



La boda de Marta Luisa de Noruega y el chamán Durek Verret



Dolor y lágrimas en el último adiós a **CARITINA GOYANES**



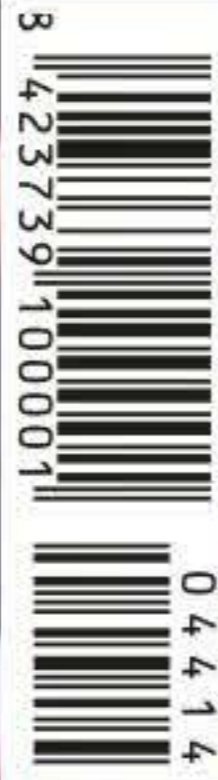
EXCLUSIVA

**PAOLA OLMEDO,
LA EXNUERA DE
CARMEN BORREGO**

**Rompe su silencio
"Hay cosas que
nunca voy a
perdonar"**



La boda 'real' que une al Rey Felipe y la Infanta Cristina



Albania: 7€; Bélgica: 5€; Filipinas: 8,90€; Francia: 5,50€; Reino Unido: 5,30€; Italia: 4,60€; Luxemburgo: 5,50€; Portugal: 2,70€; Suiza: 9 F.S.

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 20
LA PRINCESA LEONOR ENTRA EN LA ARMADA



PÁGINA 80
RODOLFO SANCHO ANTE EL CALVARIO DE SU HIJO

y además no te pierdas...



estilo y vida



Fascículo 35

*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

PÁGINA 84
TODOS SOBRE EL FESTIVAL DE CINE DE VENECIA



- 4 Paola Olmedo,** la exnuera de Carmen Borrego, rompe su silencio.
- 14 Marta Luisa de Noruega** da el 'si quiero' a su chamán.
- 22 El Rey Felipe y la Infanta Cristina,** juntos de boda.
- 26 Letizia,** la reina de París.
- 32 Caritina Goyanes,** dolor y lágrimas en su último adiós.
- 38 Sara Carbonero** se despide del verano en buena compañía.
- 40 Pepe Rodríguez** apura los últimos días de vacaciones.

- 42 Elena Tablada** se escapa a Ibiza con su amiga Arantxa de Benito.
- 44 Naomi Campbell** enamorada de un Dj alemán.
- 66 Luján Argüelles:** "La relación que tienes con un hijo es la más importante"
- 76 Ana Obregón** vende su casa de Mallorca.
- 92 Mar Flores y Cayetano de Alba,** 25 años de la ruptura más turbulenta.
- 98 Así hemos cambiado:** Marta Luisa de Noruega.

CONTUNDENTE



Paola Olmedo: rompe su silencio: "Jamás juzgaría a Carmen como madre"

La exmujer de José Almoguera quiere defenderse de las críticas: "El tiempo pone las cosas en su sitio"

DICE que le han colgado el sambenito de "la mala de la película" y que no hay nada que haga o diga que pueda hacer que se lo quiten. Pero en SEMANA la hemos invitado a que al menos lo intente y con esta entrevista Paola Olmedo, exnuera de Carmen Borrego, pretende contar cómo ha sido su relación con el clan Campos y desvelar, por fin, si tiene o no una guerra

abierta con su exsuegra. "Nunca hemos tenido ningún conflicto. Nos llevábamos bien hasta que vendió mi embarazo", se queja.

Paola también nos habla de cómo está actualmente su relación con José Almoguera, cinco meses después de decidir poner fin a su corto matrimonio. Nos asegura que verle con otra mujer no solo no le ha dolido, sino que para ella ha sido una satisfacción comprobar cómo todos aquellos que los acusaron a ella y a José de montajistas ahora "tienen que tragarse sus palabras".

Porque "el tiempo pone las cosas en su sitio", sentencia.

Y precisamente el tiempo es lo que también le da la razón a Paola ante todos aquellos que la acusan de manipular a su exmarido y ponerlo en contra de su madre. Entre ellos, la propia Car-

men Borrego. "Si yo lo manipulo, ¿por qué ahora que no está conmigo sigue sin hablarse con ella?", dice con gesto desafiante.

Clara, serena y con cierto aire retador, Paola rompe su silencio para responder a la que fue su suegra. Se resigna: "Siempre tendré el papel de bruja".

"Si algo no me gusta yo me hago a un lado, pero no obligo a nadie a que se separe de nadie", aclara Paola

Paola, ¿Cómo estás?

Bien, tranquila.

¿Cómo has pasado el verano? El primero soltera...

Lo he aprovechado mucho. He exprimido el tiempo. He vuelto a hacer las cosas que a mí me gustan, como por ejemplo viajar. Me encanta viajar y me dejo mucho llevar.

Soy una persona muy espontánea y me apunto a todo. Siempre digo sí cuando me invitan a un plan. Y echaba mucho de menos estos veranos.

¿Por qué?

Porque mi historia con José fue muy rápida y enseguida me centré completamente en mi relación y en el proyecto que construimos juntos. Yo misma me eché a un lado y este verano me he dado cuenta de cuánto echaba de menos viajar, estar con mis amigas...

¿En este tiempo has podido reflexionar sobre todo lo que ha ocurrido?

Sí, por supuesto. Pero te digo más: yo ya lo tenía muy reflexionado incluso antes de que se produjese la ruptura. Yo me preparé para el dolor porque sabía que iba a ser duro. Yo ya sé, por desgracia, lo que supone fracasar con una pareja y por eso también sabía que me iba a doler. ▶▶▶



►►► **¿Pero ahora estás más tranquila que cuando nos vimos por última vez?**

Muchísimo más. Ahora soy yo sola y solo tengo que rendir cuentas ante mí. Mi tranquilidad ya no depende de nadie y para mí eso es lo más importante.

¿Es que con José no vivías tranquila? ¿Por qué?

Es que es un chico muy inmaduro. Yo no puedo estar con alguien a quien le tengo que indicar si está o no actuando bien, si me está haciendo daño... Creo que son cosas obvias que él debería haber visto. Ya tenía una familia y debía centrarse, solo eso. Pero asumo que yo ya tenía dos hijos y eso también exige una madurez que no es fácil. Él solo tenía 31 años, no tenía preocupaciones en su vida... Teníamos ritmos de vida diferentes y no digo que él no fuese una buena pareja, pero no es para mí. Él necesita una chica como él porque yo no quiero hacer cambiar a nadie.

"José es un chico muy inmaduro. Yo no puedo estar con alguien a quien le tengo que indicar si está o no actuando bien"

¿Cómo es actualmente tu relación con José?

