del mundo

El actor francés muere a los 88 años dejando un legado imborrable: irresistiblemente bello, polémico, mujeriego y con un talento arrollador



Junto a Claudia Cardinale en una escena de *El gatopardo* (1963).

SUS ojos de un azul profundo, sus rasgos, su pelo, su cuerpo... Todo él era de una belleza maldita. De esas a las que es imposible resistirse. El cine, por tanto, le alcanzó como un destino irremediable. El ideal para un narcisista buscavidas y descarado como él. Pero Alain Delon era eso y mucho más. Su vida se apagó el pasado 18 de agosto, a los 88 años, tras mucho tiempo con una salud muy frágil, dejando atrás una vida de película.

Su historia empezó el 8 de noviembre de 1935, en Sceaux, una localidad cerca de París. "Qué niño tan hermoso", debieron decir todos. Ya entonces se atisbaban sus cejas arqueadas, su mirada...

Lo de "guapo" le acompañaría desde la cuna, pero no todo fue hermoso en su vida. Criado en época de guerra, sus padres se divorciaron cuando él era pequeño y pasó a internados y casas de acogida. En aquellos lances dicen que se fraguó un carácter duro tras la máscara de su belleza.

Pasado rebelde

Se alistó en la Marina francesa, luchó en Indochina, fue boxeador, camarero... Luego viajó al Festival de Cannes con una **amiga actriz** y allí fue descubierto. Le hicieron una prueba, su fotogenia cautivó y empezó un carrerón.

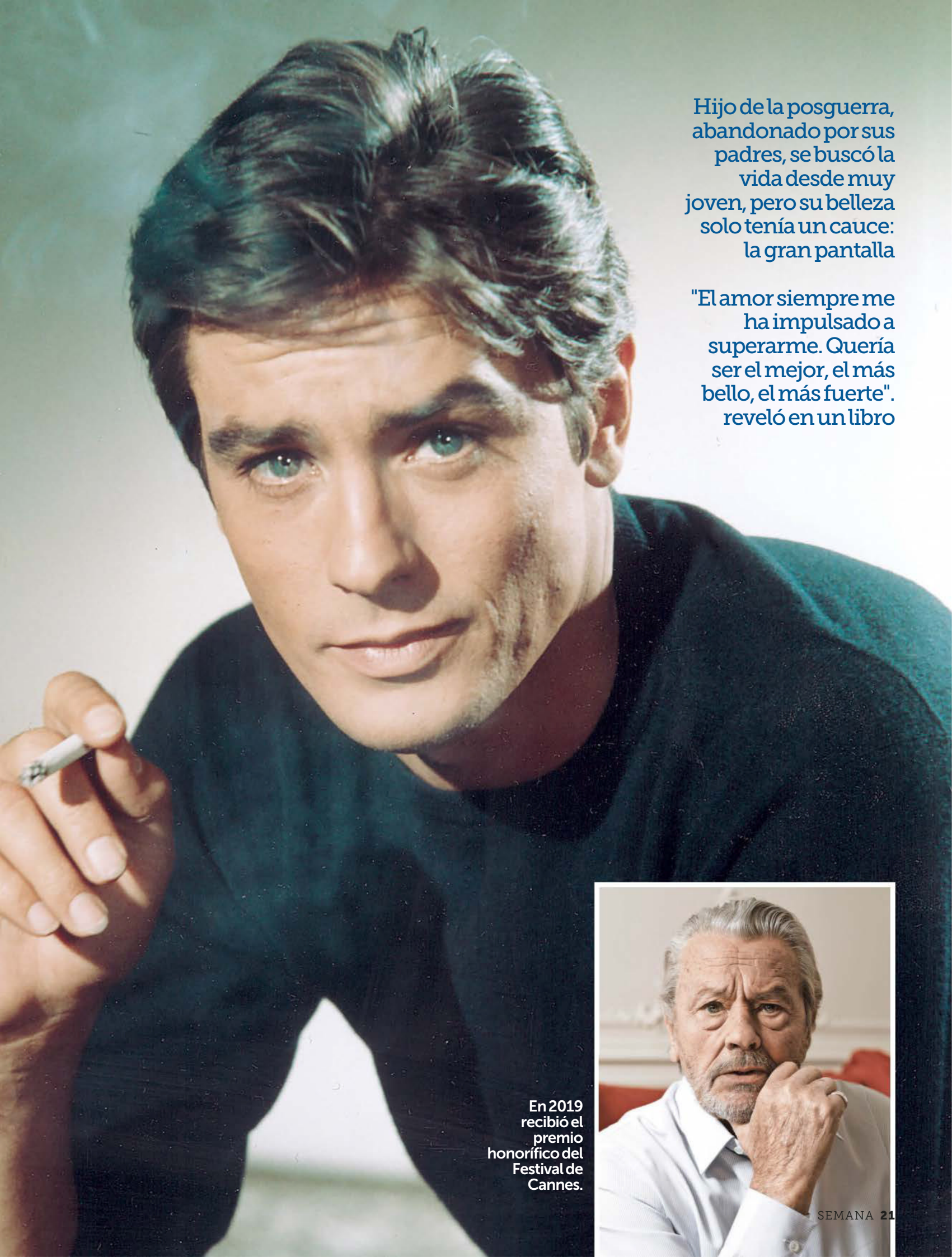
A partir de ese momento, de la mano del director italiano Luchino Visconti filma *Rocco y sus hermanos* y *El gatopardo*. También encarna al primer Ripley del cine en *A pleno sol*. Y apenas con 25 años.

Su aire seductor lo convierte en el nuevo icono del cine francés y europeo. Incluso salta a Hollywood. Las mujeres caen rendidas a sus pies. La primera, Romy Schneider, la famosa ▶▶▶



La carrera de Alain Delon despegó rápidamente.

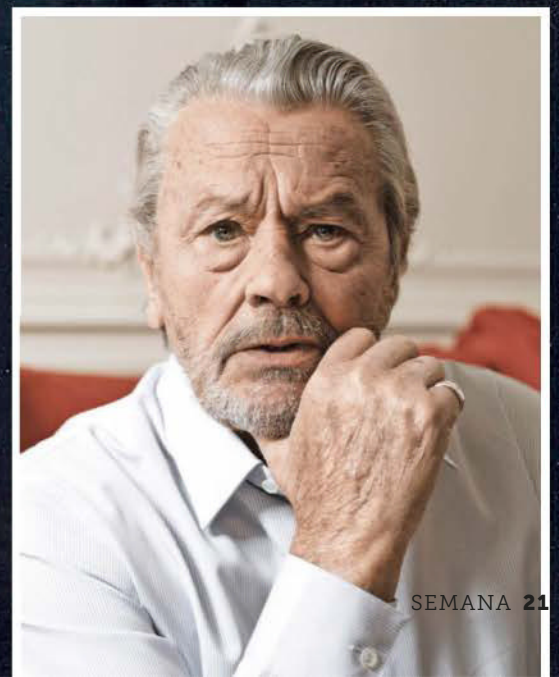
Muso de Visconti, Melville, Antonioni y otros grandes... Alain se comía la pantalla y su fama de seductor marcó una época



Hijo de la posguerra,
abandonado por sus
padres, se buscó la
vida desde muy
joven, pero su belleza
solo tenía un cauce:
la gran pantalla

"El amor siempre me
ha impulsado a
superarme. Quería
ser el mejor, el más
bello, el más fuerte".
reveló en un libro

En 2019
recibió el
premio
honorífico del
Festival de
Cannes.

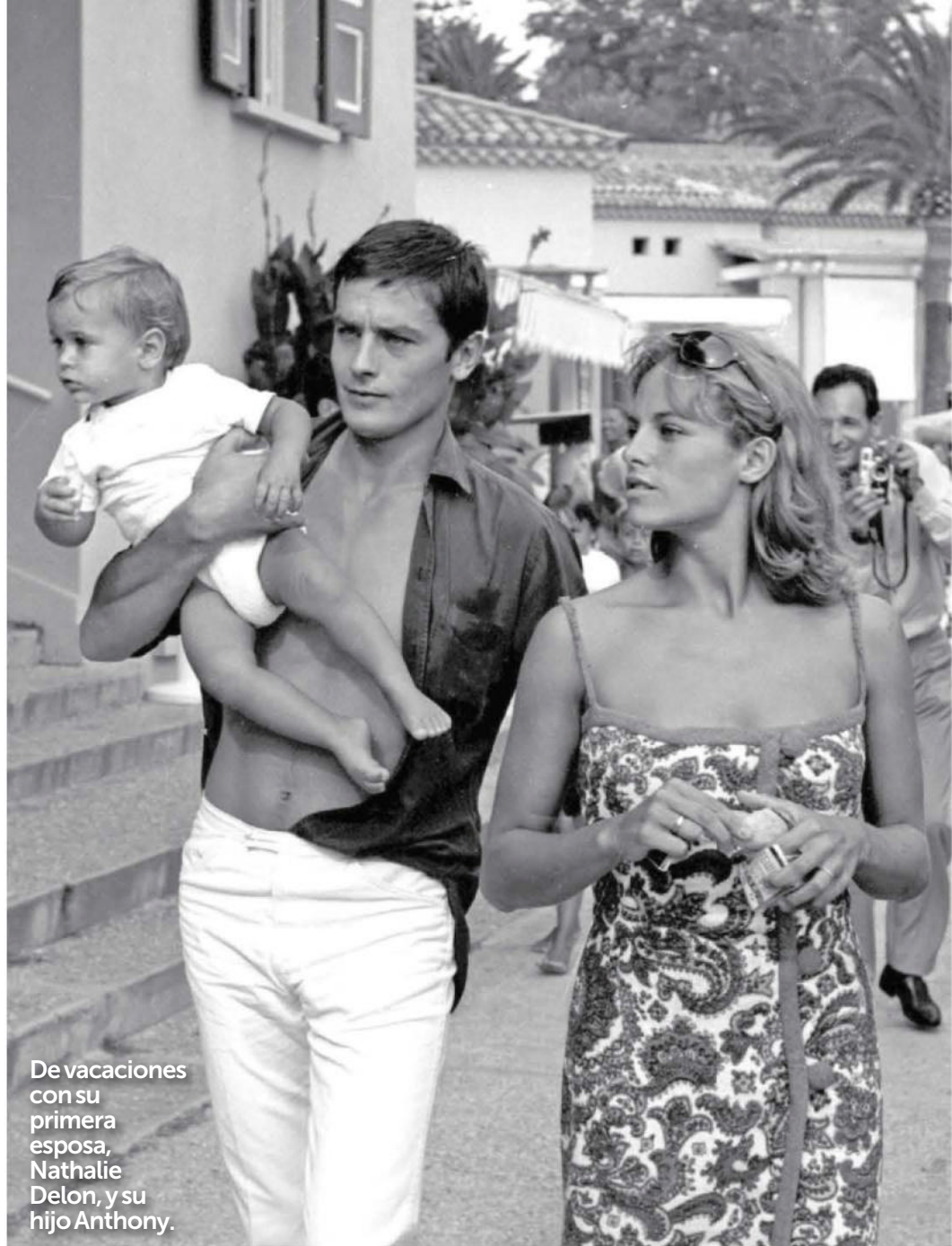




La actriz Romy Schneider fue su amor de juventud y nunca la olvidó.



Durante 15 años estuvo con la actriz Mireille Darc.



De vacaciones con su primera esposa, Nathalie Delon, y su hijo Anthony.

▶▶▶ Sissi, a la que conoce rodando en 1958 y con la que casi se casa. Sin embargo, a los cinco años Alain rompe con ella por carta.

Amante de las mujeres

En 1964, Alain se casa con la actriz Nathalie Delon y nace su primer hijo, Anthony. Juntos protagonizan *El silencio de un hombre*. Sin embargo, su matrimonio solo dura cuatro años.

Alain Delon atesora *affaires*, entre otras, con Brigitte Bardot, Dalida y con la cantante Nico, con la que llega a tener un hijo, Ari, al que nunca quiso reconocer. Este murió en 2023, a los 60 años.

La actriz Mireille Darc ocupa quince años de su vida, pero se separaron en 1983, porque él quería más hijos y ella no podía concebir.

Alain está en la cima, es la estrella que brilla y que se traga a las personas de su alrededor. Sus ideas políticas, sobre el amor y otros temas siembran polémicas.

En 1987, a los 52 años, Alain conoce a la modelo holandesa Rosalie van Breemen, 31 años más joven. Ella será su compañera en la madurez y la madre de sus hijos menores: Anouchka (33) y Alain-Fabien (30). Rompieron en 2002. Para entonces, Delon ya era un mito.



Con su última pareja, Rosalie van Breemen, madre de sus dos hijos menores.

Un mito que empieza a ensombrecerse sobre todo por sus graves problemas de salud. Un calvario que incluye un linfoma, dos derrames cerebrales y problemas cognitivos, que le debilitan hasta el punto de ser cuidado bajo tutela judicial. Anthony Delon incluso aseguró que su padre pensaba en el suicidio asistido.

Despedida en familia

En 2019, sus tres hijos denuncian a Hiromi Rollin, la asistente del actor durante 30 años, por maltrato psicológico y violencia y por tratar de aislarle de su entorno. Esta mujer se había instalado con él en su castillo de Douchy y Delon llegó a definirla como "mi compañera japonesa". Aprovecharon una salida para expulsarla y prohibirle ver al actor. La polémica estaba servida.

Pero es que además, los propios vástagos también han estado enfrentados. En concreto Anouchka con sus otros dos hermanos. La joven se quejaba de que Anthony se empeñaba en pintar peor la situación de su padre.

Al fin, el pasado enero Anthony Delon reveló: "Mi hermana recibe el 50 por ciento de toda la fortuna de mi padre. Mi hermano y yo tenemos el 25 por ciento. Se acabó. No hay guerra". La herencia de Delon se valora en 100 millones de euros.

Sus tres hijos (y su perro, Loubo), estaban a su lado cuando Alain Delon murió en Douchy. El actor deseaba un funeral en la intimidad y ser enterrado junto a sus perros. En una antigua entrevista, el presentador le preguntó qué le diría a Dios al encontrarse con él. Delon contestó, muy emocionado: "Llévame con mi padre y mi madre, para que al fin pueda verles juntos". ■



En 2018, con su hijo mayor, Anthony, en el funeral de su querido amigo Jean Paul Belmondo. El actor padecía un linfoma y había sufrido dos ictus.



Anouchka era su ojito derecho y su albacea.



LA ÚLTIMA NAVIDAD EN FAMILIA

Con esta foto los hijos del actor, Anthony, con las dos hijas de este, y Alain-Fabien, festejaban juntos la última Nochebuena. Faltaba Anouchka, que en esos días estaba enemistada con sus hermanos. Se decía que Alain tenía demencia.

Nieves Herrero, abuela de nuevo

● La periodista y escritora está disfrutando al máximo de su verano en el papel de abuela y no puede ocultar lo feliz que es. "La peque y la más babeante de las abuelas. Este momento para mí es de máxima felicidad", ha dicho Nieves Herrero (67) en una foto con su pequeña nieta recién nacida. Además, tiene a su nieto, Nicolás (3).



Inma Cuesta presume de novia

● La actriz, que dio vida a la recordada Margarita de *Águila Roja*, está viviendo un estupendo verano junto a su chica, la guionista y productora Ángeles Maeso, a la que define como "su amor". Inma Cuesta y su pareja tienen dos hijos: una niña de cuatro años y un niño de 15 meses.



Luis Merlo y Natalia Millán: reencuentro sobre los escenarios

● La temporada de teatro madrileño se ha inaugurado con la obra *Conspiranoia*, protagonizada por Luis Merlo (58) y Natalia Millán (54) que puede verse en el Teatro Alcázar de la capital. Ambos son buenos amigos desde hace años. Ya coincidieron en la obra *La última aventura*, en el año 2000, y luego, desde 2007 hasta 2010, en la exitosa serie *El internado*, de Antena 3.



Meghan Markle y Harry: recibidos como estrellas en Colombia

● La presencia de los duques de Sussex en Colombia ha causado un gran expectación. Harry (39) y Meghan (43) fueron invitados por la vicepresidenta y ministra de Igualdad y Equidad, Francia Márquez, y su marido, Rafael Yérry, quienes los recibieron en Bogotá. Durante los cuatro días, han visitado diversos colegios, el Centro Nacional de las Artes, tocaron tambores tradicionales y participaron en diversos foros, entre otras actividades. Incluso, Meghan se animó a decir algunas palabras en español, que aprendió hace 20 años en Argentina.



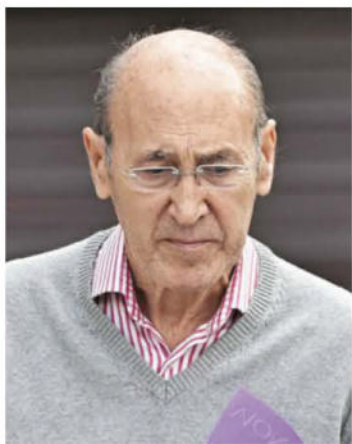
Madonna, cumpleaños con su nuevo novio

● La cantante está en Portofino (Italia) coincidiendo con la celebración de su 66 cumpleaños y tiene a su lado a su nueva pareja. El hombre que ha conquistado a Madonna es el futbolista jamaicano Akeem Morris, de 28 años.



Muere Moncho Ferrer

● El pasado martes 13 de agosto falleció Moncho Ferrer, legendario relaciones públicas y amigo de grandes estrellas, sobre todo de la recordada Carmen Sevilla, siendo el único que la visitaba en sus últimos años de vida. Moncho fue enterrado en Valencia donde vivió los últimos años.



María del Monte se declara a su mujer

● Han sido meses duros para la cantante sevillana, tras el asalto a su casa y la detención de su sobrino. Pero María del Monte (62) tiene a su lado un gran apoyo, su mujer Inmaculada Casal (60). Por eso, ha querido dedicarle públicamente unas bonitas palabras durante su concierto en Almuñécar: "Está muy pendiente de mí. A mi Inmaculada de mi alma que está por ahí detrás. Está ahí empujándome, tirando de mí y diciendo aquí no te caes".

Helen Lindes, cumpleaños en familia

● La modelo y Miss España 2000 ha celebrado su 43 cumpleaños por todo lo alto en Formentera. Helen Lindes sopló la gran vela de la tarta ayudada por su marido, el baloncestista recientemente retirado Rudy Fernández (39), y sus dos hijos, Alan (7) y Aura (5).



Carlos Alcaraz, aficionado al paddle surf

● Antes de viajar a Estados Unidos para prepararse de cara al próximo Open USA, Carlos Alcaraz (21) estuvo de vacaciones en Palma de Mallorca junto a su hermano y un grupo de amigos. El murciano cambió la raqueta de tenis por la tabla de paddle surf y estuvo surcando el Mediterráneo demostrando bastante soltura.

CUMPLEN AÑOS



81 JULIO IGLESIAS
23-8-1943



37 BLAKE LIVELY
25-8-1987



54 CLAUDIA SCHIFFER
25-8-1970



55 JORGE SANZ
26-8-1969

Carmen Flores, espléndida a los 88

● La artista y hermana de Lola Flores ha celebrado su 88 cumpleaños por todo lo alto junto a su familia. Han sido sus sobrinas, Lolita y Rosario, las encargadas de publicar su foto en la que se ve que Carmen Flores luce con un aspecto envidiable y muy sonriente.



Cate Blanchett, premio Donosti

● La actriz australiana, de 55 años, recibirá uno de los premios Donosti del próximo Festival de Cine de San Sebastián, que se celebrará entre el 20 y el 28 de septiembre. Cate Blanchett tiene dos Oscar, el de mejor actriz de reparto por *El aviador* y como protagonista por *Blue Jasmine*.



Alejandra Rubio, orgullosa de su tripita

● La hija de Terelu Campos está pasando un verano tranquilo, junto a su pareja, Carlo Costanzia (31), y disfrutando de su embarazo. Han estado unos días en Málaga y después se trasladaron hasta Galicia. A Alejandra Rubio (24) le encanta presumir de barriguita, ya en su quinto mes de embarazo, y su madre le ha dedicado unas bonitas palabras: "Que bonitas fotos mi amor. Se nota que estás disfrutando y desconectada que os hacía falta. Te quiero infinito y qué ganas de verte por dios!"