Es una relación normal, cordial. Tenemos contacto. Aún ha pasado poco tiempo y lo normal es que él necesite su tiempo y yo el mío. Hemos hablado de ser amigos, pero necesitamos un pelín más de tiempo los dos, tenemos que aceptar que ya no volveremos a ser lo que fuimos y que tenemos que aprender a querernos de otra manera. Yo creo y además tengo la

experiencia, que no solo se puede querer como pareja. Es decir, que aunque ya no estés con esa persona deseas lo mejor para ella. A mí no me gustaría que José estuviera mal. Quiero que sea feliz y no quiero que fracase en su vida, pero no porque sea el padre de mi hijo. Aunque no tuviera un hijo con él te diría lo mismo porque al final es una persona con la que decidí estar varios años. Entre nosotros no pasó nada malo, solo que yo sé que si estoy con alguien y empiezo a llorar más de lo que me río sé que esa persona no es.

¿Y eso te pasó con José?

Sí. (Silencio) Y tuve que ser muy valiente para tomar la decisión.

A mucha gente le sorprendió que dieseis la noticia de vuestra ruptura posando juntos...

Es que nos llevamos bien. ¿Por qué no íbamos a hacerlo? Sé que es difícil que en una pareja uno diga: "Me quiero separar" y la otra persona diga: "Ah, pues vale". Eso no es así de fácil, pero yo soy de hablar mucho las cosas y nosotros lo hablamos mucho.

Es que os llevabais tan bien que se os acusó de que vuestra ruptura era un montaje... ¿Cómo te lo tomaste?

Me reía. Yo sabía que el tiempo iba a poner las cosas en su sitio. Si eres paciente el tiempo siempre termina colocando todo en su lugar. Y yo sabía que lo que estábamos contando era verdad y si no mientes no tienes

"A mí no me gustaría que José estuviera mal. Quiero que sea feliz y no quiero que fracase en su vida", asegura.



que tener miedo a nada. Así que me he reído mucho con todo eso. En parte fue un alivio que a él le vieses con alguien (se refiere a la portada de SEMANA).

Por cierto, ¿cómo te tomaste esa portada?

No me lo tomé mal. ¿Por qué iba a hacerlo si no estábamos juntos? Mucha gente dice: "Cuando te separas tienes que estar un tiempo solo", pero yo no lo creo. No sabes lo que te va a pasar en la vida ni si te vas a cruzar con alguien que te va a revolver

todo. A él se le cruzó alguien, seguramente estando aún algo mal, y seguramente pues esta persona es un apoyo.

¿Tú sabías que él salía con otra persona?

No. Ni yo le iba a preguntar. Es algo suyo y era aún muy pronto como para que él me dijese que estaba conociendo a alguien. No estamos en ese nivel de amistad como para que él se suelte y yo encima no le iba a decir: «oye, cuídate más, procura que no te vean». Ya habrá



"Si eres paciente, el tiempo siempre termina colocando todo en su lugar", dice

tenido gente que se lo ha dicho y no iba a sumarme yo a incomodarle más y darle la chapa.

¿A ti te hubiera gustado que él te hubiese avisado de que podrían salir esas fotos?

La verdad es que sí. Debería haberlo hecho porque sabía que me iba a repercutir a nivel mediático.

¿TÚ conocías a la chica?

No. Ni idea.

¿Luego hablaste con él?

Sí, pero no de eso. Yo consideré que si no sacaba él el tema es porque no quiere hablar y yo quiero darle su espacio. No quiero hacerle sentir incómodo.

¿Él sabe que estás dando esta entrevista?

No.

¿Cómo se lo va a tomar?

Fatal. FA-TAL.

¿Y de qué manera se lo vas a explicar?

No tengo nada que explicarle. Es una cosa mía.

¿Por qué das exactamente esta entrevista?

Porque creo que mucha gente quiere escucharme. ¿Quieren que hable? Pues yo hablo (risas). Ahora en serio, siento la necesidad de contestar a algunas cosas.

¿Habéis firmado ya los papeles de divorcio?

Prefiero no contestar a eso.

Cuando hicimos la otra entrevista, ¿tú ya estabas segura de que no iba a haber una reconciliación con José?

Te podría decir que sí en un 80%. Yo sabía que en ese momento lo nuestro no podía funcionar y yo ▶▶▶

►►► necesitaba un tiempo, pero no un tiempo de meses, un tiempo de años, y eso es imposible.

¿Ahora sí que la descartas completamente?

Pues sí, ahora sí, la verdad. Definitivamente.

¿Por qué?

(Se lo piensa) Porque estoy bien. Estoy demasiado bien y demasiado tranquila.

Cuando disteis la entrevista de vuestra ruptura y se generó aquel tsunami mediático. ¿Viste a José pasarlo mal?

Sí, lo pasó mal. No lo llevó nada bien.

Pero, ¿quién tomó la decisión de hacer la entrevista de vuestra ruptura?

José me comentó que le habíais llamado y propuesto que contásemos qué había pasado y yo le dije que sí, que yo lo quería hacer. Le dije que, si Él quería, lo hacíamos juntos, pero que si no quería, lo haría yo sola, porque para que se especule, mejor lo hago yo. Pero quiero dejar muy claro que aquella entrevista era solo para hablar de nuestra ruptura. No quisimos atacar a nadie. Lo sigo manteniendo.

En aquella entrevista dijiste que sentías cierto alivio por desligarte de la familia Campos...

Sí, pero no por ellos en sí, porque ellos a mí nunca me han tratado mal. No puedo decir que me he sentado con ellos en una mesa y me han mirado mal o algo así. Es lo que conllevaba su vida y cómo manejaban las cosas. Pero yo insisto en que no puedo decir que ellos me hicieran algo, es solo que su

modo de vida me pilló en una etapa de mi vida en la que yo estaba frágil y en ese momento no supe gestionar todo lo que supuso entrar en una familia tan conocida. Me casé, me quedé embarazada... Todo tuvo muchísima repercusión, fue demasiado para mí y me saturé. Ellos sí saben gestionar todo eso porque han nacido con ello, pero yo no y sentía que todo se estaba escapando a mi control.

¿Y no quisiste un día hablar con tu suegra sobre esto que te pasaba?

No, la verdad. Es que ella y yo no hablábamos de esas cosas.

"Soy rencorosa. Si mi pareja, mis amigos o mi familia me hacen daño, yo lo siento, pero no puedo olvidarlo"

¿En estos años la has visto mucho?

Pues no demasiado porque yo también trabajo mucho y tampoco había ocasiones, por eso tampoco se puede decir que entre ella y yo hubiese un conflicto porque no ha habido tiempo.

¿Entonces qué es lo que le reprochas a Carmen?

(Silencio. Se toma su tiempo y al final responde) Que vendiese mi embarazo (Silencio de nuevo). Es que a mí no se me consultó y yo era quien estaba embarazada. Lo normal es que me hubiese llamado y me hubiese dicho: "Oye Pao, voy a hacer esto". Al menos para que pudiera prepararme emocionalmente de todo lo que venía.

Pero ella sí se lo dijo a José, tu marido...

Da igual. Me lo tenía que haber dicho a mí y en ese momento había bastante confianza como para decirme: "Oye, Pao, pasa esto". Lo siento, pero yo lo veo así. Yo lo pasé muy mal, tuve muchísimo estrés por este asunto y ni siquiera había cumplido los tres meses. Era algo muy delicado. No se me respetó, no tuvo empatía como madre. Lo pasé fatal, de verdad (se emociona).

¿Carmen fue consciente de que lo pasaste así de mal?

No lo sé. No me consta que lo supiese.

¿Hasta ese momento vuestra relación era buena?

Psss, sí. Más o menos. Incluso le habíamos dado la noticia del embarazo a ella de manera muy bonita.

Pero entonces se complicaron las cosas...

No, no se complicó nada. No discutimos ni pasó nada. Simplemente a mí me dolió mucho y dije: "Si esto va a ser así, yo prefiero hacerme a un lado". Fue una gran decepción. Sé que José le pidió que no lo hiciera y aún así salió. Me dolió muchísimo. Y es de esas cosas que nunca voy a perdonar.

Te han acusado de ser una mujer rencorosa...

Es que lo soy. Siempre lo digo. A mí si mi pareja, mis amigos o mi familia me hacen daño, yo, lo siento, pero no puedo olvidarlo. Pero tiene que ser algo que me haga mucho daño, algo que me rompa por dentro y con esto pasó.

Me sorprende que después de eso no tuvieseis una con-

"La familia Campos ne me han mirado mal o algo así. Es lo que conllevaba su vida y cómo manejaban las cosas...", aclara.



versación, tú que siempre eres de hablar las cosas. De haberla tenido, ¿qué te hubiera gustado decirle?

Pues todo lo que pienso, todo lo que me molestó en su momento. Le diría que yo creo que me tenía que haber informado de algo en lo que yo iba a estar implicada. Era lo mínimo. Eso es lo que le diría y se lo diría en plan bien, sin faltar el respeto ni nada, con educación.

Me gustaría que contestases a algunas cosas que ha comentado Carmen después de vuestra entrevista, que tienen que ver directamente contigo. Cuando ella se entera de que habéis dado esa entrevista, dice que en la vida de su hijo hay muchas cosas orquestadas y que la entrevista era una de ellas.

(Suspira) Mira, yo te aseguro que José no hace nada que no quiera hacer. Él es cabezón y no es fácil que haga algo que no quiere. Eso es así y te lo aseguro yo, así que no, no es verdad.

Carmen dice: "Cuando estás con alguien que su único objetivo es separarte de tu familia, al final eso nunca puede salir bien. Cuando estás con alguien que no quiere ni a tu madre, ni a tu tía, ni a tu prima, ni a tu hermana eso no puede terminar bien".

Pero es que yo no siento eso hacia ellas. En absoluto. Yo no tengo nada en contra de ellas y muchísimo menos contra la tía, la prima y la hermana... Y además yo no he separado a nadie de nada. Porque si algo a mí no me gusta yo me hago a un lado, pero no obligo a nadie a que se separe de nadie. Yo no tengo que decirle a nadie nada. ▶▶▶



"Dicen que yo manipulaba a José. ¿Qué pasa ahora?, ¿porqué sigue sin hablarse con su madre? Ahí lo dejo"

►►► **¿Fue él el que decidió dejarse de hablar con su madre?**

Sí.

¿Y tú qué sentiste cuando eso pasó? ¿Alegría? ¿Felicidad? ¿Alivio?

Qué va. Para nada. Es más, ellos volvieron a hablar después porque yo se lo pedía mucho a José. Yo soy madre y ¿qué quieres que te diga? no me gustaría que mis hijos me dejaran de hablar. Pero, bueno, eso es algo que tienen que ver ellos y que ella tendría que trabajar con su hijo. Pero cada madre tiene que gestionarlo como quiera y sepa. No seré yo la que diga que como no haces esto, no lo

estás haciendo bien. En absoluto, cada madre lo hace siempre lo mejor posible y yo no digo: "Como no haces esto, vas mal". Insisto, soy madre y por eso sé que ninguna somos perfectas y también sé que para los hijos, por mucho que les des, nunca es suficiente.

¿Tú crees que José ha sido injusto con su madre?

No puedo opinar sobre eso, de verdad. Él arrastra sus cosas y no te puedo decir. Yo sé que José y yo pensamos muy diferente en muchas cosas. Yo soy de la opinión de que con la familia hay que sentarse y hablar las cosas, y si tienes que darte cua-

tro voces, pues te las das, pero te sientas y lo hablas. Así que no te puedo decir... Solo creo que tienen una conversación pendiente, pero en privado, eso sí.

Carmen dijo también: "Los hijos son muy injustos y los que vienen con los hijos son más injustos aún". ¿Qué tienes que decir a eso?

Pues lo dirá por algunas amistades. Por mí no creo que lo diga.

Debes ser la única que cree que no va por ti...

Es que yo no le he hecho nada como para que diga eso, así que no puede decirlo por mí.

¿Tú influíste en que se dejara de hablar con su madre?

¡Qué tontería! Dicen que yo le manipulaba. Si soy yo la que le manipulaba, ¿qué pasa ahora? Si soy yo la que le manipulaba, ¿por qué ahora sigue sin hablarse con su madre? Ahí lo dejo.

Además, has dicho que tú influíste en que José se volviera a hablar con su madre tras el enfado.

Sí, porque como madre que soy entiendo que es duro. Siempre hay que ponerse en el lugar de los demás. Yo hablé con José y le dije que le diera otra oportunidad a su madre. Lo que pasa es que no puedo decirte

exactamente qué ha pasado entre ellos porque no lo sé.

Pero si has estado casada con él...

Sí, pero no es un tema del que a él le gustase hablar. Él no se abre.