Maribel Verdú y Pedro Larrañaga, 25 años de amor

● La gran sonrisa que lucen Maribel Verdú (53) y Pedro Larrañaga (55) refleja muy bien la felicidad de la que disfrutan. Y por si quedaba alguna duda, la actriz lo subraya con palabras: "Feliz cumpleaños amor de mi vida. Eres la generosidad y nobleza hecha persona. Este año más que nunca agradezco a la vida que te pusiera en mi camino hace 25 años ya".



Javier Ungría, en buena compañía en la playa



● El exmarido de Elena Tablada ha pasado unos días de vacaciones en Ibiza junto a un grupo de amigos, entre los que se encontraba Raquel Arias. La amistad entre ellos surgió en los platós de televisión, ya que la modelo era colaboradora en el debate de *Supervivientes*, el reality en el que Javier Ungría participó. La pareja demostró tener muy buena sintonía y el tiempo dirá si hay algo más que amistad entre ellos.

Marta Luisa de Noruega y su chamán, cuenta atrás para su boda

La pareja culminará su original amor con cuatro días de fiesta

El 31 de agosto la princesa se casa en su país con Derek Vurrett, a quien define como su "alma gemela". Ella dice ver ángeles y él afirma ser la reencarnación de un faraón

La pareja se comprometió en 2022 y la princesa renunció a sus labores reales para poder hacer negocios privados con su novio gracias a las conferencias y las medicinas alternativas.



El chamán californiano se lleva de maravilla con las tres hijas de Marta Luisa.



La princesa y su prometido rompen el estilo convencional.

LA princesa Marta Luisa de Noruega (52) y el chamán estadounidense Derek Vurrett (49) cuentan los días para darse el *'sí, quiero'*. El 31 de agosto celebrarán su boda en el fiordo noruego de Geiranger, durante cuatro días, con amigos y familiares.

La pareja cumple su sueño tras seis años de relación no exentos de polémicas. La excéntrica profesión del novio (amigo de Gwyneth Paltrow y otras *celebrities*), su raza, su pasado bisexual, sus negocios etc, no han dado tregua. Pero ellos lo han superado todo.

Para ambos es su segundo matrimonio. Marta Luisa, hija mayor de los reyes Harald y Sonia, estuvo casada con Ari Behn de 2002 a 2016, y tuvieron tres hijas: Maud Angélica (21), Leah Isadora (19) y Emma Tallulah (15).

Derek Vurrett se casó en 2005 con Zaneta Marzalkova y duraron dos años. Después

él mantuvo una relación de ocho años con el masajista Hank Greenberg, hasta 2015.

Cuatro días de boda

Marta Luisa de Noruega y Derek Vurrett han planeado una boda tan original como ellos. Habrá fiesta en los jardines del Hotel 1904, un crucero en barco, fiesta preboda en el Hotel Union y la ceremonia en sí con una etiqueta especial: esmoquin para los hombres y atuendos para las mujeres que no sean en blanco, rosa, negro y dorado.

De momento, el chamán ha declarado su amor hacia la princesa en el podcast HeartSmart : "Quiero pasar el resto de mi vida con ella. La miro todo el tiempo, le digo lo guapa y lo inteligente que es, y el regalo que es para mí. Lo es todo para mí. Para mí, el matrimonio es un acto ante Dios, en el que estoy fusionando mi vida con sus hijos, con su familia, con mi familia". ■

LA TRAGEDIA DE SU EX MARIDO Y PADRE DE SUS TRES HIJAS



El suicidio de Ari Behn. La princesa se separó del escritor y artista en 2016, tras catorce años de matrimonio y tres hijas. Siempre le rodeó la polémica, acrecentada por pertenecer a la Familia Real noruega. El joven, que tenía depresión y alcoholismo, se quitó la vida el día de Navidad de 2019. Tenía 47 años. Sus hijas lo han pasado muy mal, pero la princesa ha sido su mayor apoyo.

El hijo de la princesa Mette-Marit, tras ser detenido: "Estaba intoxicado con drogas y alcohol"

Marius Borg, hijastro del príncipe heredero Haakon de Noruega, reconoce que ha agredido a su novia y se enfrenta a una condena segura

MARIUS Borg lo ha confesado todo tras ser detenido por agresión "física y psicológica" a una mujer. Reconoce que agredió a su "novia" en estado de ebriedad y tras haber consumido cocaína, que lo siente mucho y le pide perdón. A ella y también a su familia. Su madre es nada menos que la princesa Mette-Marit, esposa del príncipe Haakon y futura reina consorte de Noruega. Y además revela algo que desconocíamos: el joven padece problemas mentales y lucha contra sus adicciones.

Todo este torrente de información llegó a través de un comunicado, diez días después del escándalo. Marius (27) está en la cuerda floja. Y es que, en definitiva, ha declarado su culpabilidad, incluso antes de ser interrogado por la policía.

Aunque al principio la víctima se mantuvo en el anonimato, el propio Marius se refiere a su "novia" y eso apunta a Rebecca Helberg Amtsen, con la que sale desde finales de 2023. De hecho, poco antes del incidente ambos habían compartido en sus redes sociales una romántica foto en Lisboa.

Pero tenemos que retroceder a los hechos. Todo ocurrió el domingo 4 de agosto, en un apartamento en Oslo. Allí se produjo una violenta discusión entre la pareja. Tras el altercado, Marius se marchó del lugar y la víctima llamó a un amigo, quien avisó a la policía.

En el piso se encontraron un verdadero desastre: muebles y cristales rotos, una lámpara en el suelo, restos de sangre y hasta un cuchillo clavado en la pared.

"Tengo trastornos mentales y he luchado contra el abuso de sustancias. Ahora retomaré el tratamiento", dice

La denunciante acabó en el hospital con una conmoción cerebral y síntomas de estrangulamiento.

Según el informe policial, el hijo de Mette-Marit se encontraba en Skaugum (Asker), la residencia oficial de los príncipes herederos, donde el joven se ha criado junto a sus dos hermanos, Ingrid Alexandra (20) y Sverre Magnus (18). Es previsible que también estuvieran presentes

Haakon y Mette-Marit, ofreciendo su mejor consejo a Marius en un momento tan complicado.

"Perdón a mi novia"

Allí la policía habló previamente con Marius por teléfono y acordaron que la detención tendría lugar en terreno neutral, en la escuela Jansløkka de la localidad. Así lo hicieron, a las 16.10 horas y con "normalidad", según la autoridad. Marius sería puesto en libertad al día siguiente, a las 15:39 horas. Desde entonces no se le ha visto, y solo ha dado señales mediante este comunicado, en el que abre su corazón.

"El fin de semana pasado sucedió algo que nunca debería haber sucedido", comienza Marius Borg. "Cometí lesiones corporales y destruí objetos en un apartamento en estado de ebriedad con alcohol y cocaína después de una discusión".

A continuación, admite su 'secreto': "Tengo varios trastornos mentales, lo que significa que a lo largo de mi infancia y mi vida adulta he tenido y sigo teniendo desafíos. He luchado contra el abuso de sustancias durante

mucho tiempo, algo por lo que he estado en tratamiento en el pasado. Ahora retomaré este tratamiento y lo tomaré muy en serio", asegura.

Pese a esto, el hijo de la princesa Mette-Marit no excusa su comportamiento: "Quiero ser responsable de lo que he hecho y lo explicaré sinceramente a la policía".

Marius también hace acto de conciencia: "Para mí lo más importante es pedirle perdón a mi novia. No merecía lo que pasó".

Y pide disculpas a su familia: "Sé que mis acciones os han afectado mucho". Sus últimas palabras se dirigen





a su novia: "Y para ti, mi amor, lo siento. Esto nunca debería haber sucedido y asumo toda la responsabilidad por mis acciones".

Crisis en la Casa Real

Este asunto tan turbio ha salpicado gravemente a la Casa Real noruega, que afronta una de sus peores crisis. Marius ha sido como un hijo más en la Familia Real, pero en los últimos años su vida carece de rumbo. Recordemos que el año pasado se perdió el evento oficial por el 50 cumpleaños de Haakon y Mette-Marit y esa misma noche era pillado de fiesta privada disfrazado de James Bond.

La víctima acabó en el hospital con una conmoción cerebral y síntomas de estrangulamiento, según la policía

La princesa no ha hablado en público, pero la prensa noruega confirma que se ha citado con la víctima para interesarse por su estado y que se mostró muy empática dadas las circunstancias. Sin duda, Mette-Marit lleva por dentro el dolor por su hijo. Y es que Marius se enfrenta a unaprobable condena.

La Casa Real noruega vive días de luces y sombras. Esta noticia ha alterado lo que se preveía como un feliz final de verano, pues el 31 de agosto se casará la princesa Marta Luisa, hermana mayor de Haakon, con Derek Vurrett, como contamos en páginas anteriores. Una cita a la que los herederos están invitados y donde deberán mostrar su mejor rostro en su momento más delicado. ■



Tiernos momentos entre madre e hijo cuando Marius era pequeño.

La princesa Mette-Marit, que el pasado 19 de septiembre cumplió 51 años, ve con preocupación la situación de su primogénito.

Mette-Marit de Noruega vive su peor pesadilla: su hijo mayor está acusado de agresión y ahora todos conocen sus problemas mentales y sus adicciones

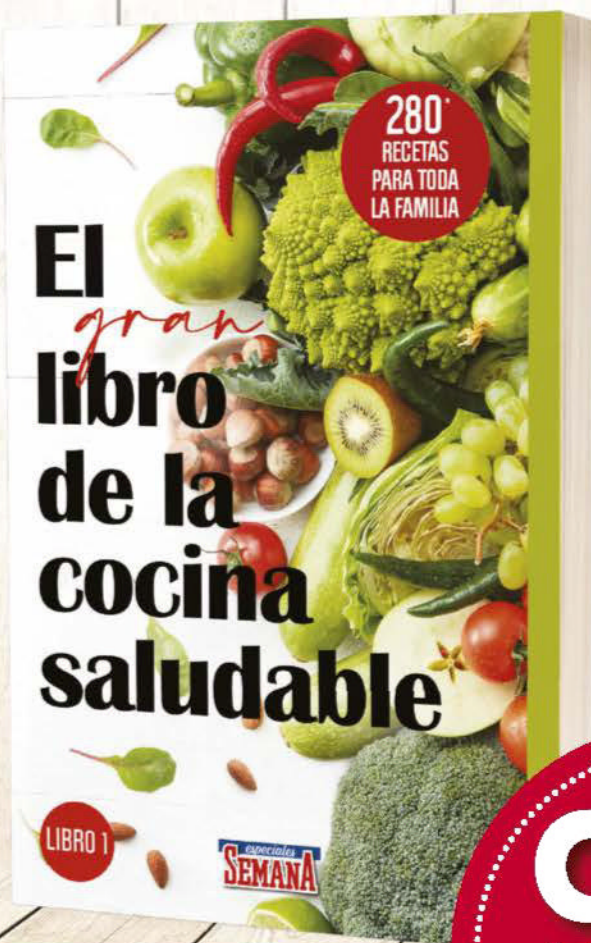
La princesa padece fibrosis pulmonar y a veces debe cancelar su agenda para guardar reposo. Esta noticia puede suponer un duro golpe para su salud



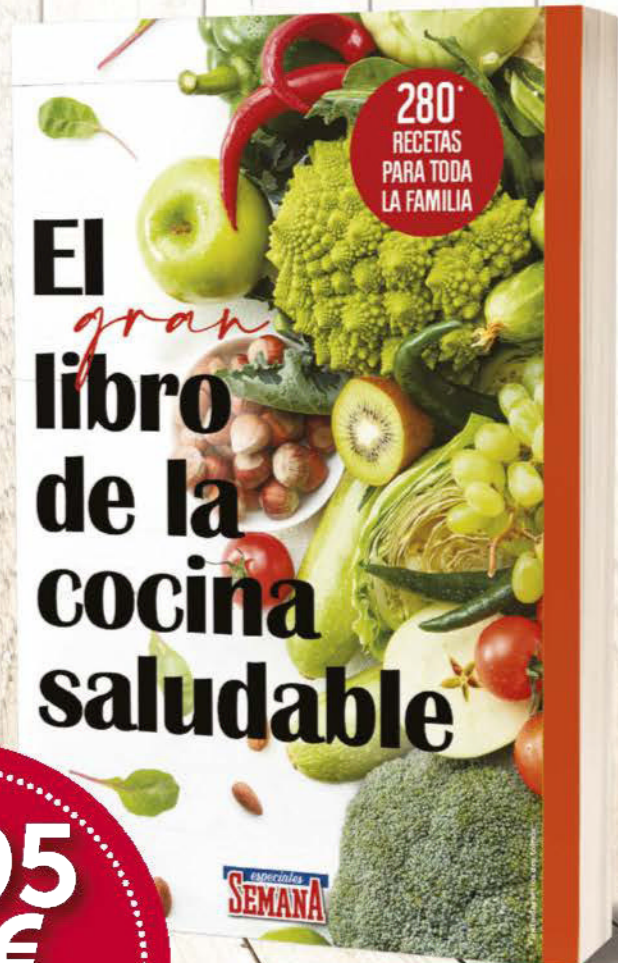
SU EXNOVIA LE ACUSA

Juliane Snekkestad fue novia de Marius de 2018 a 2022 y ha desvelado lo dura que fue su relación: "Fui objeto de violencia mental y física por su parte. La violencia psicológica fue lo más brutal para mí. Esto ya ha sucedido antes y hay que pararlo ya".

LLÉVATE 2 LIBROS DE RECETAS SALUDABLES



Tomo 1



Tomo 2

9'95
€

OFERTA
2X1

PÍDELOS EN TU QUIOSCO
¡no te quedes sin ellos!

Frank Cuesta y Yuyee: estalla la guerra

«Nunca me sentí querida», ha dicho ella de sus 22 años de relación

DURANTE mucho tiempo fueron el ejemplo de pareja perfecta y solo hace falta recordar todo lo que Frank Cuesta (52) hizo por Yuyee (50), la madre de sus tres hijos, entre 2014 y 2020, cuando ella estuvo encarcelada en Tailandia por tráfico de drogas. Sin embargo todo eso ha quedado atrás y ahora ambos se han visto envueltos en una desagradable batalla en la que tienen mucho que decir el uno del otro. Y no bueno precisamente.

Todo empezó cuando Frank desveló que su ex quería quitarle su santuario de animales, Santuario Libertad, ese al que lleva dedicado los últimos años de su vida. Legalmente estaba a nombre de ella, porque en Tailandia los extranjeros no pueden poseer negocios, aunque fue Frank quien pagó el lugar y se encarga de mantenerlo con sus trabajos y donaciones, y ella le exigía un alquiler de 3.500 euros mensuales si quería conservarlo.

Ahora han llegado a un acuerdo: él le pagará a Yuyee 250.000 euros en cuatro cuotas si ella pone el terreno al nombre de uno de sus hijos,

pero la lucha sigue, porque el cruce de acusaciones no cesa. Todo lo contrario

En una entrevista en *El Mundo* hace unos días, Yuyee dijo que el enfrentamiento entre ambos comenzó a raíz de su divorcio que, aunque llevaban años separados, se firmó el pasado 22 de diciembre. El problema, según ella, es que en ese momento se *fió* de Frank y no se estipuló una pensión concreta y ella se queja de que así no puede seguir manteniendo el ritmo de vida que llevaba cuando estaban casados. "Cada vez que llegaba la hora de pagar, la cantidad cambiaba y reducía. Cuando le preguntaba, sus respuestas no eran amables ni claras", dice Yuyee.

Un nuevo amor

Y para complicar aún más las cosas, desde abril de 2023 ella tiene pareja, Chris Korn, un hombre transexual de la alta sociedad tailandesa, que no es del agrado de Frank.

Pero es que además, ahora la actriz y modelo tailandesa afirma que durante los años de su matrimonio con Frank Cuesta no todo fue un camino de rosas. "Era difícil debido a las constantes men-

A Frank Cuesta toda esta batalla le molesta y le enfada porque dice que él siempre ha cuidado de Yuyee y de sus hijos.

Yuyee dice que durante los años que duró su matrimonio no se sintió valorada ni querida por Frank Cuesta.



SU NUEVA PAREJA

Desde hace un año y medio, Yuyee comparte su vida con Chris Korn. "Es mi primera relación con alguien de mi mismo sexo y me hace sentir segura", ha dicho.

"No hay manera de librarse de este drama", dice Frank, que ha estallado contra su ex y la pareja de esta

tiras y a no sentirme ni querida ni importante. Creo que durante 22 años, nunca me sentí realmente querida. No era feliz y ahora solo quiero liberarme de ese control".

Yuyee y Chris han denunciado también el acoso que dicen están sufriendo por parte de los seguidores de Frank Cuesta y el presentador está ya al límite. Tanto que ha publicado los extractos de los ingresos que le ha estado haciendo a Yuyee en los últimos tiempos.

"Al parecer, se está diciendo por ahí que no pagaba una supuesta pensión a mi ex. ¡Es cierto! Le daba dinero para ahorrar, hasta que me

di cuenta que el dinero no se ahorra. Entre enero de 2023 y julio de 2024... 170,000 euros. Y en todo el 2023 y hasta febrero de 2024, aparte del santuario, trabajaba todas las noches 3-4 horas online para ahorrar dinero para la familia. Pues nada... denuncia en la policía porque resulta que la pareja no se siente segura por las amenazas que ciertos despojos le han hecho en internet y claro, yo soy el causante. No hay manera de librarse de este drama", ha dicho.

Harto ya de toda la situación, Cuesta no ha dudado incluso en acusar a su exmujer de tener problemas con el alcohol y las drogas, de afirmar que eso fue una pesadilla que vivió durante años y que él solo piensa en el bienestar de sus hijos.

En definitiva un culebrón en toda regla del que, nos tememos, no se ha escrito aún el último capítulo. ■

ZAPE, EL HIJO MAYOR DE LA PAREJA, CONTRA SU MADRE



De los tres hijos de Frank y Yuyee, el mayor, Saris Félix (22), a quien todos llaman Zape también ha querido hablar. El joven, que juega al fútbol en el Casalarreina CF de La Rioja, ha defendido públicamente a su padre. "Nunca he tenido muy buena relación con mi madre pero jamás pensé que iba a hacer algo así. Mi padre lo ha dado todo siempre, es la persona menos materialista del mundo, nos ha ayudado a todos, pero sobre todo a ella. Es algo muy fuerte", se lamenta.

ACTIVOS

Jesulín y María José Campanario, un matrimonio en forma

La pareja se pone a punto en un gimnasio cerca de su casa, en la localidad gaditana de Arcos de la Frontera



La médico
dentista,
muy sonriente
tras una sesión
de deporte.



NO se cansan de repetirlo. Que tras 22 años de matrimonio siguen juntos, unidos y con una rutina de lo más 'normal'. Jesulín de Ubrique (50) y María José Campanario (45) viven muy tranquilos en Arcos de la Frontera (Cádiz), donde son dos vecinos más. Y a la vista está. ¿Qué hay más natural que ir al gimnasio cerca de tu casa?

En mallas, pantalón corto y deportivas... Así los hemos visto a ambos, cuando salían de un centro deportivo situado en dicha localidad. Una imagen que nos habla de una cotidianidad pocas veces a la vista.

Más relajados

Como podemos observar, María José Campanario, botella de agua en mano y coleta alta, se encuentra muy recuperada de la lesión en un hombro que la ha fastidiado los últimos meses.

Ella misma ha compartido muy orgullosa su logro: "Vuelvo a retomar despacito el *gym*, poquito a poco, a lo que mi cuerpo da. Y me siento genial".

Pero, sobre todo, llama la atención su enorme sonrisa, que denota un momento personal más relajado.

Sus más de dos décadas de relación con Jesulín, con el que tiene tres hijos (Julia, Jesús y Hugo, de solo dos años), el matrimonio ha superado un sinfín de rumores, pero se mantiene más 'en forma' que nunca.

Así define María José Campanario a su marido: "El alma más pura que pueda existir, el de corazón gigante, el que me protege hasta del aire que pueda rozarme... El que se despierta de noche para volver a poner su mano en mi pecho y decirme "necesito saber que estás ahí". ■

La médico dentista ha retomado el deporte con ganas tras una lesión y los resultados están a la vista

El diestro, que ha participado en *MasterChef Celebrity* y *El Desafío*, ejercerá de asesor junto a su mujer en el programa *Emparejados*

María José, de 45 años, presume de figura tras haber sido madre por última vez hace dos años.