¿Pero tú has visto algo raro entre madre e hijo?

No, todo normal. Carmen es simpática, te habla bien, no es para nada borde...

¿A ti te gustaría que a día de hoy madre e hijo retomasen su relación?

Mira, a mí ya en este momento me da igual. Es algo que no me afecta. Solo me preocupa lo que pueda afectar a mi hijo porque solo quiero lo que sea mejor para él.

Ella suplica que le gustaría ejercer de abuela.

Eso no depende de mí. Lo siento, no tengo nada que decirte de eso.

También ha dicho: "A partir de ahora mi hijo me va a salir más barato".

Pufff...

¿Pero os daba dinero?

A mí no, desde luego. Gracias a Dios curro muchísimo, me va muy bien y no me puedo quejar en ese aspecto. Yo no he necesitado dinero de nadie.

Pero quizá sí le daba dinero a su hijo...

En eso nunca profundicé. Confiaba en mi pareja; si él me decía que no, es que no.

O sea que él te ha dicho que no le daba dinero.

A mí siempre me ha dicho que no.

Háblame de los famosos 3.000 euros de Navidad.

Sobre su ex: "José no hace nada que no quiera hacer. Él es cabezón y no es fácil que haga algo que no quiere".

"No voy a perdonar nunca que Carmen vendiera mi embarazo sin mi consentimiento y sin consultarme. Lo pasé muy mal, con mucho estrés, y no estaba ni de tres meses"

Supuestamente Carmen os hizo una transferencia como parte de la entrevista que cobró hablando del embarazo. Os pareció poco y dejasteis de hablarle.

A mí no me ha transferido nada, eso te lo aseguro. Es algo de ellos. Yo sé que ellos tienen sus tradiciones en Navidad...

¿Pero le dijisteis que ese dinero era una mierda?

Yo no.

Pero ella dice que sí se lo dijisteis.

Pues que no hable en plural porque yo no. Ella y yo no hemos hablado de nada de eso. Yo en ese mo- ▶▶▶

"Gracias a Dios curro muchísimo, me va muy bien y no me puedo quejar en ese aspecto. Yo no he necesitado dinero de nadie", nos cuenta.

▶▶▶ mento ya estaba al margen de todo, no tenía relación con ella porque ellos ya no se hablaban y yo te aseguro que no dije nada.

¿Le has tenido cariño a Carmen?

Pues te podría decir que sí. Es la abuela de mi hijo.

¿Es verdad que le disteis otra dirección del hospital donde nació el niño?

Mira, yo en ese momento estaba pariendo. ¿Crees que sé lo que se le dijo en ese

momento? En serio, eso es algo que tiene que responderte él. Lo siento. No puedo decirte por qué lo gestionó así y qué se le pasó por la cabeza.

Carmen ha dicho que le gustaría tener una conversación contigo.

Cuando quiera, pero en privado. Jamás me negaría.

¿Crees que tenéis una conversación pendiente?

A ver... tampoco es eso. Si la tengo, fenomenal, y si no

la tengo, también fenomenal. No la necesito, pero no me niego en absoluto a tenerla.

¿Crees que Carmen es buena madre?

Jamás juzgaría a una mujer como madre. No me gustaría que lo hicieran conmigo. Ninguna madre debería juzgar a otra.

Se cumple un año de la muerte de María Teresa. Terelu deslizó que a lo mejor el comportamiento de José durante la enfermedad de su abuela no fue la mejor. Le preguntaron qué tal se había portado y mantuvo un silencio muy ambiguo.

Mira, José ha estado muy pendiente de su abuela. Pero MUUUUY pendiente. Y José no lo ha llevado nada bien. Es un tema muy íntimo de él, pero yo sí me veo en la obligación de decir que José se ha portado muy bien con su abuela y ahí yo estaba con él, no iba a dejarlo solo en esto. Incluso estábamos de vacaciones y se vino antes, o sea que estuvo ahí. Para él su abuela era lo más, lo más grande.

"No necesito una conversación con Carmen, pero no me niego en absoluto a tenerla. Cuando quiera, pero en privado"

Aunque coincidiste poco con ella, ¿qué opinión tienes de María Teresa?

Era una mujer admirable.

¿Por qué crees que Terelu dijo eso y no defendió a José?

No lo sé. Terelu siempre ha sido muy maja, muy agra-

dable y muy amable conmigo. No puedo decirte más.

¿Y Alejandra?

Es que apenas coincidí con ella. Nos hemos visto muy poquito.

¿Pero qué te parece su embarazo?

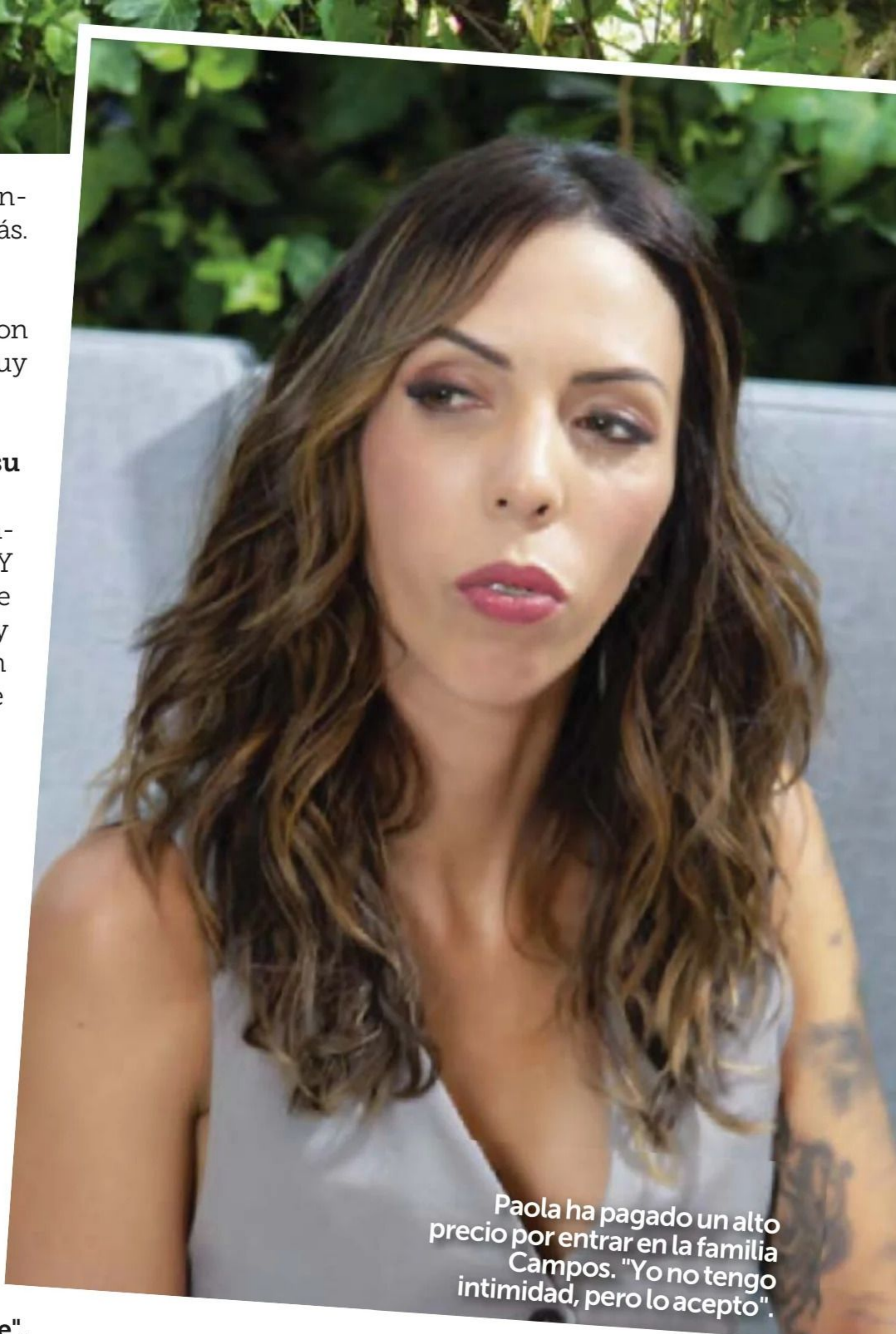
Uy, es que un niño siempre es una bendición. ¿Y qué te voy a decir yo, que quedé embarazada muy joven, mucho más joven que ella? Así que me parece fenomenal.

¿Por qué crees que te han puesto la etiqueta de la mala de la película?

Pues será porque tengo cara de mala (risas) Es que lo típico es que las nueras sean malas, no me sorprende. Y te aseguro que me da igual todo eso... A mí me importa lo que piense mi gente. Lo demás me da igual.

Se filtró un supuesto mensaje tuyo en el que decías "Paso de esa gente", en alusión a Carmen y Terelu. ¿Es cierto que dijiste eso de ellas?

No. Rotundamente no. Yo en realidad me refería a que pasaba de todo lo que se dijese de mí en televisión. Mira (en ese momento Paola nos enseña el móvil con la conversación y efectivamente nos demuestra que no dijo eso) Me dio mucha rabia que se dijese eso así porque Terelu y Carmen respondieron, pero es que yo me pongo en su piel y pienso: "Joder, yo le abro las puertas de mi casa a alguien y de repente dice 'paso de esa gente' y se refiere a mí como un cero a la izquierda"... Pues la verdad, entiendo que se ofendieran,



Paola ha pagado un alto precio por entrar en la familia Campos. "Yo no tengo intimidad, pero lo acepto".

pero es que yo no dije eso y les hicieron sentir como que les estaba despreciando y no es así.

De Carmen también dijiste: "Admiro a esa mujer, es tan inteligente..."

Bueno, me refería a cómo gestionaba el tema de la prensa. Bueno, como lo gestiona a día de hoy. Es que es increíble.

Paola, ¿qué ha supuesto para ti formar parte del clan de las Campos?

Ha cambiado mi vida. Yo ya no tengo intimidad, pero lo acepto. Además ahora estoy ofreciendo esta entrevista y asumo todo lo que venga.

Y para terminar, ¿tú has rehecho tu vida?

Me han puesto un montón de novios. Pero a ver si me presentan a todas esas ilusiones que me han salido porque no las conozco (risas). De verdad que no, no he rehecho mi vida, pero tampoco me cierro a nada, que conste. Que venga lo que tenga que venir. Yo ahora estoy muy centrada en mi trabajo y tengo varios proyectos que sí me tienen verdaderamente ilusionada.

Marta Bolonio

Fotos: Alberto Bernárdez
Maquillaje y peluquería: Coral

Pacheco

Estilismo: Aarón Gil



PRIMER BESO

La princesa y Derek Vurret se fundieron en un apasionado beso ante las cámaras tras convertirse en marido y mujer.

Marta Luisa de Noruega da el "sí, quiero" a su chamán

La hija del rey Harald protagoniza una insólita boda con Derek Vurrett tras seis años de relación



La Familia Real noruega posó a bordo del yate real Norge. Todos lucían el traje típico del bunad, excepto el rey Harald y el príncipe Haakon.

La pareja ha logrado vencer todas las polémicas y ha roto moldes para sellar su amor en una boda celebrada en el fiordo de Geiranger ante la presencia de la Familia Real noruega

LA princesa nórdica y el chamán estadounidense ya son marido y mujer. Aunque pocos daban un duro por ellos, la pareja al fin ha sellado sus seis años de relación y además por todo lo alto, con una boda que ha durado cuatro días. El pasado 31 de agosto se daban el 'sí, quiero' en una ceremonia que ha dado mucho de qué hablar, y no solo por sus gestos de amor.

Una exclusiva pactada y la grabación de un documental

para Netflix volvió a poner a los novios en el centro de la polémica y, por extensión, en una difícil posición a la Casa Real, que se oponía a tal práctica.

Un negocio polémico

Y es que aunque, en noviembre de 2022, Marta Luisa de Noruega renunció a su trabajo oficial en la realeza para poder hacer negocios privados (conferencias, podcasts, etc), el hecho de que siga tratando de sacar beneficio económico bajo el

amparo de su título no deja de causar molestias. Pese a todo, Marta Luisa (52) ha logrado lo más importante: unirse a su enamorado, Derek Vurrett (49), y hasta obtener el beneplácito de su padre, el rey Harald, al menos de cara a la galería.

Los novios soñaron una boda de cuento de hadas, a su manera, y la han hecho realidad. Original, como poco, a la altura de la personalidad de ambos, que han hecho de la espiritualidad su modo de vida. ▶▶▶



La Casa Real ha compartido esta única foto del enlace para felicitar a los recién casados... y romper la exclusiva del evento



Maud (21), Leah (19) y Emma (15), hijas de la princesa Marta Luisa.