Carlos Sainz Jr. se relaja junto a su novia

La modelo escocesa Rebecca Donaldson y el piloto comenzaron a salir hace un año

A la espera de iniciar su nueva etapa profesional en la escudería Williams, Carlos Sainz Jr (29) se relaja en Mallorca en la mejor compañía, la de su novia, la escocesa Rebecca Donaldson (28). El piloto y la modelo iniciaron su romance hace un año, en el verano de 2023, y desde entonces son casi inseparables, ya que ella suele ser una presencia fija en los circuitos en los que corre, pero no fue hasta el pasado mes de enero cuando hicieron pública su relación al acudir juntos al Rally Dakar, para apoyar a Carlos Sainz padre. Anteriormente, Carlos estuvo seis años saliendo con la periodista Isa Hernández.

Este verano, Carlos y Rebecca disfrutan al máximo del verano en Mallorca, lugar habitual de veraneo de la familia Sainz ya que tienen allí una residencia. ■



Carlos y Rebecca forman una 'pareja cañón'.

Valeria Mazza presume de cuerpazo al sol de Marbella

Como todos los veranos, la modelo argentina, junto a su marido y sus cuatro hijos, disfrutan de sus vacaciones en España



La argentina fue una de las grandes modelos de los años 90, codeándose con las tops de la época.



ESPAÑA es su segunda casa, por ello todos los veranos se instala en Marbella para disfrutar de unas vacaciones, huyendo del frío invierno de su Argentina natal.

En la localidad de la Costa de Sol, Valeria Mazza (52) y su marido, Alejandro Gravier (62) se relajan en la playa, donde pudimos ver a la modelo luciendo el cuerpazo que la convirtió en una de las modelos más destacadas de los 90.

Con un minúsculo bikini estampado, la argentina disfrutó de un refrescante baño durante su tranquila jornada playera.

Valeria tiene grandes amigos en Marbella y es habitual de sus fiestas. Ella, su marido y sus cuatro hijos son asiduos de los conciertos del Festival Starlite y de la gala, de la que es presentadora desde hace años. ■

La pareja ha terminado una nueva temporada de éxitos en televisión en sus programas 'El Hormiguero' y 'La Roca'



Nuria Roca y Juan del Val, amor en el mar

El matrimonio está disfrutando de sus vacaciones en las playas de Cádiz junto a sus tres hijos

DESPUÉS de un largo año de trabajo compartiendo plató de televisión, Nuria Roca (52) y Juan del Val (53) se han tomado unos merecidos días de vacaciones para disfrutar de la playa junto a su familia.

El matrimonio y sus tres hijos se han trasladado a las playas de Cádiz, concretamente a la zona de Santi Petri, para desconectar y recargar pilas ante la nueva



temporada en septiembre, que ya está a la vuelta de la esquina. La costa gaditana, junto con las islas baleares y la Costa del Sol, es una de las zonas preferidas de los rostros más conocidos de nuestro país para descansar.

Nuria, Juan y sus hijos pasan unos días tranquilos y muy relajados, con largas jornadas en la playa y comidas y cenas con eternas sobremesas en las que los cinco comparten todo lo que no ▶▶▶

UN BAÑO ENTRE JUEGOS Y RISAS

Nuria y Juan siguen igual de enamorados y divirtiéndose juntos como el primer día. Durante su baño en el mar se lo pasaron en grande saltando las olas.



Nuria y Juan son una sólida y unida pareja en la vida, pero también en el terreno profesional

Nuria y Juan se casaron el 6 de octubre de 2000 en la localidad valenciana de El Puig, la tierra de ella.

►►► pueden a lo largo del año. Las complicadas agendas laborales de los periodistas y los estudios de sus hijos, algunos fuera de España, les impiden estar juntos tanto como quisieran.

Hotel ecológico

La familia se ha alojado en un hotel de lujo ecológico, con su propio huerto y clases de yoga, que Nuria ha calificado como "idílico y maravilloso".

Pero, además de disfrutar de los encantos del establecimiento, también pasan gran parte de sus días en las maravillosas playas de la zona.

Allí hemos podido ver la absoluta complicidad del matrimonio, que se divierte como dos auténticos adolescentes. Ambos dándose un baño entre risas, abrazos y muchos gestos de cariño.

El próximo 6 de octubre Nuria Roca y Juan del Val celebrarán su 24 aniversario de boda. Un tiempo en el que han formado el mejor equipo de vida y también profesional.

Fotos: Agencias



La presentadora eligió un clásico y sobrio bañador negro para su día de playa.

MODA

Aprovecha los remates finales de rebajas

BELLEZA

Claves para prolongar tu bronceado al máximo

TRUCOS

Síndrome premenstrual bajo control

Y ADEMÁS

Pasatiempos, ocio, horóscopo, recetas fáciles y saludables...

SALUD

DESAYUNO PERFECTO

Todo lo que debe incluir para afrontar el día a tope



Hazte con los mejores chollos Remate final de rebajas

Después de varias semanas de rebajas, han llegado por fin los remates finales. No desaproveches la oportunidad y hazte con prendas y accesorios clave al mejor precio. Podrás sacarles partido ahora, pero también cuando dé comienzo el nuevo curso



Vestido midi

Los vestidos de corte midi se erigen como la mejor opción para acertar de 9 de la mañana a 9 de la noche. ¿El principal motivo? Son versátiles, cómodos y se adaptan a las fluctuaciones de temperatura sin perder estilo.

Los diseños camiseros con cinturón son perfectos para afinar la cintura y estilizar la silueta



byneon Neon 147
AHORA 19,99€

►Mango.
Antes 39,99€



AHORA 39,95€

►Zalando.
Antes 49,95€



AHORA 77,95€

►The-Are.
Antes 129,95€

EL FUCSIA POTENCIA EL BRONCEADO Y SUMA UNA DOSIS DE POSITIVIDAD A CUALQUIER EDAD



MÁS ALLÁ DE SER ATEMPORALES, LAS BLUSAS FLUIDAS SON LA PROPUESTA IDEAL PARA SER LA MÁS CHIC DE LA OFICINA Y EN EL 'AFTERWORK'

Blusa fluida

Ligeras, femeninas y elegantes: así son las blusas fluidas que van a invadir el asfalto en cuanto llegue septiembre.

Aprovecha las rebajas y hazte con un modelo color verde esmeralda, esta apuesta tiene el éxito asegurado las 24 horas.



AHORA
12,99€

►Zara.
Antes 25,95€

Acertarás si combinas tu blusa verde con una falda o pantalón en negro



AHORA
12,99€

►Mango.
Antes 29,99€



AHORA
55€

►Caroll.
Antes 90€



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

Blazer oversized

En una época donde la atemporalidad se vuelve una constante, aparecen en escena las blazer oversized para demostrar que son la mejor inversión del momento. No tengas miedo de arriesgar e incluye en tu armario una americana color azul bebé. ¡Triunfarás!



AHORA
21,99€

►H&M.
Antes 35,99€

Los diseños cruzados son los mejores compañeros de las faldas midi satinadas



AHORA
39,99€

►Mango.
Antes 59,99€

LA BLAZER ES UNA DE LAS PRENDAS IMPRESCINDIBLES EN EL GUARDARROPA DE LAS MUJERES DE MÁS DE 40 AÑOS



AHORA
16,99€

►El Corte Inglés. Antes 34,99€

Pantalón cargo

Con una silueta identificativa y un estilo casual, la prenda de montaña por excelencia ha ido adquiriendo terreno en las calles. ¿El secreto para acertar con los pantalones cargo? Lucirlos con mucha seguridad.



AHORA
89,95€

►Salsa Jeans. Antes 39,95€



AHORA
15,99€

►Mango. Antes 29,99€



AHORA
3,99€

►Zara. Antes 25,95€





EL MONO LARGO VAQUERO ES ESA PIEZA TODOTERRENO QUE, TEMPORADA TRAS TEMPORADA, SE MANTIENE INALTERABLE

Mono vaquero

Los monos vaqueros largos combinan a la perfección tanto con zapatillas como con zapatos de tacón. ¿Lo mejor? Te solucionan el 'qué me pongo' por las mañanas de forma rápida y eficaz.



AHORA
122€

►Baôsh Paris.
Antes 245€



AHORA
22,99€

►Mango.
Antes 49,99€



AHORA
9,99€

►Zara.
Antes 39,99€

Para los días de entretiempo cuando llegue la vuelta a la rutina apuesta por uno de manga corta



Zuecos y mocasines

Los zapatos destalonados, y en concreto los zuecos y mocasines, son la opción segura desde ahora hasta finales de octubre. Además, cuentan con la ventaja de que funcionan con vestidos, faldas, jeans, bermudas... ¡con todo!



►Latouche.
Antes 89€

AHORA
44,49€

►Krack.
Antes 69,95€

AHORA
21,85€



LOS MOCASINES SE HAN REFORMULADO ESTA TEMPORADA PARA CONQUISTAR CON EL TALÓN ABIERTO Y A TODO COLOR



►Pitillos.
Antes 69,95€

AHORA
52,46€

AHORA
59,95€



►Wonders. Antes 99,95€

Botas cowboy

De caña alta, bajas, lisas o con pespuntos western. Las botas cowboy son un fondo de armario que, año tras año, continúan liderando las listas de tendencias (y nunca pasan de moda).



►Green Coast.
Antes 45,99€

AHORA
34,99€



►Hoss Intropia. Antes 199€

AHORA
59€



►Bosanova.
Antes 72,99€

AHORA
61,99€

Aprovecha los remates finales de rebajas y hazte con unas clásicas botas cowboy negras



NUESTRA MEJOR

Fascículo
33

COCCINA

Descubre la gastronomía provincia a provincia



La variedad de colores que se observan desde el mirador del Horno, en Cieza, se impone también en platos murcianos, como la ensalada.

MURCIA

Sol, tierra y agua. Con estos elementos, la región levantina ha convertido su gastronomía en ejemplo de la dieta mediterránea y de cocina de autor



WWW.SEMANAES.COM

NUESTRA MEJOR

COCINA

La huerta de Europa

Murcia, bañada por dos mares, mantiene la tradición exportadora de sus productos autóctonos, mientras se coloca en la vanguardia culinaria y trata de mitigar el deterioro del entorno natural de La Manga

MAGINAR Murcia es contemplar un fértil paisaje huertano y una albufera sinuosa que resiste los embates de la actividad humana. "Qué hermosa es", dice el eslogan y, sobre todo, diversa y productiva. Los vegetales de Campo de Cartagena; los pescados y mariscos obtenidos en sus dos mares, Mediterráneo y Menor; las carnes y embutidos del interior, y los vinos de Jumilla, Yecla y Bullas, la calidad de sus productos autóctonos está certificada internacionalmente. Esta región levantina es la tercera productora nacional de verduras y fruta, y coloca a España como el tercer exportador del sector. En este ecosistema, que rodea a la capital, destacan materias primas como el pimentón con Denominación de Origen (D.O.) y el tomate bañado con aguas marinas. Y se añaden las bajocas (judías), el oro verde de la vega; las berenjenas imprescindibles en el pisto murciano y más hortalizas. Con ellas se elaboran

el zarangollo, revuelto con huevo; la olla gitana, con legumbres; el guiso de trigo blando; los michirones (habas) o el empedrado, con arroz. Este último ingrediente en Murcia se llama Calasparra, el primero del mundo con D.O.. Las peras son ercolini, también con Denominación; el melón, de Torre Pacheco; el melocotón, de Cieza, y el pero (variedad de manzana), de Alcuza.

Mar y montaña

La joya del mar Menor es su langostino, el más pequeño de su especie. Pescados y mariscos adquieren importancia en platos como el caldero, a la sal o decorando una tapa 'marinera'. La provincia mantiene la tradición de los salazones, que se toman en la ensalada cantonal de Cartagena o con habas en Águilas. En carnes, el cordero segureño y el chato murciano, autóctonos, son la seña de identidad de su cocina rústica. Se presentan a la tartera, asados, en pebre o salsa, en



Marineras

Esta tapa típica lleva ensaladilla de patata muy picada y encurtidos, anchoa y rosquilla crujiente. Cambia de género cuando es boquerón, y sin él es una 'bicicleta'.



Pera ercolini

Muy dulce, de tamaño medio y de color verde claro y chapa de carmín en su cara soleada. Así es esta pera producida en Jumilla, una zona con microclima.

Vinos de Murcia



Jumilla, Yecla y Bullas producen vinos tintos, rosados y blancos. La monastrell es la variedad más usada, además de la tempranillo, Merlot...

Arroz Calasparra



Con D.O., este arroz se cultiva en la montaña y se deja madurar más tiempo.



La Manga del mar Menor, que se extiende entre Cabo de Palos y La Punta del Mojón, ha sufrido una importante transformación por el turismo y la actividad agraria. Mide unos 24 km de largo, y entre 200 m y 1 km de ancho.

jallullo (masa de harina y longaniza), o en pastel de hojaldre. Y entre los embutidos es típico el imperial de Lorca (salchichón).

Un café 'asiático'

El clima y la calidad de los suelos de la llamada Costa Cálida son propicios para el cultivos de viñedos, sobre todo, de la variedad monastrell. Son aplaudidos sus vinos con D.O., que sirven, además, como elemento de curación de sus quesos. Entre sus postres, destacan el pan de Calatrava, hecho de pan duro o magdalenas; los paparajotes, con hoja de limonero; el pan de Cierva, dulce y salado, o sus tortadas de varios pisos. Y es muy popular su café 'asiático', con brandy, canela y licor 43. Y es que los murcianos sacan partido de su rica despensa, eso sí, con creatividad. Han situado a la región, con cuatro estrellas Michelin, en la vanguardia culinaria.

El Teatro Romano de Cartagena, que se construyó entre los siglos V y I a.C., mantiene vivas las raíces de la ciudad de Cartago Nova.



La Semana Santa en Lorca es de Interés Turístico Internacional por su originalidad. Y en Murcia, sobresale su catedral de estilo barroco.





Ensalada murciana

Ingredientes:

- ◆ 1 kg de tomates pera maduros
- ◆ 1 cebolleta grande
- ◆ 2-3 huevos
- ◆ 150 g de atún en aceite de oliva
- ◆ aceitunas negras de cuquillo
- ◆ aceite de oliva virgen
- ◆ sal

Preparación:

Cocer en agua los huevos durante 10 minutos, para que la yema no se pase demasiado, y luego sumergirlos en agua fría, pelarlos y cortarlos en rodajas. Cortar la cebolleta en rodajas y dejarlas en remojo unos minutos con agua fría y sal, para que esté más suave.

Quitar el pedúnculo a los tomates, hacerles una cruz con un cuchillo en la base y escaldarlos en agua hirviendo durante 1 minuto, escurrir y pelarlos. Trocear la mitad de los tomates y el resto aplastarlos con un tenedor.

Ecurrir el atún, desmigarlo ligeramente con un tenedor y unirlo a los tomates. Incorporar las rodajas de cebolleta escurridas, el huevo en rodajas y las aceitunas. Aliñar con aceite de oliva virgen extra y sal, mezclar todo y comprobar el punto de sal.

4 raciones 30 minutos

Aunque no lo parezca, es una ensalada de invierno, que también se conoce como moje o mojete porque debe ir acompañada de una ración de pan



Olla gitana

Ingredientes:

- ◆ 350 g de garbanzos y judías blancas
- ◆ 250 g de judías verdes
- ◆ 150 g de calabaza
- ◆ 2 peras
- ◆ 1 cebolla
- ◆ 1 cucharada de tomate frito
- ◆ 1 diente de ajo
- ◆ 10 almendras tostadas y peladas
- ◆ 1 rebanada de pan
- ◆ hebras de azafrán
- ◆ 1 cucharada de pimentón de Murcia
- ◆ 1 ½ l de agua
- ◆ 8 cucharadas de aceite
- ◆ 2 de vinagre
- ◆ sal y pimienta

Preparación:

Poner a remojo por separado las judías y los garbanzos durante 8 horas. Hervir en la olla rápida las judías con el agua fría y, cuando rompa el hervor, añadir los garbanzos. Volver a hervir y mantener a fuego bajo otros 25 minutos más.

Una vez abierta la olla, añadir las judías verdes, limpias y en tiras, y la calabaza y las peras peladas y en trozos. Sazonar. Freír en el aceite el pan y el diente de ajo pelado con las almendras y el azafrán.

Machacar esta mezcla en el mortero con el vinagre. En el aceite sobrante, dorar la cebolla picada, añadir el pimentón, el tomate y el machacado. Dar un hervor y añadir al cocido. Rectificar el punto de sal y servir muy caliente.

4 raciones 60 minutos

En este potaje se encuentra toda la materia prima de la Vega del Segura. Dicen que su origen está en la etnia que lleva por apellido y que recogía la verdura



Michirones murcianos

Ingredientes:

- ◆ 500 g de michirones o habas secas
- ◆ 1 hueso o punta de jamón
- ◆ 2 chorizos frescos
- ◆ tocino con carne (opcional)
- ◆ sobrasada (opcional)
- ◆ 1 cabeza de ajos
- ◆ 2 hojas de laurel
- ◆ cayena (opcional)
- ◆ pimentón dulce y picante
- ◆ pimienta negra molida
- ◆ sal

Preparación:

Hidratar al menos durante 24 horas el michirón. Una vez remojadas y escurridas, poner las habas en una olla grande con el laurel. Añadir el hueso de jamón, los chorizos en rodajas, el tocino troceado, y la cabeza de ajo a la mitad. Si se quiere picante, añadir las cayenas, una cucharadita de pimentón dulce y una pizca

de picante, y agregar la sobrasada. Salpimentar y echar agua suficiente para que se cubran.

Calentar y llevar a ebullición durante 10-15 minutos, retirando la espuma.

Bajar el fuego y dejar cocinando al mínimo entre 2 y 3 horas. El tiempo final depende del remojo de las

4 raciones 140 minutos

habas, su edad y de la dureza del agua.

Menear la olla desde las asas, sin meter la cuchara para no romper la legumbre. Probar y ajustar el punto de sal al final. Si hubiera mucho caldo, cocer unos minutos más a fuego vivo con la olla destapada. No debe quedar excesivamente caldoso.

Esta variedad de haba seca, grande y carnosa, típica del Campo de Cartagena, se suele poner de aperitivo



Caldero del mar Menor

Ingredientes:

- ◆ 2 salmonetes en lomos
- ◆ 1,5 kg pescado de roca, morralla...
- ◆ 500 g de gamba arrocera
- ◆ 400 g de arroz de Calasparra
- ◆ 4 ñoras
- ◆ 2 tomates grandes maduros
- ◆ 6 dientes de ajo
- ◆ 200 ml de aceite de oliva
- ◆ 2 l de agua
- ◆ 1 cucharadita de pimentón de Murcia
- ◆ azafrán
- ◆ perejil picado

Preparación:

Limpiar el pescado, pelar las gambas y reservar cabezas y cáscara. Quitar las semillas y el rabito de las ñoras, golpear los ajos y freír en un caldero. Pelar los ajos fritos y machacarlos con la ñora hasta hacer una masa. En el mismo aceite, freír los tomates picados durante unos

5 minutos. Añadir el majado, remover, y agregar el pimentón sin que se quemé.

Añadir el resto del agua, el perejil, las cabezas y cascara de las gambas y todo el resto de pescado. Cocer unos 30 minutos. Una vez hecho el caldo, colar y reservar.

4 raciones 90 minutos

En el mismo caldero, echar parte del caldo, añadir el arroz y cocer. Reponer caldo hasta que el punto de cocción sea meloso. Por último freír los lomos de los salmonetes y cocer al mínimo con el vaso de caldo reservado para que cojan sabor. Freír las gambitas con un ajo y colocar.

Esta receta de la zona de Cabo de Palos se sirve en dos vuelcos: primero el arroz con alioli y después, el pescado con su salsa de caldo reducido



Paparajotes

Ingredientes:

- ◆ hojas de limonero de un tono verde claro
- ◆ 500 g de harina de trigo
- ◆ 400 ml de leche entera
- ◆ ralladura de lima o limón
- ◆ 12 g de levadura
- ◆ 200 g de azúcar
- ◆ 3 huevos camperos
- ◆ una pizca de sal
- ◆ canela en polvo
- ◆ aceite de oliva virgen suave o aceite de girasol

Preparación:

Batir los huevos hasta que se mezclen bien claras y yemas.