►►► Para ello citaron a sus familiares y amigos en varios escenarios naturales del país de la princesa. Este era su segundo matrimonio (después del malogrado con el escritor Ari Behn, padre de sus tres hijas y que se suicidó en la Navidad de 2019), pero lo ha vivido como una quinceañera.

Bailando salsa

En los dos días previos al enlace llevaron a cabo varios eventos. El primero fue una fiesta de *meet&greet*, es decir, para conocerse entre los invitados, que tuvo lugar en los jardines del Hotel 1904, en la ciudad de Alesund.

Marta Luisa y Derek sugirieron a sus amigos una etiqueta "sexy y cool". Ellos aparecieron vestidos a ►►►



La novia lucía un vestido con apliques florales y una cola desmontable y unos zapatos dorados de plataforma.



Las mangas del traje de Derek llevaban bordado el anagrama con las iniciales de la pareja.

A la salida de la ceremonia, los novios dieron un paseo entre la gente del pueblo y mostraron con orgullo sus alianzas de matrimonio



La tiara de diamantes y perlas se la regaló su abuelo por su 18 cumpleaños.

Carlos Felipe de Suecia y su esposa, la princesa Sofía, quien dos días después anunció su cuarto embarazo.



Victoria de Suecia y su esposo, el príncipe Daniel.



▶▶▶ juego, con trajes rosas de la firma noruega Hést, que la princesa fundó hace cinco años con dos amigas. Las hebillas del vestido tenían forma de corazón.

Al día siguiente, la pareja citó a sus invitados en el fiordo de Geiranger para disfrutar de un crucero que ni la lluvia empañó. Marta Luisa y Derek brindaron con champán en la cubierta. Y ya por la noche se reunieron en una divertida recepción en el Hotel Union, donde los novios sorprendieron bailando salsa a buen ritmo.

Al fin, el 31 de agosto, llegó el propio día de la boda: una ceremonia celebrada de nuevo en el Hotel Union, en una carpa instalada a tal efecto.

La ausencia de Marius

Allí no faltaron los padres de la novia, los reyes Harald y Sonia; ni su hermano, el príncipe Haakon, con su esposa, la princesa Mette-Marit, y sus sobrinos, los príncipes Ingrid (20) y Sverre (18). Este, por cierto, presentó por primera vez a su guapa novia, Amalie Giæver Macleod.

Solo faltaba Marius Borg,

De la realeza se vio a Victoria y Carlos Felipe de Suecia y Constantino de Holanda, con sus respectivas parejas

el hijo mayor de la princesa heredera, que está siendo investigado tras reconocer haber agredido a su novia. Pese a su mal momento, Mette-Marit no quiso faltar en el gran día de su cuñada.

Por supuesto, en un lugar de honor estaban las tres hijas de Marta Luisa, que for-

maron parte del cortejo nupcial vestidas de champán y que adoran al chamán.

El rey Harald y Haakon también mostraron su cariño a Derek Vurret, saludándole con un abrazo mientras esperaba a la novia en el altar. Cuando esta apareció, vestida de blanco, con velo y la tiara que le regaló su abuelo, el rey Olav, por su 18 cumpleaños, la emoción se hizo palpable en todos los presentes. "Nuestro amor ha triunfado frente a todas las barreras y durará para siempre", ha dicho la pareja. ■

LAS ORIGINALES PREBODAS

Unos novios lejos de lo convencional.

La princesa Marta Luisa y Derek Vurrett desearon festejar su amor a su propio estilo: original, divertido, romántico... En las fiestas previas a la boda dejaron de manifiesto que querían pasárselo bien y hacer que sus invitados no lo olvidaran. Y así hubo una recepción en los jardines de un hotel, un crucero, una fiesta de largo con música latina... De todo.



"Nuestro amor ha triunfado frente a todas las barreras y durará para siempre"

La Princesa Leonor entra en la Armada

Ya está inmersa de lleno en la disciplina de su segundo año de formación militar

CÓMO ha cambiado la Princesa Leonor en el último año... Tras licenciarse en la Academia de Zaragoza ahora prosigue su formación militar y pasa del ejército de Tierra a la Marina. El 29 de agosto se incorporó a la Academia Naval de Marín (Pontevedra), pero esta vez sola, sin la compañía de sus padres ni su hermana.

Si hace un año su rostro reflejaba la incertidumbre, ahora la Princesa se presen-

Con el uniforme de trabajo para recorrer las instalaciones de la Academia Naval de Marín (Pontevedra). A la derecha, en su primera salida al mar.





Leonor cogió con ganas su primer día en Marín. Tras participar en una competición deportiva con sus compañeros, haciendo piña, la heredera salió en barco por primera vez.

taba con paso firme, el gesto seguro de quien controla el protocolo castrense.

Guardamarina

La heredera ha adoptado el uniforme de color blanco de la Armada, en la que ingresa como guardamarina. A partir de ahora la esperan intensas jornadas que se inician con el toque de diana a las 6:45 de la mañana y terminan a las 22:40, hora a la que tendrá que estar en su cama en una habitación compartida con tres compañeras.

Horas de clase, ejercicios y prácticas... Y así hasta diciembre. El próximo enero Leonor se embarcará en el

buque escuela Juan Sebastián Elcano para dar la vuelta al mundo hasta julio de 2025.

La Princesa Leonor, que asume este nuevo reto "con ilusión", según ha dejado escrito en el Libro de Honor, empezó al día siguiente con una actividad deportiva y su primera salida en barco.

Eso sí, pronto llegó el fin de semana y Leonor lo aprovechó junto a unos compañeros (todos de uniforme) yéndose a la tappería D'Elvi, en Moaña. "Es un encanto, muy cercana", dijeron a SEMANA sus responsables.

Fotos: Robert Smith, Gtres y Casa de S.M. el Rey.



La Princesa (18) estaba radiante con el uniforme blanco de guardamarina en su ingreso en Marín.



La boda 'real' **que une al Rey Felipe y** **la Infanta Cristina**

El monarca y su hermana escenifican su reconciliación en el elegante enlace de Victoria López-Quesada, de la que él es padrino



Foto de familia de los novios, con el Rey Felipe, la Reina Sofía y las Infantas Elenay Cristina.

LA boda de Victoria López-Quesada (27) y Enrique Moreno de la Cova ha sido un acontecimiento muy feliz y no solo por unir a una pareja enamorada y de alta alcurnia. Y es que este era casi un enlace real. La novia es nieta del Infante Carlos de Borbón-Dos Sicilias, antiguo duque de Calabria y primo

hermano del Rey Juan Carlos, fallecido en 2015, y de Ana de Orleans. Además es ahijada del Rey Felipe, por lo que este ocupó un lugar de honor. Y dados sus lazos tampoco faltaron la Reina Sofía y sus dos hijas, las Infantas Elena y Cristina.

El padre de la novia, Pedro López-Quesada, pertenece al círculo más íntimo del

monarca. Y la madre, Cristina de Borbón-Dos Sicilias, lo es de las Infantas.

En una finca

Pero es Doña Cristina la que ha acaparado parte del protagonismo en esta boda. Su llegada al enlace, celebrado en la finca madrileña de Soto de Mozanaque (Algete), propiedad del duque de ▶▶▶

La presencia de la Infanta Cristina en un evento privado, pero de alto calado, revela el mayor acercamiento del Rey Felipe con su hermana tras años distanciados

BODA LÓPEZ-QUESADA

La novia eligió un diseño de Lorenzo Caprile, el mismo que vistió a su madre en 1994, y la tiara familiar de botones de diamantes con una flor de lis en el centro



Victoria lucía la tiara y un velo de encaje antiguos, que pertenecieron a su bisabuela, la Infanta Alicia de Borbón-Parma. Todas las fotografías de la boda han sido cedidas por cortesía de la familia López-Quesada.



►►► Alburquerque, ya era toda una declaración: en un coche conducido por su hermano, el Rey Felipe, y ella sentada a su lado. Una imagen de normalidad que ponía el punto final al proceso de rehabilitación público de la Infanta tras más de una década de distanciamiento con el monarca a raíz del caso Nóos y la condena a Iñaki Urdangarin.

Relación recuperada

Esto supuso la toma de duras decisiones por parte del Rey Felipe, entre ellas la retirada en 2015 del título de duquesa de Palma a su hermana. A partir de entonces se les dejó de ver juntos en público.

Sin embargo, en los dos últimos años, después de la separación matrimonial de la Infanta, todo ha empezado a cambiar para ella y ambos han acercado posiciones. Y el broche ha sido en esta boda de aquella niña a la que Froilán propinó la famosa patada en la boda de los hoy Reyes Felipe y Letizia.

Fotos: Bibiana Fierro.

DE COPILOTO
Esta foto del Rey Felipe y la Infanta Cristina llegando juntos en el mismo vehículo es un símbolo de la paz entre los hermanos. La Infanta Elena (a la derecha) apareció en otro coche.



El Rey Felipe, con la novia; sus padres, Pedro López-Quesada y Cristina de Borbón-Dos Sicilias; y su hermano, Pedro, que ahora coincide en Marín con la Princesa Leonor.

Letizia, la Reina de París

La soberana retoma su agenda tras las vacaciones para animar a nuestros deportistas en los Juegos Paralímpicos



PARÍS, siempre París... Pero no para disfrutar de su con-sabido glamour, o al menos no solo. La Reina Letizia ha vuelto al trabajo tras las vacaciones y ha regresado a la capital francesa para seguir apoyando a los deportistas españoles, ahora en los Juegos Paralímpicos.

Durante cuatro días no ha parado. Lejos del protocolo, viviendo cada prueba y partido, derrochando besos, abrazos y palabras de ánimo hacia nuestros atletas. Fue a animar y ha cumplido.

Viaje en solitario

No hay duda de que Doña Letizia ha recargado las pilas este verano. Ya que hablamos de espíritu olímpico, podemos decir que su compromiso con la causa le ha granjeado la medalla de oro a la 'royal' más entusiasta. De hecho, fue la única soberana presente en las gradas durante estos primeros días.

Y además en solitario. Un viaje en singular dado que el Rey Felipe tenía compromisos en España, que la Princesa Leonor ingresaba en la

La vuelta al trabajo de la soberana ha sido en su salsa: hablando de tú a tú con los deportistas y celebrando cada éxito de España

Academia Naval de Marín y que la Infanta Sofía retomaba el bachillerato en Gales.

Esta cita olímpica la impidió asistir con su esposo a la boda de Victoria López-Quesada, pero, en cambio, Letizia se mostró en su salsa: activa, sin artificios y muy cerca de la gente.

Fotos: Casa de S.M. el Rey.



Doña Letizia festejó con mucha emoción la medalla de bronce de la nadadora Teresa Perales, con la que suma 28 en total, igualando el récord de Phelps.



En la villa olímpica en vaqueros, deportivas y con la camiseta del equipo español.



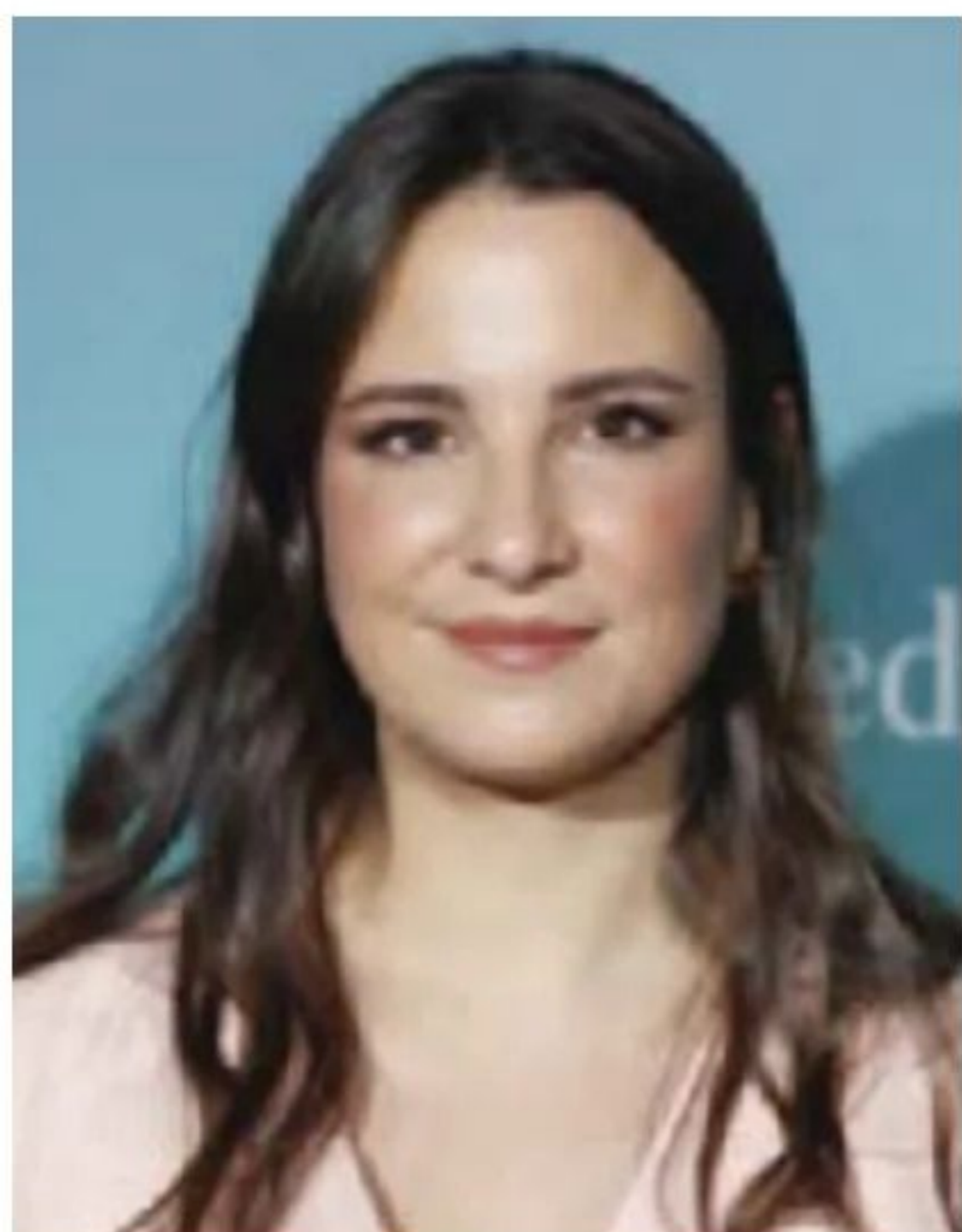
Charlando con el tenista Daniel Caverzaschi.