Después, añadir la sal, la ralladura de limón, la levadura y la leche. Remover enérgicamente y agregar la harina poco a poco, al mismo tiempo que batimos para que no se formen grumos. La masa debe quedar ni demasiado espesa ni demasiado líquida.

Lavar y secar la hoja de limonero y remojar en la masa de una en una. Calentar bien el aceite en una sartén para freír. Añadir como toque extra unos trozos de la cáscara de limón. Agregar los paparajotes (con la misma hoja) y darles la vuelta hasta que queden dorados por ambos lados.

8 raciones 45 minutos

En un plato, mezclar azúcar y canela y espolvorear por encima del paparajote, una vez escurrido el exceso de aceite. Consumir recién hechos ya que conservan su textura crujiente y por dentro están esponjosos.

No confundir con el papajote de Jaén (bolitas de masa fritas) y ¡jojo!, la hoja del limonero no se come

Ahorrar energía

En verano, la factura de la luz puede subir hasta un 30%

Lo primero que hay que hacer, antes de salir de vacaciones es vigilar que todos los electrodomésticos del hogar habitual estén en *stand by* y no dejar conectados la televisión, los cargadores de móvil, los ordenadores... **El consumo fantasma puede suponer en torno al 12% de la energía del hogar.** Cuando se apaga un aparato pero sigue conectado a la corriente eléctrica consume mucho menos, pero sigue consumiendo. Por ello, si se va pasar fuera una larga temporada conviene bajar el diferencial de todos los electrodomésticos que no tengan que tener un funcionamiento continuo. **El aire acondicionado** es uno de los electrodomésticos que más eleva la factura eléctrica, pero se pueden aplicar unos consejos para un uso responsable: **Evitar que al aparato le dé el sol directo.** Poner el aire con una temperatura entre

los 24 °C y los 26 °C y con el modo ECO. Programar el horario y conectarlo en las horas valle.

Limpiar los filtros y evitar polvo y suciedad que pueda atascar los conductos. Esto hará que la calidad del aire sea muy buena y el aparato tenga un funcionamiento mucho más fluido, haciendo que la factura sea menor.

Ajustar la potencia eléctrica contratada. Es habitual que se tenga más de la necesaria y por cada tramo que se baje, el ahorro puede suponer entre 50 y 60 euros al año. Para saber si se tiene contratada la potencia adecuada hay que conectar todos los electrodomésticos a la vez y comprobar si saltan o no los plomos. Si aún teniendo todo conectado no saltan, es porque se tiene más potencia eléctrica contratada de la que realmente se necesita.

Más información en www.ganaenergia.com



Las ideas más nuevas

NADAR, UN DEPORTE COMPLETO David Lloyd Clubs

● Nadar es uno de los deportes más completos y en el David Lloyd Clubs podrás practicar esta actividad en sus instalaciones de última generación (piscinas, spa, gimnasio...) asesorado por expertos. www.davidlloyd.es



MÁXIMA DE MASGLO El color habla por ti



● El color lo dice todo de ti. Elige el tuyo y saca tu máximo potencial este verano ¿eres paciente, talentosa, burlona, fresca, fanática...? La colección de esmaltes Máxima de Masglo deja que tus uñas hablen por ti con su gama de colores: rojo cereza, fucsia, melocotón, verde menta, color tierra, celeste o baby blue...

www.masglo.com/es

SVR Un básico del verano

● Physiopure Huile Demaquillante, de SVR, limpia de forma eficaz y suave el rostro, ojos y labios, incluso de maquillajes resistentes al agua y sin necesidad de frotar. 150 ml
Pvp: 17,90 €

es.svr.com



DISFRUTA Bubble Bar by Coravin

● Los Bubble Bar by Coravin son la mejor propuesta veraniega para disfrutar de los espumosos de una forma diferente, incluso por copas, sin necesidad de pedir toda la botella.

Pizzas

El clásico italiano

Está considerada la comida más internacional ya que su consumo se extiende a casi todos los países aunque hay una infinidad de variantes locales



Pizza con anchoas, tomates y queso feta

INGREDIENTES

- 400 g de harina
- 21 g de levadura fresca
- 1 cuch. de azúcar
- 1 cuch. de sal
- 300 g de queso feta
- 150 g de tomates cherry
- 150 g de anchoas secas
- aceite de oliva

PREPARACIÓN

Para hacer la masa, tamizar la harina en un recipiente y crear un pozo en el medio. Poner la levadura y revolver en el azúcar y añadir 5 cucharadas de agua tibia.

Empolverar con un poco de harina de alrededor de los bordes, a continuación, cubrir y dejar en un lugar cálido para que suba durante unos 15 min. Añadir la sal, 3 cuch. de aceite y otros 150 ml. de agua tibia y amasar. Si es necesario agregar un poco de harina o agua tibia y amasar bien en una superficie de trabajo enharinada 10 min. Cubrir y dejar en un lugar cálido para subir por otros 45 min. Calentar el horno y dos

bandejas para hornear a 240 °C.

Extender la masa en una superficie de trabajo enharinada, dividir en 8 porciones iguales y colocar sobre papel para hornear. Espolvorear con el queso y cubrir con los tomates y las anchoas. Rociar con el aceite y sazonar con pimienta negra molida. Hornear durante unos 15 minutos hasta que estén bien doradas.

A LA CONQUISTA DEL MUNDO

Origen

Básicamente, la pizza es un pan plano y circular horneado y elaborado con harina de trigo, levadura agua y sal. Era una comida muy extendida en los países del Mediterráneo que ponían diferentes ingredientes sobre este pan, desde aceitunas hasta queso, cebolla o pasas.

La Margherita

Con la llegada del tomate a Europa, en Nápoles se creó la considerada pizza original: *La Margherita*, con tomate, mozzarella y albahaca. Con la llegada de emigrantes italianos a América, la pizza se extendió a ese continente y desde allí al resto del mundo. Con el tiempo, se han ido añadiendo infinidad de ingredientes.

Pizza criolla con pimiento y tomate

10 RACIONES 50 MIN

INGREDIENTES

Para la masa:

- 600 g de harina de fuerza
- 1 y 1/2 vasos de agua
- 1 sobre de levadura en polvo
- 2 cuch. de aceite
- 1/2 cucharadita de sal

Para el relleno:

- 250 g pimientos verdes
- 400 g tomates en lata
- 1 cebolleta
- 2 tallos de apio
- 2 dientes de ajo
- tomillo, orégano y albahaca seca
- 1/2 cuchdita. de cayena
- 1 cebolla

PREPARACIÓN

Mezclar bien la levadura, el agua tibia y 500 g de harina. Añadir el

aceite, la sal y la harina restante y trabajar la masa hasta que quede bien ligada.

Ponerla sobre una superficie enharinada y amasar durante 5 min. hasta que quede uniforme y elástica. Formar una bola y colocarla en un bol engrasado con aceite. Tapar y dejar reposar en un lugar templado hasta que doble su volumen alcance más o menos el doble (20 min.). Colocar la bola sobre una bandeja

de horno engrasada con aceite y aplastarla con la palma de la mano desde el centro hacia los bordes.

Hervir el pimiento hasta que esté tierno y cortarlo en trozos. Pasar los tomates a un bol con la salsa espesa que hayan soltado y añadir las hierbas, la cayena y el ajo. Agregar el apio y la cebolla picados y añadir el pimiento. Mezclar bien. Extender la mezcla sobre la masa de pizza y hornear 20 min. a 260 °C.



Pizza de espárragos y queso fresco

6 RACIONES 140 MIN

INGREDIENTES

Para la masa:

- 250 g de harina de fuerza
- sal
- 2 cuch. de aceite de oliva
- 1/2 dado de levadura fresca
- vasito de agua

Para el relleno:

- 800 g de espárragos blancos
- 300 g espinacas
- 1-2 chiles rojos
- 1 diente de ajo
- 50 g de queso parmesano rallado
- 100 g de queso fresco
- 200 g de mozzarella
- 100 g de nata
- 3 cuch. de aceite
- 1 de margarina
- azúcar, perejil sal y pimienta

PREPARACIÓN

Poner la harina en una superficie hacer un hueco y echar en él la levadura diluida en agua tibia. Mezclar y tapar con un paño 15 min. Añadir una cucharadita de sal y el aceite y amasar 10 min. Echar un poco más de harina hasta que la masa quede elástica. Tapar y dejar subir 45 min. Amasar con el rodillo hasta lograr un grosor de 1/2 cm. Dejarla subir otros 20 min. y ponerla sobre una bandeja

del horno engrasada.

Lavar y cortar las espinacas. Saltear los espárragos con la margarina, sal, pimienta y 1/2 cuch. de azúcar. Mezclar el queso fresco con la nata, el parmesano y 3 cuch. de aceite. Incorporar ajo, perejil y el chile picados. Repartir la mitad de la mezcla sobre la base de la pizza, agregar los espárragos y las espinacas, la mozzarella y el resto de la mezcla. Hornear 30 min. a 200 °C.



El desayuno ideal

para afrontar el día a tope

Los expertos no paran de repetirlo: el desayuno es la comida más importante del día. ¡Pero ojo! Porque 8 de cada 10 personas lo hacen mal. Toma nota, esto es todo lo que tiene que incluir

Lo hemos oído millones de veces. Un buen desayuno es fundamental para obtener toda la energía que necesitas para afrontar el día. Sin embargo, muchas veces seguimos desayunando poco o nada porque nos levantamos sin apetito o vamos con mucha prisa. ¿Resultado? Aparece el hambre a deshoras y picoteamos cualquier cosa. Ya no hay excusas, aprovecha tus vacaciones para empezar a desayunar sano (y consigue mantener este hábito tan saludable todo el año). Apunta, esto es lo que debe incluir tu desayuno.

1 Fruta A partir de los 40 años el organismo pierde capacidad de regeneración celular y disminuye la producción de colágeno, lo que hace que la piel se vuelva más seca y menos elástica. Por ello es indispensable consumir más verduras y frutas, **especialmente las que son ricas en vitamina C, como el kiwi, las fresas, el pomelo o el limón.** Inclúyelos en tu desayuno desde ya.

2 Cereales Los carbohidratos son clave para conseguir la energía que necesitas en tu día a día y, a la vez,

mantener tu peso bajo control. **La avena es el hidrato de carbono por excelencia:** reduce significativamente el colesterol, combate el estreñimiento y produce una gran sensación de saciedad.

3 Lácteos Los lácteos desnatados sin lactosa son tus mejores aliados, ya que se digieren muy bien. **Son una excelente fuente de proteínas, vitaminas y calcio,** y son versátiles y ligeros. Añade a tu café o té una dosis de leche, tómate un poco de queso fresco bajo en grasas o apuesta por un yogur.

4 Zumo natural Empieza el día con un buen zumo natural de frutas. **Puedes decantarte por el más tradicional, el de naranja, que contiene fósforo y magnesio,** o innovar con el de plátano. Su gran aporte en carbohidratos, fibra y potasio hacen que sea una bomba de salud. Solo tienes que meterlo en la batidora junto a un vaso de agua. También los frutos rojos son una gran opción.

¿Mantequilla y mermelada?

Son clásicos en los desayunos y, untados en una tostada, son un auténtico placer mañanero. Sin embargo, también son bombas de azúcar y sobrepasan con creces las cantidades recomendadas por la OMS (Organización Mundial de la Salud), que no deben ser superiores a las cuatro cucharadas diarias. En el caso de la mantequilla, además, aporta cantidades extra de ácidos grasos saturados y trans. ¡Mejor tómala solo en ocasiones especiales!

Atenta al azúcar añadido

✓ Los nutricionistas coinciden en que el azúcar añadido no debería superar el 10% de la ingesta total diaria. Como muchos de los alimentos del desayuno ya contienen azúcar, algunos de forma natural, es conveniente tomar el café o la leche sin añadirlo. Los edulcorantes artificiales, como la estevia, pueden ser una buena alternativa.



5 **Café**
Uno de los efectos más conocidos del café es que reduce el apetito. La ciencia lo atribuye a que aumenta los niveles del péptido YY, una hormona que produce el intestino cuando comemos y que influye en la saciedad. **No importa la cafeína, el descafeinado reduce el apetito todavía más.**

6 **Huevos**
Puedes tomarlo en forma de tortilla, revuelto, cocido... Además, **su proteína es de alto nivel biológico. En gran parte se encuentra en las claras,** así que no creas que si deshechas la yema (la parte más calórica) te la estás perdiendo.

7 **Frutos secos**
Aportan proteína y grasas saludables que garantizan beneficios neuronales, cardiovasculares y de control del apetito. **Eso sí, no hay que pasarse con las cantidades, con tomar 4 nueces es suficiente.** También valen las almendras y avellanas, pero siempre en crudo.

8 **Semillas**
Tanto las de lino como las semillas de chía son una buena fuente de grasas poliinsaturadas Omega 3, que **ayudan a regular la tensión arterial y el colesterol en sangre** disminuyendo las lipoproteínas LDL y aumentando las HDL. Inclúyelas en tu yogur.

El desayuno debe aportar siempre alrededor del 30% de nuestra ingesta calórica diaria

¿Qué pasa si no desayuno?

Cuando dormimos, nuestro organismo no permanece inactivo, sino que continúa desarrollando una serie de funciones vitales como mantener la circulación sanguínea y la temperatura corporal, regenerar células y tejidos o fortalecer el sistema inmunitario. En resumen, una serie de actividades que consumen energía y, por tanto, debemos restablecer mediante un desayuno saludable que nos ponga las pilas de nuevo.

Además, cuando nos saltamos el desayuno, nuestro organismo lo percibe como una situación de escasez y reacciona activando el metabolismo en 'modo alerta', liberando unas hormonas que lo hacen más lento y que estimulan el almacenamiento de energía en forma de grasas. Nuestro cerebro también se alimenta de glucosa, y cuando no dispone de las reservas suficientes ralentiza las funciones cerebrales, apareciendo problemas de concentración e incluso de memoria.

Necesitas hidratarte

Los expertos aseguran que se debe desayunar como máximo en las dos horas posteriores a levantarse, ya que esa es la fórmula para que nuestro organismo absorba correctamente todos los nutrientes. Además, tampoco puedes olvidarte de la hidratación, porque esto ayuda a la eliminación de toxinas que se acumulan durante las horas de sueño. Lo ideal es tomar un vaso de agua nada más despertarse.

No olvides masticar mucho

No es ningún mito que comer demasiado rápido engorda mucho más que si te tomas tu tiempo. Esto se debe a que el cerebro tarda unos 20 minutos en recibir la señal de saciedad del estómago, por lo que si comes con prisa es más probable que tomes más cantidad de lo que deberías. Saborea, mastica y deleítate con el desayuno. Además, intenta hacerlo siempre a la misma hora y, sobre todo, aléjate de distracciones como el móvil o la televisión.



Bronceado perfecto por más tiempo

Seguro que te ha costado mucho conseguir ese tono dorado en tu piel. Tranquila, con estos consejos y productos lograrás alargarlo y hacer que brille como nunca

M EJORA la apariencia de la piel de naranja, disimula las imperfecciones del rostro, y nos aporta un plus de juventud y luminosidad. Ha llegado el momento de prolongar y potenciar nuestro bronceado. Para que dure bonito mucho tiempo, debes hidratar la piel a conciencia, pero hay más trucos que te ayudarán.

1 Exfolia con cuidado

Hazlo más a menudo y de manera muy suave, ya que

la piel ahora está más frágil. **Lo ideal es hacerlo dos veces por semana y con productos de base oleosa**, ya que limpian y nutren la piel sin acabar con el bronceado. Además, es necesario oxigenar los poros de todos los cosméticos que te has estado aplicando durante este tiempo.

2 Nutre en profundidad

Incluye en tu rutina de belleza productos que nutran en profundidad para que no se pele tu piel. Además, te ayudarán a

presumir de un bronceado más luminoso. Son fundamentales los aceites a base de aguacate, argán o manteca de karité.

Tampoco pueden faltar en tu neceser productos con vitamina A, C, D y E, ya que son poderosos antioxidantes que, además, te ayudan a reparar las pequeñas lesiones que el ADN celular ha sufrido a causa del sol.

3 No olvides el aloe vera

Es imprescindible que los productos que te apliques tras el sol siempre

Ten en cuenta

✓ Las duchas de agua caliente pueden producir deshidratación en la piel, así que si quieres proteger y presumir de bronceado, lo mejor es que optes siempre por agua fría o tibia.

✓ Tan solo 30 minutos diarios de exposición solar, aunque ya estés de vuelta de tus vacaciones, siguen estimulando a los melanocitos para producir melanina, el codiciado pigmento dorado. Pero eso sí, no debes olvidar nunca que has de aplicarte crema con factor de protección solar. Será suficiente con una de SPF 15 o 20.



►Crema Sorbete Hidratante VinoHydra, de Caudalie. 19,90€

►Crema antiedad y antimanchas All In One, de Farma Dorsch. 95€



ELIGE FÓRMULAS CON INGREDIENTES HIDRATANTES Y RICAS EN VITAMINAS



►Aftersun Lotion Golden Tan Maximizer, de Lancaster. 29,99€



►Cápsulas Acelerador Bronceado Piel Canela, de E'lifexir. 19,05€



►Bruma Calmante Aftersun Bariésun, de Uriage. 14,90€

incluyan aloe vera. **Este ingrediente recupera el daño celular** a la vez que hace que el moreno dure mucho más.

3 Confía en una bruma

Las brumas, con o sin perfume, están formuladas con micropigmentos que se rocían con facilidad y aportan luz al instante. Tampoco puedes olvidar que los grandes aliados de un largo dorado son los autobronceadores. **Los de última generación en spray se aplican con facilidad y no dejan manchas.**

4 Apuesta por alimentos aliados

Incorpora a tu dieta alimentos que estimulen la producción de melanina.

La mayoría son verduras y frutas, y además algunos tienen un efecto reparador que te ayudará a reducir los daños de los rayos UVA. **No pueden faltarte los tomates, la zanahoria, los frutos rojos, la sandía o el salmón.**

5 Alarga desde el interior

Si antes de verano tenías que tomar betacarotenos, ahora también. De hecho, debes hacerlo dos meses antes de verano, durante y después. Conseguirás alargar tu bronceado al máximo. Hoy en día la nutricosmética solar aporta todo lo que necesita la piel para elevar y mantener las defensas, **incluso existen cápsulas que tienen un suave efecto autobronceador.**

CONSULTORIO DE

Carmen Navarro



TIPS COSMÉTICOS PARA UN MORENO DURADERO

Volver con ese toque dorado tan favorecedor es sin duda uno de los regalos que nos aportan las vacaciones. Nos hemos recargado de vitamina D, la dosis que nuestro cuerpo necesita, fundamental para la salud de nuestros huesos y para la absorción del fósforo y el calcio. Y hemos logrado un tono que embellece, por lo que prolongarlo se convierte en cuestión de urgencia. ¿Cómo podemos conseguirlo?

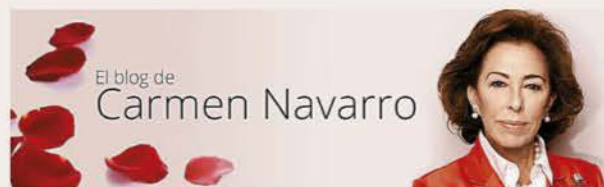
Comienza aplicando un producto que regenere la piel.

Límpiala y libérala de toxinas y células muertas. Las mascarillas hidratantes con efecto frío resultan magníficas para conseguir aliviar la sensación de tirantez y recuperar la elasticidad. Los antioxidantes serán los encargados a continuación de neutralizar los radicales libres, unificar el tono y aportar vitalidad. Por la mañana te recomiendo la vitamina C. Es un magnífico activo antiedad para combatir el deterioro que el sol ha causado en nuestra piel en forma de manchas y arrugas. Por la noche, un suero con resveratrol reforzará las defensas naturales y reducirá los signos de envejecimiento acentuados por el sol.

Llega el momento de aplicar un prolongador del bronceado que estimule la producción de melanina con péptidos y antioxidantes, capaces de mejorar el proceso de regeneración natural. Estimulan el dorado como si estuvieras aún en la playa.

En cabina te recomiendo un tratamiento 2 en 1, capaz de prolongar tu bronceado y de aportar la calma que mereces a la vuelta. Se trata de un *peeling* global que te lleva a la orilla del mar reparando los estragos y reseteando la epidermis. La opción ideal para dejar tu piel como nueva.

SÍGUELA EN SU BLOG:



www.semana.es

Sardinas: una deliciosa fuente de salud

● **Son una fantástica fuente de Omega 3**, que protege contra los accidentes cardiovasculares y se asocia con un menor riesgo a sufrir demencia.

● **Su alto contenido en vitamina D** fomenta la absorción del calcio, mejora los dolores musculares y nos protege de las depresiones.

● **Su aporte de vitaminas B2 y B3** favorece el crecimiento infantil, la fuerza muscular y el buen estado de la vista.

● **Previenen la anemia**, al aportar al organismo una buena dosis de hierro.



Un rostro descansado

Si te notas el rostro hinchado por el calor, aplícate una mascarilla compuesta por 1 cucharada de miel, 2 cucharadas de yogur natural y 2 de posos de café, que estimula el flujo sanguíneo. Deja actuar 20 minutos y aclara.

REMEDIO EFICAZ

MALVA PARA COMBATIR EL ESTREÑIMIENTO

Además de ayudar a mejorar la retención de líquidos, la infusión de malva tiene un suave efecto laxante, por lo que es recomendable para combatir el estreñimiento.

Cómo desinfectar los tiradores

LIMPIA CON AGUA Y VINAGRE

Para desinfectar los pomos o tiradores, que suelen ser de acero inoxidable, cobre o latón, pasa sobre ellos un paño mojado en agua y vinagre.

Cada cuanto hay que cambiar...

1 Balletas y estropajos

Están en continuo contacto con gérmenes perjudiciales para la salud, por lo que deberían renovarse cada semana o, máximo, cada 15 días.

2 El cepillo de dientes

Cada tres meses, aunque si las cerdas están muy desgastadas, lo suyo es hacerlo antes.

4 El colchón y la almohada

En principio, el colchón habría que renovarlo cada diez años, como máximo. En cuanto a la almohada, se recomienda hacerlo cada dos años.

4 El mocho y el cepillo

El mocho se debe cambiar cada 20 o 30 días y el cepillo o la escoba, cada seis meses.



Síndrome premenstrual bajo control

SALUD

✓ **Consuma alimentos ricos en potasio**, como el plátano, y diuréticos como los espárragos o la piña, para controlar la retención de líquidos.

✓ **Evita los alimentos salados** y los hidratos de carbono refinados.

✓ **Añade laurel, cilantro, cayena, hinojo, cúrcuma o jengibre** a tus pla-

tos para aliviar los gases y facilitar la digestión.

✓ **Bebe al menos 2 litros de agua diarios**. En algunos casos, acompáñala con zumo de limón.

✓ **Practica yoga o pilates**. Existen ejercicios específicos para aliviar el dolor producido por la regla.



AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco	EMPINADAS ESTADO DE AMÉRICA DEL SUR PERFUME	ÁSTATO TRATAM. ALEMÁN EXCRE- MENTICIOS ROYAL AIR FORCE	PRIMERA CONSO- NANTE EXTRAÍDOS QUITABAS CON FRAUDE	SUBE LA BANDERA FURIA, VIOLENCIA MAÑOSO PREFIJO, 'REUNIÓN'	NOMBRE DE LA PERIODISTA DE LA FOTO CUADERNO PARA NOTAS	HERRUM- BRE ASIDERO MALA COS- TUMBRE ESTE	COLOQ., DEDO TITAS HARÁ UNA DONACIÓN	MANOSEEN MARCA DE COCHES HACÍAN UN PAGO	UTILI- ZARAIIS MASA DE VAPOR ATREVIDO
MECHA DE LA VELA APÓCOPE DE "SUYO"	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
ÍTEM ZOCATOS	↘								
NORTE HARTABA DE BEBIDA O DE COMIDA	↘								
... GARDNER, ACTRIZ PREF., ENTRE	↘								
ASOCIADA UN SUFIJO QUÍMICO	↘								
CETÁCEO DE LOS MARES ÁRTICOS UNA VOCAL DÉBIL	↘				↘				
SÍMBOLO DEL GRAMO ENTREGÁIS ABREV., SU SANTIDAD	↘								
OVNI, EN INGLÉS COLOQ., COSA FASTIDIOSA	↘								
CANTERA DE YESO ... FLEMING, ESCRITOR	↘								
ANTES DE CRISTO AVE ZANCUDA DE ASIA Y ÁFRICA	↘								
DEL NACIMIENTO, PL. SEGUNDA LETRA DEL ABCEDARIO	↘								
ADEREZOS DE ... A PA, ENTERAMENTE	↘								
EXHALADA	↘								
GUISAD EN EL HORNO REMÓ	↘								
LETRA FINAL DEL INFINITIVO CARRETES	↘								
HACE ORACIÓN ELOGIABA	↘								
MASTICO RADIÁN	↘								
AUDIOFRECUENCIA GRAN EXTENSIÓN DE AGUA SALADA	↘								





CRUCIGRAMA

Nº 2.806

HORIZONTALES

- 1:** Semilla comestible. Se movería de un lugar hacia otro.
- 2:** Sedimento del vino. Cesta grande, canasta.
- 3:** Soldados que usaban alabarda.
- 4:** Ahora mismo, en el acto. Remolcara una nave.
- 5:** Produjo arañazos. Entre seis y ocho.
- 6:** En este lugar, aquí. Cerveza inglesa.
- 7:** Tomará o cogerá con la mano. Hace imitaciones.
- 8:** Perteneciente o relativo al día. Real Decreto.
- 9:** Esperaseis.
- 10:** Pasase de la parte de dentro a la de fuera. Mil ciento cincuenta.
- 11:** Perder el ..., perder el juicio. Sufrió mutaciones.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

VERTICALES

- 1:** La ..., ciudad de Holanda. Piedras de los altares.
- 2:** Congelarás. A todo ..., a toda velocidad.
- 3:** Sufijo aumentativo, fem. Ponga ácido.
- 4:** Daríais un baño.
- 5:** Ocasiono abatimiento. De oro.
- 6:** Argolla. Radio Data System.
- 7:** De la India, fem., pl. Instituto Nacional de las Artes Escénicas y de la Música.
- 8:** Rasparíamos.
- 9:** Del estado de Israel. Empresa Municipal de Transportes.
- 10:** Sujetó con una cuerda. Triste, melancólico.
- 11:** Se ..., se lave. Línea de Internet.

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

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

Difícil

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

AUTODEFINIDO

Empiezan con la letra J



FOTO 4 DE TODOS LOS DÍAS, FEM.	DEJÓ SIN ALGO TIPO DE PILA	AHORA CIERTO IMPUESTO	UN CONDIMENTO	HARÁ ORACIÓN PERIODO HISTÓRICO	SÍMBOLO DEL INDIO ME DIRIGIRÉ	UN RELATIVO GÓTICAS	UNA CON- TRACCIÓN INSULA	FOTO 1 FOGÓN BAJO
...	FOTO 3 LAO... FILOSOFO CHINO
... MARULL, ACTRIZ HECTO- GRAMO	CHOCAR ¡AÚPA!, EX- CLAMACIÓN DE ANIMO	NOMBRE DE VOCAL, PL. LICOR ANISADO	ALBACETE HALO	...
...	MIRES VENDIÓ AL FIADO	AIREAD, VENTILAD ABREV. DE "NÚMERO"	MÚSICO MEXICANO SE ... SE HARTE	...
EN INGLÉS, OVNI VI LO ESCRITO	...	TRONCO DE ACELGA ACUSADO	CAPITAL DE BAHAMAS EN ROMA- NOS, 1501	EXCLA- MACIÓN TAURINA
...	RADIO DIOS DEL TRUENO	...	UNITED ARTISTS SANTO	RITO CATÓLICO UTILIZAD	CORROÍ DIOSA GRIE- GA, ESPOSA DE ZEUS	...
GIRE COBALTO	...	SAMARIO EN FRAN- CES, JUAN	...	USTEDES PIÑA	...	ECHARPE ACOMETIÓ	...	FOTO 8
...	PÉTALO ANA ... ACTRIZ Y CANTANTE	...	DE ESTA MANERA QUIZA, TAL VEZ	...	UNA AGEN. ESTATAL MINERAL DE CUARZO	...	EJEMPLO ATREVEOS	...
PRACTIQUE UN OFICIO O FACULTAD	ABREV. BARRIO FOTO 6	DIMINUTA ZIS ... ZIGZAG	...	ALTOZANO ... HARRIS, ACTOR	CUATRO, EN NÚMEROS ROMANOS
...	...	CANAL DE TV PONGAN LA DATA	COGED, AGARRAD DE LA QUE SE HABLA	...	UN SUFJO PARTITIVO APODO, MOTE	...
SUF. ALCOHOL TE QUEJAS CON AVES	CAMINAN UNA AR- TERIA, PL.	...	MANGOS ABREVI- ATURA DE "AVENIDA"	HABLA IGLESIA CATEDRAL	...	PASAD POR EL COLADOR FOTO 2	...	SUPERIOR
ORIFICIO RECTAL CAMPEÓN	...	SUJETÓ, AMARRÓ HUESO DEL PIE	...	LÍNEA DE SIMETRÍA GRANERO	...	CIERTO DIGRAFO RADICAL CIANURO	REPETIDO, MADRE NEGACIÓN, PL.	...
...	RADIO TV ESPAÑOLA FORMÓ ERAS	...	ANT., MAROMA EN INGLÉS, "DE"	...	MICHAEL ... ACTOR NOMBRE DE LETRA	...	HIZO MAL DE OJO ACADEMIA ESPAÑOLA	... MENOR, CONSTE- LACIÓN BOREAL
FOTO 7	LETRA GRIEGA FIRMES, ¡...!	PREF., NORTE DENTRO DE STILLER, ACTOR GIRONA
...	COCINA DE LEÑA O CARBÓN	CUARTOS DE BAÑO
CANTANTE CANARIA	FOTO 5	ABREVI- ATURA DE "SEÑORA"	...





DAMERO

Nº 2.859

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

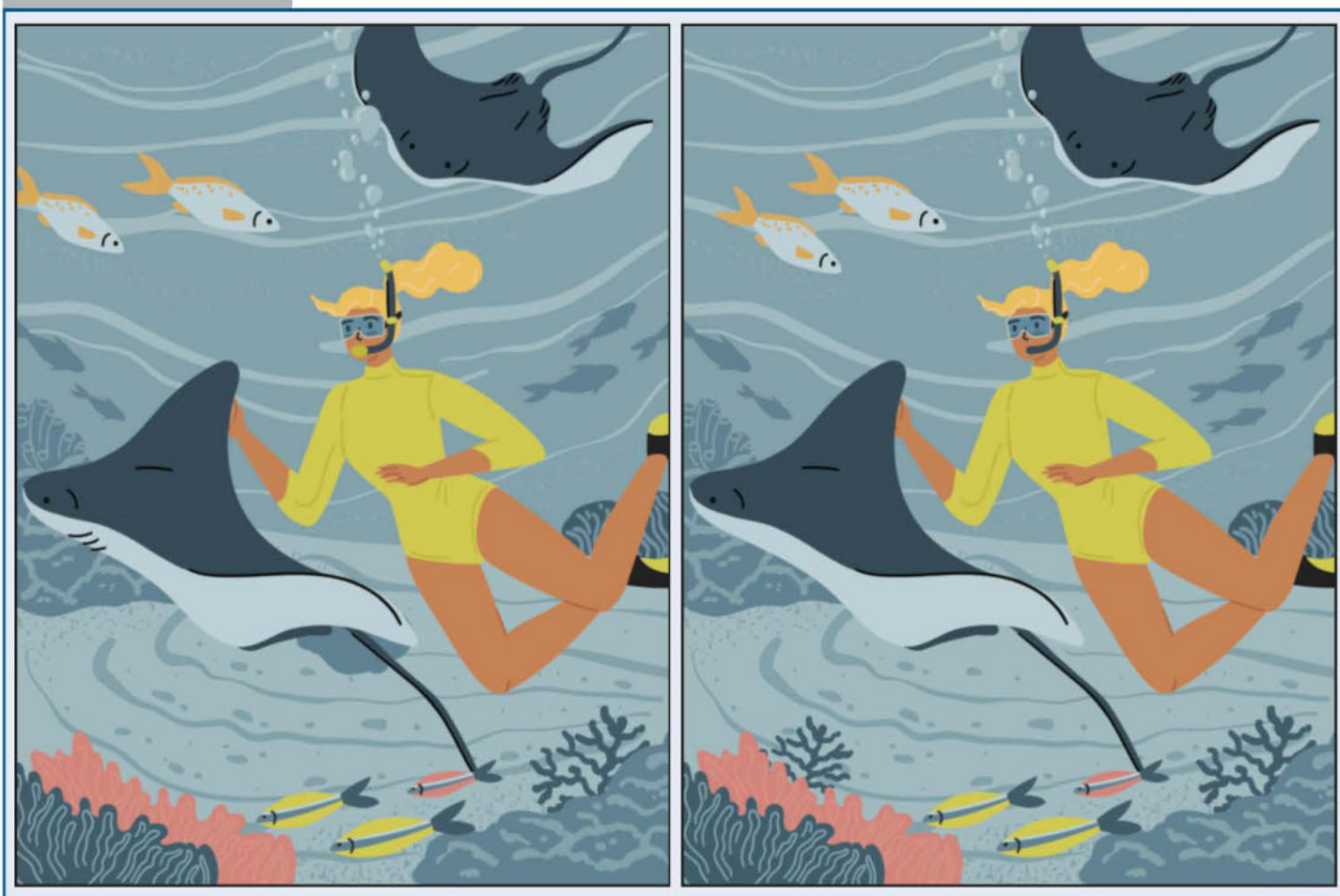
Fragmento de un poema. Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerán el apellido del autor y el título del poema.

- A. 122 88 137 66 19 15 99
Nacidas en una isla.
- B. 26 134 16 45 5 132 146
Bulevares.
- C. 160 67 60 49 155 156 72
Instigan.
- D. 104 14 128 78 94 69 152
Consentid en lo que se os solicita.
- E. 33 153 7 18 80 81 39
Que ruge, rugiente.
- F. 141 68 130 129 79 111 22
Relativo al tumor.

- G. 120 117 131 92 47 116 86
Pongan esposas.
- H. 97 30 121 124 123 89 29 59
Breve, concisa.
- I. 71 57 63 133 20 148 23 109
Coloq., mañosas.
- J. 32 90 61 91 50 52 36 105
Que pertenecen a la plebe, fem.
- K. 112 42 17 34 84 40 113 55
Tañía repetidamente.
- L. 143 144 25 43 75 1 95 74
Ejerces influencia.

- M. 103 108 82 142 102 54 115 98
Multitud de gente de escaso valer.
- N. 4 65 9 163 12 139 149 125
Hicieses arañazos.
- O. 119 85 11 37 6 35 138 28
Retornamos.
- P. 27 135 70 114 107 77 38 101
Cubrir un objeto con papel.
- Q. 8 46 48 159 162 165 164 161
Aficionados al rock.
- R. 2 158 58 145 154 150 127 62
Envolver una cosa en forma de rollo.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.858

Es fácil criticar a los demás, pensaba mientras salía de la sala de profesores, volviéndose a los pocos metros al darse cuenta de que había olvidado una carpeta...

Clave: P. Aranda. La otra ciudad.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.805

HORIZONTALES.

- 1: Rulo, Vate.
- 2: Rec. Bravura.
- 3: Admirásemos.
- 4: Ba. Neutro, M.
- 5: Achís. Oiría.
- 6: Tac. Gas.
- 7: Hería. Bulos.
- 8: I. Tejara. Bi.
- 9: Enumerarias.
- 10: Lirones. Aro.
- 11: Nasa. Arco.

VERTICALES.

- 1: Raba. Hiel.
- 2: Redacte.
- 3: UCM. Hartura.
- 4: L. Iniciemos.
- 5: Obres. Ajena.
- 6: Rau. Are.
- 7: Vasto. Brasa.
- 8: Averiguar. R.
- 9: Tumoral. IAC.
- 10: Ero. Isobaró.
- 11: Asma. Siso.



LIBROS

Las nuevas aventuras de Esther. La boda

Dolmen editorial. 29,95 €

● Esther marcó a toda una generación allá por la década de los 70, convirtiéndose en el personaje femenino más importante de la historia del cómic español. Ahora llega el broche de oro perfecto donde la recuperamos a ella... y por supuesto a Juanito.



La isla maldita

Planeta. 20,90 €

● Lo que iba a ser un viaje genial a Australia se transforma en algo siniestro y mortal para una pareja y sus hijos. Una isla privada y una familia que no perdona un accidente convertirá las vacaciones de Tom y Heather en una auténtica pesadilla.



Odio el verano

Nac: España. **Comedia.** ● Tres parejas de distinta clase social reservan una casa aislada en Canarias para pasar las mejores vacaciones de su vida con sus respectivas familias. Lo que no saben es que, por un error de la agencia, han alquilado la misma casa. Ninguno está dispuesto a renunciar a ella y tampoco hay muchas alternativas, por lo que se ven obligados a compartirla durante todas sus vacaciones. Eso va a hacer que se maten entre ellos o que acaben siendo amigos.

Dir: Fernando García-Ruiz.

Int: Julián López, Kira Miró, Jordi Sánchez, María Botto, Roberto Álamo, Malena Alterio.



Parpadea dos veces

Nac: EE.UU. **Dir:** Zöe Kravitz.
Int: Channing Tatum, Naomi Ackie.

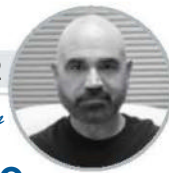
El magnate Slater King (Channing Tatum) conoce a la camarera Frida (Naomi Ackie) y la invita a unas vacaciones de lujo en su isla privada. Pero cuando empiezan a suceder cosas raras, Frida intuye que algo anda mal en ese lugar.



El mayordomo inglés

Nac: Francia. **Dir:** Gilles Legardinier.
Int: John Malkovich, Fanny Ardant.

Andrew Blake (John Malkovich) acepta el trabajo como mayordomo de una casa solariega en Francia para conservar los recuerdos de su difunta esposa francesa. Allí nadie sabe quién es y trata de buscar reposo para ordenar sus pensamientos.



DEL 21 AL 27 DE AGOSTO

ARIES

21/3 - 20/4

SALUD: Preocupación por los miembros de la familia cercanos.

DINERO: Sensación de apuro económico al revisar tus pagos pendientes.

AMOR: Trabaja la generosidad y el altruismo. Tendrás que ser acompañante o cuidador de alguien que te necesitará.

Un lapislázuli favorecerá tu bienestar y suerte.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Estrés y nerviosismo. Exceso de presiones que te impedirán descansar bien.

DINERO: Cambio en tus prioridades y urgencias. Sucesos inesperados que te obligarán a adaptarte.

AMOR: Llegada de niños o atenciones y cuidados a los más pequeños.

Quema hojas de laurel para eliminar la negatividad.

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Rejuvenecimiento. Energía renovada. Días de bienestar, descanso e ilusión.

DINERO: Oportunidad de negocio o inversión. Toma de decisiones que mejorarán tu economía.

AMOR: Disfrutarás junto a tus seres queridos de ocio y placer.

Una bolsita con frutos secos atraerá tu prosperidad.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Noticias favorables que pondrán fin a alguna preocupación.

DINERO: Sigue tu instinto, aunque no todos te apoyen en ello.

AMOR: Recibirás del destino, a través de personas influyentes, la solución para resolver los conflictos.

Quema incienso de canela que atraerá la suerte.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Tratamientos y productos novedosos para la piel.

DINERO: No necesitas lo más caro ni para ti ni para los demás. Sé práctico y sensato.

AMOR: Que las opiniones de otros no condicionen tus actos o decisiones. Guíate por tus corazonadas.

Pon un ramillete de perejil fresco que atraiga dinero.

VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Investigarás respecto a qué es lo mejor para ti y tu situación.

DINERO: Cuando tomes una decisión, deja de pensar en las opciones que descartaste y céntrate en el objetivo.

AMOR: Cuidado con el orgullo que puede generar conflictos.

Leche por el cuerpo arrastrará la negatividad.

LIBRA

23/9 - 22/10

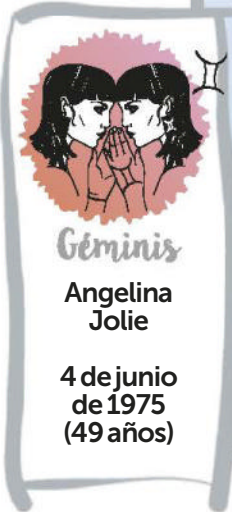
SALUD: Podrías tener algún déficit que afecte a tu salud y bienestar.

DINERO: Pequeñas alegrías en el día a día que acabarán sumando y generando una importante satisfacción.

AMOR: Mejoras en tus relaciones. Acercamiento de posturas y llegada de acuerdos.

El coral, durante estos días, será tu mejor protector

El mejor signo



ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Evita la ira, la rabia o el rencor que acabarán perjudicando a tu cuerpo.

DINERO: Cuidado con no culpar a la mala suerte ni a los astros de aquellas malas decisiones.

AMOR: Riesgo de malinterpretar acciones o gestos de otros.

Alguna pieza de plata contigo será imán del dinero.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Vive día a día sin tener la vista puesta en el pasado ni en el futuro.

DINERO: Cambios relacionados con la casa. Posible inicio de negocio. Nueva actividad muy positiva.

AMOR: Intentar contentar y satisfacer a todos llegará a saturarte y generarte infelicidad.

Tres rosas rojas en agua para mejorar sentimientos.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Posible problema de audición o con la vista. Hazte una revisión.

DINERO: Pon tu energía en aquello que te gusta, que se te da bien y que te proporcionará mayor éxito.

AMOR: Que las experiencias amargas del pasado no te impidan disfrutar del amor.

Quema velas violetas que transmuten lo negativo.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Ve solicitando cita con un endocrino o nutricionista para tus nuevos objetivos.

DINERO: Gastos inesperados o necesidad de realizar algún cambio.

AMOR: Aunque estés más cerca de tu pareja, dedica también tiempo y atención a amigos y familiares.

Quema incienso de sándalo contra la negatividad.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Haz lo que esté en tu mano para relajarte y mantener el control mental.

DINERO: Aparecerá ante ti una opción que mejorará tu situación.

AMOR: Posible inicio sentimental bendecido por los astros. Llegará a tu vida la persona adecuada.

Posible inicio sentimental bendecido por los astros.

María Amor

Tarot y Videncia

Consejos espirituales y orientación en el amor, trabajo y salud. Más de 20 años de experiencia. Miles de clientes satisfechos.



806 580 888
919 100 584



Resuelve tu Accidente, S.L. B86746872. Severo Ochoa 11. Código Postal 28521. Rivas-Vaciamadrid. Madrid. Coste 806 es de 1,21 € min, desde red fija, y 1,57 € min. red móvil. Iva incluido. Solo mayores de 18 años.

Tarot
ALICIA GALVÁN

922 679 362
806 514 514

Coste Máximo 806 : 1,21 € / minuto red fija, 1,57 € / minuto red móvil. Iva incluido. mayores de 18 años. Alajada S. L., Apartado de correos 145. Código Postal 38200. Santa Cruz de Tenerife. Servicio de Ocio y Entretenimiento.

PREDICCIONES
2024
aliciagalvan.com


GUAPOS Y ENCANTADORES

María Verdoy y Antonio Santana, la pareja con más química de la tele

Los presentadores de 'Socialité' y 'Socialité Club Social' derrochan complicidad. "Hasta Cristina Tárrega tiene celos de nuestra relación"



Antonio y María se llevan bien tanto delante como detrás de las cámaras, y no dejaron de bromear.



"Hacemos un buen equipo y sabemos sacarlo mejor de nosotros. A veces parece que nos leemos la mente", explica María

NO dejan de bromear, se acaban las frases el uno al otro y se miran con un cariño y una complicidad que cualquiera pensaría que se conocen de toda la vida. Pero no. María Verdoy (39) y Antonio Santana (45) eran hasta hace unos meses dos desconocidos. ¿Y ahora? Pues son los presentadores de *Socialité* (Telecinco) los fines de semana por la mañana, y de *Socialité Club Social*, de lunes a viernes (Divinity). Derrochando encanto y atractivo, charlamos y nos reímos con ellos justo antes de que María se fuera de vacaciones. Ella es la veterana de este tándem y presentaba el programa en Telecinco antes de que llegara Antonio el pasado mes de junio. "Con él todo es más divertido, es un gran apoyo", nos cuenta.

Hay programa de lunes a domingo, vaya paliza, ¿no?

Antonio: Bueno, solemos estar juntos el fin de semana y durante la semana cada uno hace dos programas solo y el que queda lo compartimos, para así poder librar dos días.

¿Y cómo es trabajar juntos? ¿y cómo fue esa primera toma de contacto?

María: Un infierno, una pesadilla, fatal. No puedo más (risas).

Antonio: Maravilloso. Y eso que yo era el que llegaba y no era fácil para ellos que viniera alguien nuevo, y tampoco para mí meterme en una familia. Pero la verdad es que tanto María como el equipo me ha recibido con los brazos abiertos, me han ayudado y calmado los nervios, que al principio eran muchos. Porque volvía a estar en mi casa, en mi país después de ocho años fuera. No es lo mismo trabajar fuera, porque ▶▶▶

"Hubo complicidad desde el primer día que nos conocimos", dice Antonio

"Y a mí me cayó muy bien desde el principio", explica María

▶▶▶ al final no me veía mi familia, ni mis amigos, aquí era especial.

María, ¿te costó pasar de presentar en solitario a estar acompañada?

Pues mira, ha sido un paso bonito, porque a mí me gusta interactuar, conversar delante de la cámara, y a veces sí que me sentía un poco solita soltando mi discurso y pensando que a lo mejor no le importaba a nadie. Ahora no sé si le importa a Antonio, pero al menos se lo cuento.

¿La vuestra es una complicidad trabajada?

M: Hemos hecho un retiro espiritual juntos (bromea)...

A: Cositas de mayores. No, ahora en serio, creo que esa complicidad existe desde el día que nos conocimos, con el productor, que organizó una comida, una paella valenciana. Fue todo genial desde el principio, empezamos a hablar de trabajo, de la vida, del horóscopo, de tatuajes... Fue cómodo y natural.

M: A mí me llamó mucho la atención desde el principio y agradecí ese primer contacto porque también iba con un poco de respeto. Y de repente lo vi entrar y dije: "vale, un chico muy guapo, a ver qué tal". Y enseguida fluyó. A veces le hago la puñeta y no le digo cosas bonitas, pero la verdad es que me cayó muy bien desde el principio.

Parece que tenéis una forma muy parecida de ver la vida.

M: Tenemos también nuestras diferencias, pero son fáciles de resolver y las llevamos siempre al humor. Creo que los dos tenemos esta chispa de pensar en dobles sentidos, en tomarnos la vida con humor y nos reímos mucho. Hacemos un buen

María está encantada con el fichaje de Antonio. "A veces me sentía un poco solita delante de la cámara", dice.

equipo y sabemos sacar lo mejor de nosotros. A veces parece que nos leemos la mente.

¿Es duro estar los siete días en antena?

M: Bueno, solemos estar cinco, pero aunque fuesen siete, es llevadero y nos lo pasamos tan bien...

A: Además, no sé si es porque yo vengo de fuera, pero estoy con muchísimas ganas de trabajar, de hacer cosas. A mí gracias a Dios la vida me ha ido muy bien en la tele pero también he tenido que hacer otras cosas y por eso valoro cada minuto, cada segundo y cada oportunidad que me dan.

"Tuve un 2023 muy intenso, pero estoy tranquila y feliz' dice María, que se separó el año pasado.

Antonio, además tú has estado haciendo doblete

Sí, en *La vida sin filtros*, que justo ya hemos acabado de grabar. Y lo mismo te digo, ha sido maravilloso trabajar con Cristina Tárrega.

M: Que está un poco celosa de mí, añadido.

A: Es cierto. Alguna vez me ha dicho que se ponía celosa cuando nos veía juntos.

M: Cristina, tú y yo tenemos una conversación pendiente, espero que resolvamos este asunto; las dos somos valencianas y nos entenderemos.

María, estás a punto de irte de vacaciones.

Por fin después de tres años sin verano me voy dos semanitas. De todas maneras, soy muy intensa en todos los sentidos y cuando tengo dos días libres ya parece que

La valenciana está en una nueva etapa vital. "Siento que me he enamorado de mí y he crecido como persona", explica.

estoy de vacaciones y me voy a cualquier parte. Necesito muy poco tiempo para desconectar, soy así, de aprovechar al máximo.

¿Y cómo estás?

Muy bien, tranquila. He tenido un 2023 muy intenso, con mucho cambio profesional pero también personal (se refiere a que se ha separado de Vicente Tronchoni, con quien se casó en 2019) y ha sido un año enriquecedor, de crecimiento. Me quedo con un 2023 que ha sido importante en mi vida y estoy muy feliz.

¿Con ganas de disfrutar de esta nueva etapa?

Con ganas de todo en general. Creo que en los momentos vitales importantes es cuando te conoces a ti misma y siento que me he enamorado de mí y he crecido como persona. ▶▶▶



Antonio fue Mister Castellón 2002 y ese año conoció a Miguel Ángel Silvestre, uno de sus mejores amigos.



▶▶▶ **¿Y tú, Antonio?**

Yo también estoy muy feliz, porque además estoy viviendo el mejor momento de mi vida a todos los niveles. Y sentimentalmente también estoy muy feliz, me despierto tranquilo y a gusto.

¿Solo o acompañado?

Depende. A veces solo, a veces no. Pero yo, como María, estoy enamorado de mí y de la vida. Me hace feliz trabajar, tener salud y a mi familia cerca y disfrutarla.

Si echas la vista atrás, ¿te imaginabas así tu vida?

No, bueno, no lo sé. Yo estudié Informática, trabajé ocho años en una oficina, tenía un contrato indefinido... y de repente me surgió la oportunidad de participar en Mister España 2002 y las cosas fueron saliendo. Soy muy lanzado. Quizás no sea el mejor presentando o actuando, pero le he echado narices y he sabido salir de mi zona de confort, y cuando lo haces ves que hay un mundo maravilloso. Hace 20 años no sabía que iba a llegar aquí, pero vivía y hacía lo que me apetecía, y no sé que va a pasar dentro de otros 20.

Si una imagen vale más que mil palabras, estas confirman la magnífica relación de la pareja.



Y a ti María, ¿te gusta salir de tu zona de confort?

Me ha costado mucho, pero lo he trabajado. Yo soy lanzada, pero de lo que he pecado siempre es de ser poco ambiciosa. Lo confundía con algo malo y no es así. La vida me ha ido sorprendiendo y dado oportunidades bonitas, que yo he dudado si las merecía o no, porque el síndrome del impostor ha estado muy presente en mi vida. Poco a poco he sacado esa parte valiente que hay en mí y ha tenido su recompensa.

Sois una de las parejas más atractivas de la tele...

M: Bueno, a ver, es que yo tengo a mi lado a Chyanne y a mí me comparaban con Shakira... (se ríe).

A: Eh, que yo hice de doble de él en un anuncio... ¿ves la cantidad de cosas que he tenido que hacer para llegar hasta aquí?

"Quizás no sea el mejor presentando o actuando, pero le he echado narices a la vida", confiesa Antonio

¿Sois coquetos?

A: Sí, pero ¿sabes lo que pasa? Que a mí lo que me gusta es hacer el tonto y ser gracioso. A mí me gusta cuidarme, pero no para ligar.

M: Si, en eso coincidimos, no nos sentimos pibones, para nada. Y a la vista está que él lo es.

A: El físico ayuda, pero luego a las personas hay que ganárselas con tu forma de ser. Suena a típico típico pero es verdad. En mi caso he estado con chicas muy guapas y no hemos pasado de una caña y luego he tenido parejas a lo mejor menos especta-



Los dos tienen un lado gamberro y muy divertido que aflora en el momento menos pensado.

"Soy lanzada, pero de lo que he pecado siempre es de ser poco ambiciosa. Me ha costado, pero he ido sacando la parte valiente que hay en mí", reconoce María

culares pero que me gustaban muchísimo más. Es que a mí me ganan con que me hagan reír o tengan una buena conversación.

M: Yo no tengo un prototipo de hombre, pero tampoco me he fijado nunca especialmente en los que son muy muy guapos... Así que lo nuestro es imposible, Antonio, lo siento.

Por cierto, Antonio, si pudiéramos mirar tu agenda de conquistas ¿encontraríamos a muchas famosas?

Alguna ha habido. Fuera de España sobre todo, y aquí, también, aunque hace mucho tiempo. Pero como se dice, el pasado, pisado

Raquel Martínez

Fotos: Alberto Bernárdez

Muere Carlos Ferrando a los 76 años

Fue uno de los grandes nombres de la crónica rosa triunfando tanto en prensa como en radio y televisión

Tras su muerte, sus amigos se han hecho cargo de los preparativos del funeral, ya que no tenía relación con su familia.

● Hace dos años, con motivo de la publicación de su autobiografía *La delgada línea rosa*, Carlos Ferrando ofreció varias entrevistas en las que se mostraba muy feliz con la vida que había tenido y aseguraba que vivía en una soledad elegida. Sin embargo, desde entonces, apenas se le vio en público debido a los problemas de salud que arrastraba, pues no terminaba de recuperarse de una operación de hernia, y sólo mantenía contacto con un pequeño círculo de amigos íntimos, ya que no se relacionaba con la escasa familia que aún le quedaba.

Fue uno de esos íntimos, la actriz Alejandra Grepí la que se acercó a su domicilio, el martes 13 de agosto, tras varios días sin que Carlos respondiera a sus llamadas. Tras acudir a su casa, intentó entrar con su llave pero no pudo y alertada, llamó a emergencias y fueron los bomberos los que abrieron la puerta, encontrándolo "con un hilillo de vida y en estado de deshidratación, pero con pulso, pero no pudieron reanimarlo", según ha contado la actriz.

Carlos Ferrando nació en Cartagena en 1948 y con veinte años se trasladó a Madrid donde pronto contactó con personalidades del mundo del cine y de la música llegando a ser jefe de prensa de Almodóvar e Imanol Arias y secretario de Esperanza Roy. También mantuvo una gran amistad con Sara Montiel y Rocío Jurado aunque su relación se enfrió tras la boda de esta con Ortega Cano.

Su afilada lengua, le apodaban "la avispa", y su pluma brillante le llevaron a la prensa, primero como cronista de cine en *Fotogramas* y más tarde de la crónica



Sara Montiel fue una de sus grandes amigas, al igual que Rocío Jurado.

Javier Sardá le fichó para 'Crónicas marcianas', pero no terminaron en buena relación

Le apodaban "la avispa" por su afilada lengua y brillante pluma, que le granjearon más de un bofetón

rosa en *Diario 16*. De aquí dio el salto a la televisión y en 1997 empezó a aparecer como colaborador, primero en el programa *De domingo a domingo*, en Telecinco, y un año después Javier Sardá lo fichó para *Crónicas marcianas*, aunque apenas duró un año debido a la mala relación entre ambos. Desde entonces, apareció en numerosos programas, algunos al lado de su querida amiga María Teresa Campos, con quien colabo-



Ferrando con Teresa Campos, con quien colaboró en varios programas.

rá en *Cada día* en Antena 3, y en *¡Qué tiempo tan feliz!*, en Telecinco. Precisamente, Terelu Campos ha sido una de las personas que más afectadas se han mostrado por la inesperada muerte de Ferrando asegurando que se ha quedado en "estado de shock". También uno de sus íntimos amigos fue el presentador César Heinrich, que le ha escrito una emotiva carta de despedida: "Tu vida ha sido de extremos. O blanco o

negro. O todo o nada. Y así te has ido, de un día para otro y sin avisar. Sin joder a tus amigos, como tú querías. Ahora estarás con tu madre, a la que tanto adorabas. Seguro que ella, allí donde estéis, te ha recibido con los brazos abiertos. Has ayudado a mucha gente y creaste escuela en el periodismo. Vuela alto, tan alto como puedas, y por supuesto que cumpliré tu deseo de que parte de ti se quede en tu Cuba querida".

Joaquín Prat vuelve a Telecinco con 'Dinastías'

● Mediaset redobla su confianza en el presentador de *Vamos a ver* con un nuevo prime time que promete sorprender a los espectadores. Un apasionante repaso por las vidas de las sagas más importantes de nuestro país es lo que se espera de este nuevo formato producido por Tesseo producciones (*Lazos de Sangre*). En *Dinastías*, un hecho histórico, un aniversario o un acontecimiento serán el eje central del debate de los sábados dirigido por Joaquín Prat. Un grupo de expertos y parte del entorno de la dinastía que lo protagonice intentarán arrojar luz sobre esas historias de las que tanto hemos hablado. En el primer programa, los Ruiz Mateos serán los que estén bajo la lupa. La figura del patriarca del clan y todas sus ramificaciones se analizarán en el plató.



Arkano habla de su paso por 'Supervivientes': "Nos trataban mal"

● El rapero ha querido romper su silencio casi dos meses después de su vuelta de Honduras, revelando detalles inéditos de su paso por el *reality* de supervivencia de Telecinco que no han dejado indiferente a nadie: "Allí estás 24 horas al día compartiendo un trozo de coco con gente que la mayoría te cae mal. Nos trataban muy mal. En las nominaciones, te tiran pintura que huele a mierda para que huelas peor y te sientas como una mierda. *Supervivientes* es vivir un infierno diario desde que te despiertas"

Maite Galdeano y Sofía rompen su relación

● La relación de Sofía Suescun y su madre ha estallado por los aires. La *influencer* pamplonica decidía romper de raíz el vínculo con su progenitora el pasado 2 de agosto, echándola de casa y bloqueando cualquier contacto telefónico con ella. Una situación que despertaba la ira de Maite Galdeano, que no dudaba en señalar duramente a su pareja, Kiko Jiménez. "Mi hija Sofía me ha echado de casa. Todo inducida por el ser que tiene al lado. Llamé a la Guardia Civil, ese ser la tiene abducida. Mi hija está anulada mentalmente y muy sola", decía la navarra en unas declaraciones que ya han tenido consecuencias para ella. Por un lado, una demanda del propio Kiko ya que, según él, "está en juego su dignidad". Y por otro, la ruptura total con Sofía mediante un comunicado público en el que la *influencer*

La historia de las Suescun-Galdeano parece estar en un punto de no retorno. Con demandas y atestados policiales de por medio, madre e hija han roto para siempre su relación.



Con esta decisión, Sofía prioriza su relación con Kiko Jiménez frente a su madre.

cer apelaba a su salud mental: "Llevo años intentando disimular y ocultar un grave problema, pero ha llegado el momento de ser valiente y afrontarlo. He soportado comportamientos muy desagradables por parte de mi madre, basados en unos celos tóxicos e irracionales. No está bien y necesita ayuda urgente".

FLASHES

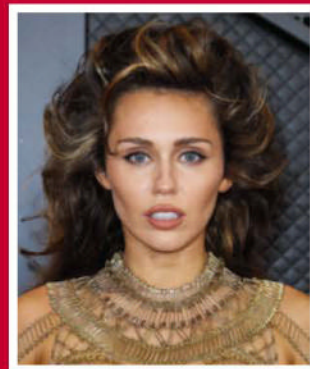
TELECINCO CONFÍA EN DANI MARTÍNEZ PARA SU NUEVA APUESTA

● El actor conducirá *The Big Show*, un nuevo formato con actuaciones musicales y sketches de humor



MILEY CYRUS HACE HISTORIA EN DISNEY

● La actriz ha sido reconocida como *Leyenda Disney* a sus 31 años tras sus éxitos al frente de la factoría *Hannah Montana*, con la que triunfó.



GERMÁN GONZÁLEZ DE TELE CINCO A TVE

● El periodista, que trabajaba hasta ahora en *El diario de Jorge*, saltará a las mañanas de Televisión Española para presentar *El Gran Premio de la Cocina*.



'El rival más débil' presenta a sus estrellas

● El concurso que triunfó a principios de los 2000 en TVE y cuya vuelta en Telecinco avanzó SEMANA hace unos meses, ya tiene su lista de famosos para esta nueva etapa en la que promete revolucionar el prime time. Actores, periodistas, deportistas, políticos y cantantes se enfrentarán a 7 rondas de preguntas que les pueden hacer ganar 50.000 euros. Entre ellos, figurarán nombres como Toni Cantó, el político Jesús Álvarez, Alaska, Samanta Villar, César Muñoz, Susana Díaz, el político y exdeportista Víctor Gutiérrez, Nicolás Coronado, Jorge Sanz, Anabel Alonso, Elena Furiase, María Adán, Leo Harlem, la influencer Soy una Pringada, Goyo Jiménez, Dioni de Camela, María Peláe, Rafa Sánchez de la Unión, Leticia Sabater o Juan Ramón Lucas.



Jesús Vázquez sufre un accidente

● El presentador ha sufrido un percance durante unos días de vacaciones en Formentera. Un golpe en el agua ha sido el causante de que sus ojos luzcan hoy morados. Jesús ha querido quitarle hierro al asunto, dejando claro que tan sólo ha sido un "accidente veraniego sin muchas consecuencias" y que continúa con normalidad sus vacaciones con Roberto, su marido.



Cuatro detenidos por la muerte de Matthew Perry

● Esta misma semana, Matthew Perry habría cumplido 55 años, pero el 28 de octubre del 2023 fue hallado muerto en su jacuzzi de Los Ángeles. La noticia conmocionó al mundo. Aunque en un primer momento parecía que se debió a una parada cardio-respiratoria, luego su autopsia reveló que se trató de una sobredosis de ketamina, sustancia a la que era adicto desde hacía décadas. En los últimos días, además, hemos conocido que hay 4 personas

detenidas y con cargos, entre ellas su asistente y su médico. En la fatídica jornada de su fallecimiento, el actor pidió a su asistente que le inyectase el analgésico hasta en tres ocasiones. Según se ha podido conocer a través de las declaraciones judiciales de su asistente, las últimas palabras de Perry fueron: "Dispárame una grande". Es decir, que le inyectase una mayor cantidad. Se estima que al actor, entre septiembre y octubre, se le distribuyeron 20 viales de ketamina.

La lista de colaboradores de Latre en su salto a Telecinco

● Ya sólo quedan unos días para que *Babylon Show*, el nuevo programa de Carlos Latre, arranque en el horario estelar de Telecinco. El humorista y sus imitaciones desembarcan en el prime time de la cadena de Fuencarral para competir contra Pablo Motos y David Broncano, pero no lo hará solo. Un elenco de 5 colaboradores lo arro-

parán en esta nueva aventura: Marta Torné, Josie, el actor Rafa Maza, el imitador y humorista Raúl Maro y la imitadora Leonor Lavado. El 'universo Babylonio' contará con un protagonista del día, al igual que su principal competidor, y analizará la actualidad desde un punto de vista basado en el humor y el 'buen rollo'.



Roberto Leal, Premio Joan Ramón Mainat 2024

● El presentador de *Pasapalabra* suma un nuevo reconocimiento a su palmarés. El FesTVal ha decidido distinguirlo con el Premio Joan Ramón Mainat en reconocimiento a su versatilidad, carisma y conexión con el público al frente de reconocidos programas de éxito. Fue en 2020 cuando le dio el espaldarazo definitivo a su carrera firmando un contrato con Atresmedia.



Chabeli habla de su 'traspié' con TVE

● La hija de Isabel Preysler regresaba a la televisión de nuestro país hace apenas un mes con *Iglesias: hermanos a la obra*. Un retorno que prometía ser todo un éxito y que resultó un fracaso. Ella ha querido analizarlo: "La productora nos dijo que sin la parte 'reality y famosos' no iba a funcionar. Hace años ya se hizo y no funcionó. Si lo hubiera sabido, me lo hubiera pensado mejor"

La actriz está inmersa junto a su chico, Juan Antonio, en un proyecto solidario relacionado con los animanles.

Adriana Ugarte, tras instalarse en Cantabria: "Fue un cambio profundo"

Desde Tánger, dónde está pasando unos días, la actriz nos habla del momento vital que está viviendo



LOS últimos años han estado llenos de cambios para Adriana Ugarte (39). Tras trasladarse hace dos años al campo de Cantabria junto a su pareja, el adiestrador y psicólogo canino, Juan Antonio Rosas, la actriz presume encontrarse en uno de los momentos más felices y equilibrados de su vida aunque, eso sí, nos confiesa que los principios fueron muy duros.

Desde Tánger, donde se encuentra realizando un proyecto solidario, SEMANA ha charlado con la popular actriz para que nos cuente el momento vital que está viviendo.

Estás de vacaciones junto a tu pareja, Juan Antonio, para realizar un proyecto solidario relacionado con los animales.

Siempre hemos estado vinculados a la ayuda animal. Este proyecto consiste en llevar a cabo una campaña de esterilización masiva de gatos en las calles de Tánger. Hice la formación de auxiliar veterinaria y pude ejercer en una clínica así que la ilusión es implicarme del todo en este proyecto.

La serie *El tiempo entre costuras* se rodó aquí y su emisión en España se convirtió en un fenómeno televisivo. ¿En Tánger el público te reconoce?

La gente no me reconoce por la calle, pero sí turistas españoles.

Abandonar Madrid y trasladarte al campo de Cantabria no tuvo que ser una decisión fácil.

Fue un cambio profundo.

Ya vivíamos en la sierra de Madrid, pero esto fue una incursión intensa en la vida rural cántabra. Ha tenido momentos complicados, a ratos se ha hecho difícil. Ha sido una época de mucho aprendizaje. Así que me siento muy agradecida.

Compartir tu vida con Juan Antonio tendrá que ver con todo eso que nos cuentas.

Compartir nuestra vida, nos transforma y nos enriquece, por supuesto. Cuanto más íntimas son las relaciones más retadoras se vuelven. Siento que más nos confrontan. Muchas veces exigimos o esperamos de otra persona, cuidados o una protección que nosotros no nos proporcionamos.

La actriz está a punto de estrenar su nueva película. Una obra relacionada con el cáncer y cómo afecta a las familias

Nadie está en nuestra vida para salvarnos. A nadie le podemos cargar con esta responsabilidad. Lo ideal es convivir como cómplices que desean profundamente la felicidad del otro.

Vuelves al cine con una peli sobre el cáncer.

Sí, es una peli que narra cómo el enfermo decide vivir el cáncer y en qué situación deja a sus seres queridos.

Texto: Amparo de la Gama

Fotos: Ismael Begdourii

Agradecimiento: Hotel La Maison Blanche (Tánger, Marruecos)

www.lamaisonblanchetanger.com



Tomar la decisión de irse a vivir con su chico a Cantabria le supuso vivir momentos complicados.



Adriana posa durante la sesión de fotos en el impresionante Hotel La Maison de Tánger.

Alessandro Lequio se relaja con su pequeña Ena

La familia está pasando parte de sus vacaciones en las Rías Baixas, donde la mujer de Lequio tiene una casa familiar

UN año más, las costas gallegas han sido las elegidas por Alessandro Lequio (64) y María Palacios (48) para pasar parte de sus vacaciones de verano. Con ellos, está su hija, Ginevra, que precisamente en estas fechas, el 17 de agosto, ha celebrado su octavo cumpleaños.

La familia de María está muy vinculada con las Rías Baixas, donde tienen una residencia desde hace años, y ese es el lugar que la pareja suele elegir para desconectar. A veces, coinciden algunos días con los hermanos y sobrinos de María, por lo que Ginevra puede divertirse con los primos de su edad.

Pero, en esta ocasión, vimos a la niña bajando a la playa de Nigrán con su padre, que la está enseñando a hacer surf. Tras el baño, Alessandro estuvo muy pendiente de su hija y juntos

regresaron a la casa familiar donde los esperaba María. Además de relajarse en las costas gallegas, a la pareja le encanta hacer turismo por los alrededores y recorrer algunos restaurantes de la zona para disfrutar de la rica gastronomía.

Bajar la intensidad

Junto a su pequeña, Lequio se muestra de lo más relajado, algo que sin duda le viene muy bien, ya que antes de irse de vacaciones comentó que se había llevado un pequeño disgusto de salud tras recibir los resultados de unos recientes análisis médicos: "Tengo el colesterol un poco alto... Tengo que bajar la intensidad", ha contado, quizá haciendo referencia a sus enérgicos alegatos en su papel de comentarista en *Vamos a ver*, el magacín matinal de Telecinco.

Fotos: Agencias



Tras estos días, Alessandro volverá a su papel de colaborador en *Vamos a ver*.

Lequio, muy pendiente de la pequeña.



Lequio y María Palacios llevan 25 años de relación, los últimos 16 casados, aunque en 2007 tuvieron una grave crisis que finalmente superaron

Ginevra, a la que familiarmente llaman Ena, celebró su octavo cumpleaños el pasado 17 de agosto.



ANA OBREGÓN, TAMBIÉN DE VACACIONES CON SU NIÑA



Ana Obregón empezó el verano con un **problemilla de salud** pero ya está de vacaciones con Ana Sandra en su querida Mallorca: "Rumbo al aeropuerto después de que Anita y yo superáramos un Covid. A vivir el verano por segunda vez en mi vida de la mano de mi angelito. La primera fue con mi Aless, el amor de mi vida". la presentadora posó con un **look** a juego con su pequeña, de 17 meses.

Morata y Alice dan los detalles de su ruptura: "Estamos destrozados"

La pareja ha querido poner freno a todas las especulaciones tras el fin de su matrimonio

HA sido, sin duda, la ruptura del verano. Imprevista, sorprendente y cargada de incógnitas. Desde el primer momento tenía todos los ingredientes para captar la atención de los millones de seguidores que reúnen Álvaro Morata (31) y Alice Campello (29) a lo largo y ancho del mundo.

La pareja tomaba la delantera a los rumores y emitían sendos comunicados que, pese a que estaban redactados con la intención de ejercer como freno a los rumores de infidelidad, no hicieron más que avivar la llama de la especulación. Una situación que llevó al flamante delantero del Milán a romper su silencio tras confirmarse la separación, dejando claro que en la ruptura "no habrá marcha atrás" y acabando de un plumazo con los vaticinios de reconciliación: "Estoy destrozado, como ella, he huido de España porque no puedo más con la presión y las críticas. Estoy cansado de que se diga que he sido infiel a Alice, porque ni siquiera fui a la fiesta de la





AL LADO DE SUS HIJOS

Tanto el futbolista como la influencer tienen muy claro que van a seguir manteniendo una buena relación por el bien de sus cuatro hijos.

Dos maneras de enfocar la ruptura: Morata da por terminada la relación, mientras que el entorno de Alice afirma que ella tiene esperanzas de una reconciliación

Selección para que no surgiesen este tipo de rumores. La separación es una decisión que hemos tomado los dos. Ambos teníamos una cosa clara, y es que no queríamos que nuestros hijos vieran a una pareja enfrentada todos los días. Yo lo tengo muy claro, la relación está terminada. Otra cosa es que tengamos buena relación por nuestros cuatro hijos", dijo en *D Corazón*, de TVE.

Alice se rompe

Según ha podido saber SEMANA por el entorno de la italiana, ella todavía guarda la esperanza de poder retomar su historia de amor en el futuro. Para Alice esta situación está siendo muy complicada. El proyecto de familia que creo con Álvaro se ha roto en un par de se-

manas debido a un "desgaste desde hace un año": "Somos dos personas muy jóvenes y, a veces, hemos sido muy inmaduros a la hora de gestionar determinadas situaciones. No ha sido fácil, hemos formado una familia joven, son muchos hijos, mucha inestabilidad de estar en un país y en otro. Mis depresiones posparto han influido, las depresiones de él también, lo cual no nos ha permitido gestionar bien determinadas situaciones entre nosotros. El amor no se acaba de un día para otro, nos queremos infinito, nos respetamos una barbaridad, pero nos estábamos consumiendo. Sólo el tiempo dirá", ha dicho Alice.

Solo unos días después de estas declaraciones, se la veía llorando, sola y desconsolada,

en las inmediaciones del Estadio Santiago Bernabéu, en Madrid.

Dos destinos

Una misma ruptura y dos formas de enfocarla. Mientras Álvaro está en Italia para intentar cicatrizar las heridas y pasar página lo más pronto posible, Alice continúa en España con sus cuatro hijos a la espera de que el tiempo sane todo lo que ha ocurrido entre los dos. Eso sí, en lo que coinciden ambos tras la separación es que continúan manteniendo un contacto diario por los cuatro hijos que tienen en común (la última de año y medio).

Sólo el tiempo dirá si su historia de amor tendrá un nuevo capítulo por escribir o si ambos se mantendrán firmes en su decisión y empezarán un nuevo libro. ■

Edurne y David de Gea inician su nueva vida en Florencia

Tras el fichaje del portero por el equipo toscano, la cantante vivirá a caballo entre Italia y Madrid



La pareja posó con la ciudad de Florencia al fondo.



TRAS su fichaje por la Fiorentina para esta temporada futbolística, David de Gea (33) ya se encuentra en Florencia instalado en su nueva vida junto a su familia. Precisamente, ha sido su mujer, Edurne (38), la que ha dado a conocer sus primeras impresiones de la bella ciudad italiana que, nada más llegar han recorrido como si fueran dos turistas. "Te mereces todo lo mejor del mundo! Muy feliz por ti amore mío!! Siempre contigo,

te amo", han sido las románticas palabras que la cantante le ha dedicado a su marido nada más pisar tierras italianas.

El matrimonio estuvo paseando por el centro de la ciudad, se hicieron fotos junto a los monumentos más emblemáticos, como la catedral de Santa María del Fiore y el Ponte Vecchio, comieron en un típico restaurante de comida toscana (pidieron pasta a la carbonara), se tomaron un helado en una famosa heladería arte-



Edurne y David estuvieron haciendo turismo por la ciudad.

sana e incluso, Edurne fue reconocida por algunas fans emocionadas y la pareja no tuvo ningún problema en posar con ellas.

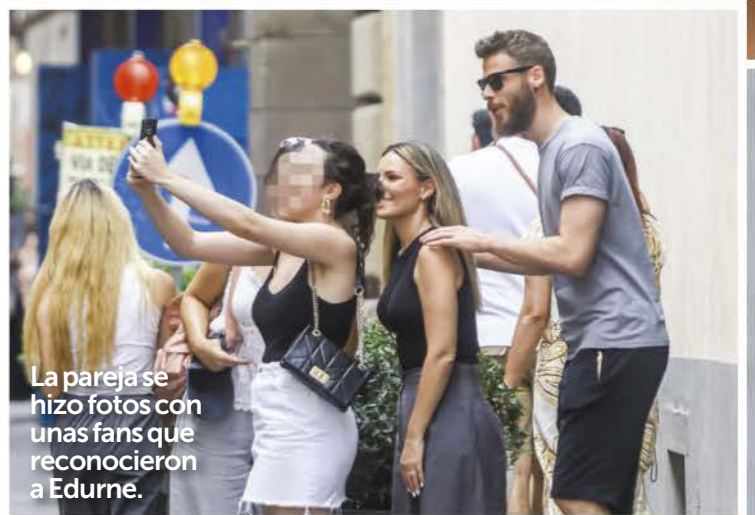
Entre dos ciudades

David de Gea se ha trasladado a Italia tras trece años viviendo en Inglaterra jugando en el Manchester y tras un año sin equipo. Durante este tiempo, Edurne vivió a caballo entre la ciudad inglesa y Madrid, donde tenía que atender sus compromisos de trabajo, por ejemplo como

jurado de *Got Talent*, que ya ha dejado, y también sus conciertos.

Seguramente, esta misma rutina tendrá ahora, ya que la cantante ya tiene listo un nuevo trabajo discográfico y todavía tiene algunos conciertos pendientes de su gira de verano. Además, su hija, Yanai, que cumplió tres años el pasado marzo, empezará a ir al colegio y su mamá tendrá que estar muy pendiente de ella.

Fotos: Agencias



La pareja se hizo fotos con unas fans que reconocieron a Edurne.

Lara Álvarez, una sirena en el mar de Palma de Mallorca

La presentadora, que se encuentra disfrutando de sus últimos días de vacaciones antes de volver a su nuevo trabajo, se mostró de lo más relajada en compañía de una amiga

COMO una sirena. Así se lo está pasando Lara Álvarez en aguas mallorquinas. La periodista está disfrutando de sus últimas semanas de vacaciones antes de incorporarse al trabajo en compañía de una buena amiga y, a juzgar por las imágenes, le está sacando el máximo partido.

Mar y deporte

Se encuentra feliz y no lo oculta. La gijonesa está aprovechando al máximo y no ha parado de trasladarse de una punta a otra. Tras pasar unos días en su querida Gijón para visitar a su familia y disfrutar en el campo en compañía de sus mascotas, la presentadora se ha trasladado hasta Palma de Mallorca para disfrutar del mar y ponerse al día con una de sus grandes amigas.

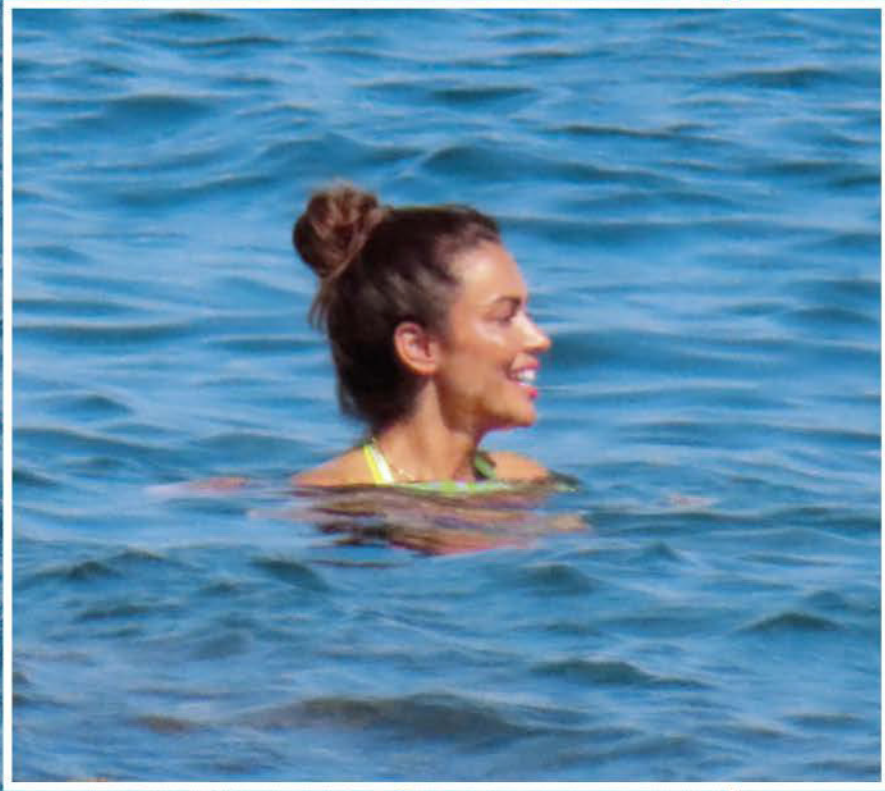
Tras abandonar Mediaset hace algo más de un año

Lara Álvarez ha vuelto a sonreír gracias a su nuevo trabajo en Televisión Española, *La Conexión*. Un concurso cultural que todavía no tiene fecha de estreno pero con el que Lara espera triunfar de cara a la nueva temporada.

Abierta al amor

Baños en el mar, risas al borde de la orilla de la playa con una amiga, paseo en barco... En definitiva, unas merecidas vacaciones en las que la periodista quiso confesar a los compañeros de prensa que está disfrutando con el corazón totalmente libre. "Ahora mismo estoy bien así, pero no estoy cerrada al amor, estoy siempre abierta", contó con su habitual sonrisa. Unas declaraciones que vienen a confirmar su ruptura con Antonio Teixeira. Pese a todo, el verano no ha terminado y, por tanto, las esperanzas de un amor veraniego tampoco. ■

La presentadora viajó hasta Palma de Mallorca para darse un chapuzón en el mar y disfrutar de la compañía de una buena amiga



UN CUERPO DE INFARTO

Las aguas de Palma de Mallorca fueron testigo del espectacular cuerpo de la presentadora. Aficionada al deporte, Lara Álvarez puede presumir de tener un físico envidiable y, en compañía de una buena amiga, se bañó y disfrutó de un día de playa.



Aitana y María Bernardeau, excuñadas muy bien avenidas

La cantante y la hermana de su ex, el actor Miguel Bernardeau, disfrutaron de un día de amigas en el mar



La cantante
mostró su
magnífica
figura en
biquini.



EN su verano sentimental más tumultuoso, Aitana (25) se relaja al sol de Ibiza.

La cantante ha disfrutado de una jornada marinera con un grupo de amigas, entre las que destacaba la presencia de María Bernardeau, la hija de Ana Duato y hermana del actor Miguel Bernardeau, con quien Aitana estuvo saliendo desde 2018 a finales de 2022.

Charlando y muy sonrientes, Aitana y María demostraron que continúan teniendo una magnífica relación, aunque ya no sean 'familia'. Durante los años que Miguel y la cantante estuvieron juntos, esta fue un miembro más del clan Bernardeau-Duato, compartiendo jornadas familiares, vacaciones y estableciendo unos especiales lazos con la que fue su cuñada, que los avatares de la vida no han conseguido romper.

Nueva ilusión

Aunque encantada con su relajado plan de amigas, en la isla pitiusa la cantante también ha disfrutado de su nueva ilusión.

Como publicó SEMANA en exclusiva, Aitana ha pasado unos días junto al modelo y empresario catalán Biel Yuste, con quien ya se la relacionó a principios de este año durante su primera ruptura con Sebastián Yatra.

Juntos han disfrutado de momentos de gran complicidad, con abrazos y besos incluidos, que solo el tiempo dirá si finalmente se consolida en una historia de amor en toda regla que sustituya al cantante colombiano.

Mientras tanto, las amigas son la mejor compañía para seguir viviendo a tope el verano en las playas de Ibiza.

Fotos: Agencias



Aitana y María pasaron junto a unas amigas un día en un barco en Ibiza, donde ambas están de vacaciones.



Aitana y María siguen teniendo una gran relación aunque la cantante rompió con Miguel hace casi dos años.

PARAÍSO

Tamara Falcó e Iñigo Onieva: pasión en las islas Seychelles

La marquesa de Griñón ha abierto su álbum de fotos más sensual en la última parada de sus vacaciones junto a su marido



Tamara e Iñigo han mostrado su cara más relajada y romántica durante estas vacaciones.

La hija de Isabel Preysler disfrutó de un exótico cóctel en su exclusivo resort de cinco estrellas.




COMIÉNDOSE a besos como nunca antes los habíamos visto, Tamara Falcó e Iñigo Onieva han disfrutado de sus vacaciones en las islas Seychelles, situadas en la costa oriental de África. La hija de Isabel Preysler ha sacado a relucir su lado más natural y no le ha importado mostrarse así de cariñosa con su marido.

Con estas imágenes Tamara e Iñigo dejan claro que su matrimonio sigue viento en popa y que estas vacaciones se están convirtiendo


en un auténtico remanso de paz y romanticismo para ambos. La marquesa de Griñón y el empresario se encuentran en Seychelles, un paraíso tropical en el que están disfrutando de numerosas actividades alojados en el resort más exclusivo de la isla.

Segunda luna de miel

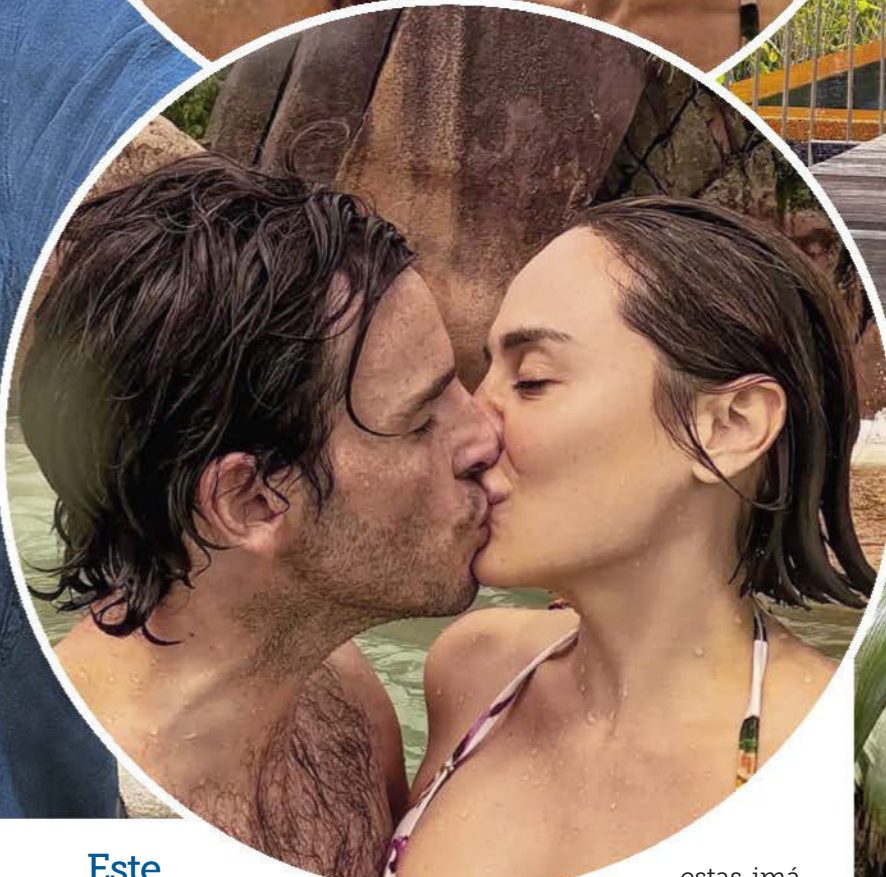
Este viaje está siendo una auténtica luna de miel para el matrimonio. La marquesa de Griñón ha dejado atrás la imagen de mujer distante y reservada, para dejar lugar a



La pareja ha elegido una espectacular villa para hospedarse en su destino.



La marquesa de Griñón y el empresario protagonizaron un apasionado beso demostrando así el buen momento que están pasando



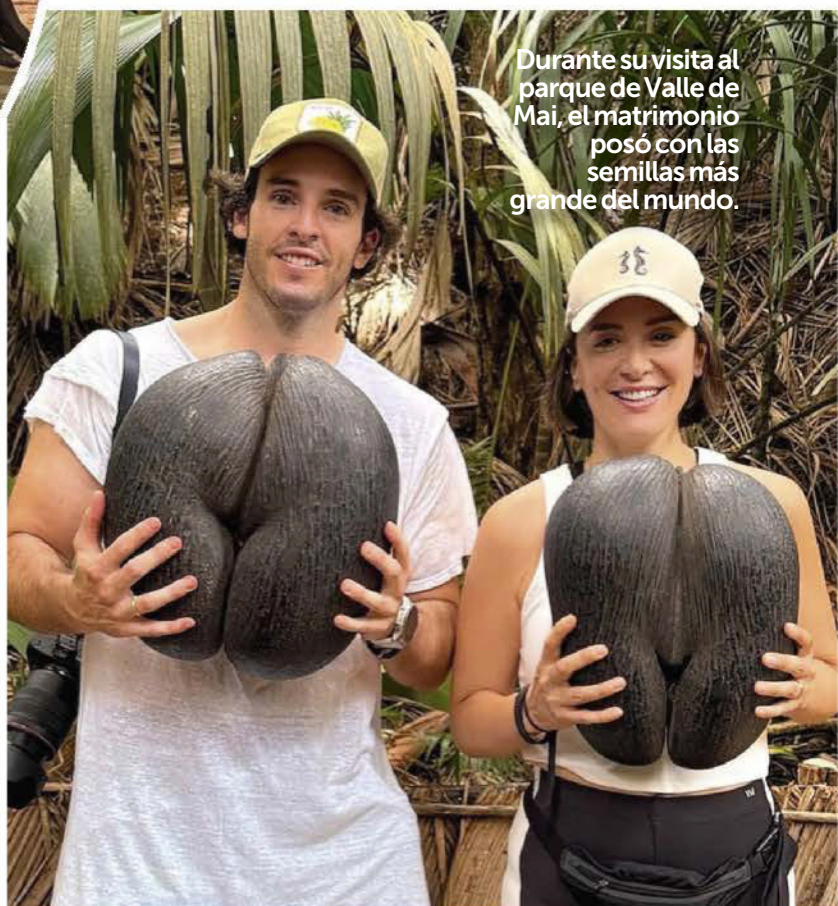
Durante su visita al parque de Valle de Mai, el matrimonio posó con las semillas más grande del mundo.

Este otoño veremos a la hija de Isabel Preysler en su esperado debut como jurado del concurso 'Got Talent'

una Tamara totalmente espontánea y cariñosa. La joven ya no quiere esconder sus sentimientos y ha decidido mostrar su parte más romántica. Está enamorada y, tal y como se muestran en

estas imágenes, está viviendo una nueva juventud en compañía de su marido.

Un divertido viaje en el que ambos han posado con las semillas más grandes del mundo durante su visita al parque de Valle de Mai, patrimonio de la Unesco. Ha sido un año muy intenso para ambos, ya que no han parado de trabajar, él con la apertura de su nuevo restaurante y ella con sus contratos en televisión, y este viaje seguro que les habrá llenado de energía. ■





El Príncipe Felipe y Eva, con una copa en la mano, juntos durante el baile nupcial de los príncipes noruegos.

Eva Sannum: el día del principio del fin

Hace 23 años un llamativo vestido azul rompió el noviazgo entre la modelo noruega y Felipe de Borbón



EL 25 de agosto de 2001 los ojos estaban puestos en Oslo. En la catedral de Nuestro Salvador de la capital noruega se daban el 'sí, quiero' el príncipe Haakon, heredero al trono, con Mette-Marit, una joven con una 'pasado salvaje' que no contaba con el apoyo de todos en el país nórdico. Fue, sin duda, la boda del triunfo del amor romántico, que tuvo otra inesperada protagonista, especialmente para los españoles.

Entre los invitados no podía faltar la Familia Real de nuestro país, con una elegantísima Reina Sofía del brazo del Príncipe Felipe, gran amigo del novio, y muy atractivo luciendo un frac de gran etiqueta de la Armada con sus condecoraciones. ▶▶▶



Eva llegó a la catedral con un espectacular vestido de Nora Farah, que no contó con la aprobación de los monárquicos más conservadores.



PRESENTACIÓN OFICIAL

Se habían conocido en 1997, pero fue en la boda de Haakon y Mette-Marit donde se hizo la 'presentación oficial' ante los ojos de la Reina Sofía.

▶▶▶ Pero allí también estaba la otra mujer de la vida de Felipe: Eva Sannum, su novia de entonces. No se había anunciado oficialmente su noviazgo (en la realeza solo se anuncian los compromisos), pero desde finales de 1997 era conocido por todos que el futuro Rey de España estaba enamorado de una atractiva y joven noruega que estudiaba en Madrid, a la vez que hacía sus pinitos como modelo.

Negativa de los padres

Esta relación no estaba bien vista por sus padres, los entonces Reyes Juan Carlos y Sofía, ni por parte de la sociedad monárquica, quienes no la consideraban la candidata ideal. Por ello, su asistencia al enlace de Haakon y Mette-Marit, en el que iba a coincidir con su 'suegra',

Eva Sannum no contaba con la aprobación de los Reyes Juan Carlos y Sofía, quienes no la consideraban la candidata ideal

parecía el golpe definitivo que buscaba Felipe para que su novia fuera aceptada. De una boda sale otra boda, pensaría un enamorado Felipe soñando que su futuro fuera como el de su colega noruego. Aunque en este caso no pudo estar más equivocado, y de una boda nació el principio de una ruptura.

Eva Sannum tenía que pasar la prueba de fuego no solo ante toda la realeza, también ante todos los medios que tenían su foco en ella. Seguro que durante mucho tiempo ensayó una perfecta puesta en escena, pero la joven no midió hasta qué punto la realeza de entonces



Eva Sannum no pasó el examen en la boda noruega en 2001: su vestido era demasiado escotado y se fotografió con una copa de coñac en la mano

En diciembre de ese mismo año, aprovechando un encuentro con periodistas en Zarzuela por Navidad, el Príncipe Felipe anunció la ruptura

El Príncipe Felipe quedó destrozado tras la dolorosa ruptura con Eva Sannum.



vivía todavía con unos protocolos y tradiciones muy conservadoras que solo se rompieron con la llegada de la nueva generación de royals consortes, con Mette-Marit a la cabeza.

Un vestido fallido

Sannum hizo su espectacular aparición en la catedral de Oslo como una radiante princesa adelantada a su tiempo. Lo hizo de azul, quizás un intencionado guiño al color royal Borbón, pero con un vestido que rompía con todos los cánones que se esperaban entonces para la prometida plebeya de un príncipe.

Un diseño largo, como dictaba el protocolo de la boda, en raso de seda con cuello halter del que nacía un pronunciadísimo escote en uve, con la espalda al aire cruzada con dos finos cordones y falda de vuelo. Para cumplir con las normas de una celebración religiosa, en la catedral se cubrió con un chal a juego y unos guantes hasta los codos, también en el mismo tono, que combinaban con el bolso saco.

Una presencia impresionante, que, sin em- ▶▶▶



ESTUDIANTE Y MODELO

Durante su estancia de estudiante en Madrid, Eva hizo sus pinitos como modelo en la agencia de Carlos Mundi, a través de quien conoció al Príncipe.



La pareja disfrutando de un día en el pantano de San Juan, a las afueras de Madrid.



Algunos de sus encuentros eran en la casa de los hermanos Fuster, íntimos de él.





SIN RENCOR

Tras anunciarse su ruptura, Eva volvió a su país y rehizo su vida en Oslo, comenzando a trabajar como publicista. Dejó atrás sus años con el entonces príncipe sin rencor y guardándole un gran cariño.

▶▶▶ bargo, resultó muy inapropiada para una gran sector de la prensa y la sociedad. Excesiva piel a la vista para la futura reina consorte de España pensaron muchos. La realidad es que eran otros tiempos.

Para afear todavía más la elección de Sannum, en ese momento se hizo hincapié

en la perfecta elección de Doña Sofía. La madre de Felipe había optado por un vestido gris perla de la colección de Alta Costura Primavera-Verano 1998 de Valentino, confeccionado en gasa con detalles bordados de pedrería, al que se le había añadido, a petición de la soberana, unas mangas y un cuello más ce-

rrado que el que se presentó en la pasarela, para hacerlo más adecuado al estilo de la Reina.

Unos estilismos que fueron la cara y la cruz y que sirvieron para afianzar la opinión de aquellos que pensaban que Eva Sannum no estaba preparada para el papel de reina consorte.

Pero no solo la elección estilística jugó ese día en contra de Sannum. Durante la celebración del banquete tuvo otro 'desliz' que fue duramente criticado.

En la ceremonia religiosa el protocolo mantuvo a la pareja separada. El Príncipe Felipe en los primeros bancos con su madre y Eva en la

parte de atrás del templo. Sin embargo, cuando llegó el banquete los enamorados ya pudieron juntarse.

Fue entonces, durante el baile nupcial, cuando se les fotografió sonrientes y cómplices. ¿El nuevo problema? Que Eva sujetaba en sus manos una copa de coñac (parece que el Príncipe también la tenía pero la cabeza de un invitado la tapaba en la foto). De nuevo otro punto negativo más para la noruega.

A partir de ese momento las críticas a la figura de Sannun fueron todavía más furibundas. Incluso se asegura que a la Reina Sofía también le disgustó la actuación de la novia de su hijo... Y comenzó el principio del fin.

La ruptura

Cuatro meses después Felipe dio a conocer la dolorosa noticia, que le dejó destrozado.

Aprovechó la visita de los periodistas a Zarzuela por Navidad para soltar la bomba: "Sabía que estabais aquí y he venido a saludaros y a contaros que Eva y yo hemos decidido acabar con nuestra relación. Por razones estrictamente personales y particulares, cada uno seguirá su camino en la vida. La decisión ha sido tomada libremente de mutuo acuerdo".

También alabó a la que había sido su novia: "Espero que Eva y yo sigamos siendo amigos. Sus cualidades son numerosas y quiero destacar algunas: su fortaleza, dignidad, sensibilidad, capacidad de superación... Y no sigo porque nunca dejaría de hablar".

El resto ya es historia. Ambos han formado familias felices y de esos tiempos solo queda un bonito recuerdo. Ni siquiera el famoso vestido ha sobrevivido. Eva aseguró que años después se lo dejó a una amiga para una fiesta en Estambul y que nunca se lo devolvió. ■

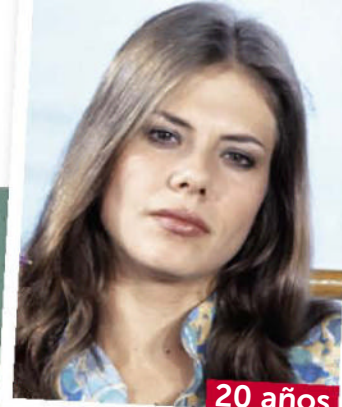


FAMILIA FELIZ

Eva es hoy una reconocida publicista y consultora de comunicación. Vive en un palacete del siglo XIX valorado en más de un millón y medio de euros en el barrio Fagerborg de Oslo junto a su pareja, el también publicista Torgier Vierdal, y sus dos hijos. La familia es una enamorada de las islas baleares, que visitan con frecuencia durante las vacaciones de verano.

Mari Cruz Soriano

Fue uno de los rostros más queridos de la televisión de finales de los años 70 y la década de los ochenta, con su inconfundible melena rubia y su piano, llegando a vender millones de copias de su disco *Caja de música*, publicado en 1979. Mari Cruz Soriano nació en Portugalete (Vizcaya) el 23 de agosto de 1955 y su carrera periodística empezó en la radio pero pronto dio el salto a la televisión presentando famosos programas de la época como *Gente hoy*, además del Festival de la OTI, de 1977, el de Eurovisión de 1980 y el de Benidorm en 1981. También pudo demostrar sus dotes de pianista en programas musicales como *Blanco y negro* y *Así como suena*. Tras unos años alejada del medio, fichó por la Cope donde conoció al político Juan Alberto Belloch con quien se casó en 2002. Mari Cruz tiene dos hijas de un matrimonio anterior.



Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

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

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

DOCUMENTACIÓN: Rocío Moreno y Francisco José de Pablo.

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

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:
Avda. de Burgos, 16D - 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.
Directora general: Ariadna Hernández.
Directora comercial nacional de revistas femeninas: Maria del Mar Casals.
Director de negocio digital: Serafín González.
Subdirector de estrategia comercial digital: Iván Lorente.
Soluciones implementación de publicidad digital: Alicia Cortés.

Madrid y norte
Directora de publicidad: Belén González.
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.
Teléfono: 91 510 66 00

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

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información

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

SEMANA TAMBIÉN EN:

www.orby.es www.kioskomas.com www.zinio.com

TE REGALA*

el coleccionable de cocina
con lo mejor de nuestra gastronomía

NUESTRA MEJOR
COCINA

Descubre la gastronomía provincia a provincia

Fascículo 34



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

NAVARRA

La Comunidad Foral se distingue por su variedad paisajística y también por certificaciones de calidad, que aseguran la mejor materia prima en la cocina.

SEMANA



Trucha a la navarra

4 raciones 30 minutos

Ingredientes:

- 4 truchas escocadas y abiertas
- 8 lonchas de jamón curado
- 1/2 litro de vino blanco
- 1 litro de agua
- aceite de oliva
- sal
- plátano negro maduro
- 100 ml de vino blanco

Preparación:

En primer lugar, precalentamos el horno a 200 °C, y mientras hacemos el resto de la receta. Limpiamos las truchas ya escocadas y colocamos un par de lonchas de jamón en el interior de cada una. Cerramos con ayuda de unos palillos para que no se saigan.

En un sartén grande, durante solo un minuto por cada lado, de modo que la piel quede crujiente y, al comerlas, se desprenda fácilmente.

Una vez listas, colocamos en un plato de horno y echamos por encima el panal y el aceite de ajo bien picado y el vino blanco. Metemos en el horno y cocinamos durante 15 minutos. Retiramos los palillos y servimos de inmediato.

En los ríos de la Comunidad Foral es especialmente abundante este pescado. Aunque solo se puede trufar, al panal por el horno después queda más jugoso.

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

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 34

avet



Algodón.
Sin costuras.
Ajuste óptimo,
mejor confort,
mayor durabilidad.

Coton.
Sans couture.
Ajustement optimal,
meilleur confort,
durabilité accrue.

Cotton.
Seamless.
Optimal fit, better
comfort, increased
durability.