Con la nadadora Tasy Dmytriv, Oro en 100 metros braza.

Marta Pombo, madre de mellizas

● La *influencer* Marta Pombo (32) y su marido, Luis Zamalloa, han regalado dos hermanitas a su hija mayor, de dos años. A pesar de que el parto transcurrió con normalidad, una de las niñas, fue trasladada a la UCI por problemas respiratorios, por suerte, sin revestir gravedad.



El médico de Matthew Perry: culpable

● Mark Chávez (54), uno de los médicos acusados por la muerte de Matthew Perry, se ha declarado culpable de distribuir la ketamina que causó el fallecimiento del popular actor de la serie *Friends* el pasado mes de octubre. Chávez es uno de los cinco imputados en el caso.



Isabel Preysler, fan número uno de su hijo Julio José

● Si hay algo que define a Isabel Preysler (73) es que apoya, sin excepción, a sus hijos en todos los proyectos que emprenden. Así lo demostró una vez más acudiendo al concierto que ofreció su hijo Julio José (51), el pasado 30 de agosto, en el

festival Starlite de Marbella. Isabel tarareó, bailó y aplaudió las canciones interpretadas por Julio José, dejando claro que es su fan número uno. Junto a ella también estuvo presente Ariadna Romero, actual novia del hijo de Julio Iglesias.





Carlos Felipe y Sofía de Suecia, padres por cuarta vez

● La Familia Real sueca ha anunciado la próxima llegada de un nuevo miembro. Carlos Felipe (45) y su mujer, la princesa Sofía (39), esperan su cuarto hijo para el mes de febrero de 2025. Aún no se sabe el sexo del bebé, aunque, después de tres varones, no es extraño pensar que al matrimonio le gustaría que fuera una niña. Sea como fuere, los pequeños Alexander, Gabriel y Julián pronto tendrán un nuevo compañero con el que compartir juegos y diversión.

Albert Rivera habla sobre sus hijas

● El expolítico Albert Rivera (44) se ha sincerado sobre su relación con sus dos hijas, fruto de sus relaciones con la psicóloga Mariona Saperas y la cantante Malú: "Me han hecho mejor persona de lo que era antes. Te ayudan a comprender el mundo de otra manera. Ahora tengo más tiempo para estar con ellas", contó en *Espejo público*.



David Bisbal 'hace llorar' a El turroneiro

● Una vez más, el cantante almeriense David Bisbal (45) ha vuelto a dar muestra de su solidaridad ofreciendo un concierto benéfico en Ubrique a petición de José Luis López, *El turroneiro*, y su Fundación López Mariscal. El empresario no pudo evitar las lágrimas de emoción por el impecable comportamiento de su buen amigo David.



María Jesús sufre un accidente de tráfico

● La intérprete de *El baile de los Pajaritos*, María Jesús y su acordeón (68) fue ingresada en un hospital de Benidorm tras sufrir un aparatoso accidente de tráfico el pasado 31 de agosto. Por fortuna, la artista se encuentra fuera de gravedad.



Sofía y Kiko se escapan a Abu Dabi

● En pleno conflicto familiar con Maite Galdeano (55), su hija, Sofía Suescun (28), y la pareja de esta, Kiko Jiménez (32), han puesto tierra de por medio y se han escapado a Abu Dabi. Allí han aprovechado para descansar antes de volver a enfrentarse a los duros reproches de Maite.



Rudy Fernández y Helen Lindes: ahora familia numerosa

● "Nos hace mucha ilusión compartir con vosotros esta maravillosa noticia: ¡¡Ampliamos la familia!! Bebé número 3 en camino", así comunicaba la modelo Helen Lindes (42) la buena nueva de su embarazo. Un nuevo hijo que se unirá a Alan (8) y Aura (5), que están encantados con la próxima llegada de otro hermanito, al igual que el orgulloso papá Rudy Fernández (39), que podrá presumir de familia numerosa.

María José Suárez celebra el cumpleaños de su hijo

● Tras su reciente ruptura con Álvaro Muñoz Escassi, María José Suárez (49) ha decidido refugiarse en su hijo, que, sin duda, es el hombre y el motor de su vida. Hace unos días el pequeño cumplía siete años y la diseñadora y modelo sevillana decidió celebrarlo organizando una divertida fiesta infantil, a la que acudieron un buen número de amiguitos del niño, como merecía la ocasión.



Máxima de Holanda, reina del baile

● Una vez más, Máxima de Holanda (53) ha vuelto a poner de manifiesto sus dotes como perfecta bailarina. La reina acudió a la inauguración de una residencia de ancianos donde se animó a bailar con los allí presentes el popular tema del cantante Juan Luis Guerra, *Quisiera ser un pez*. Ni siquiera los tacones altos que lucía fueron un impedimento para disfrutar del baile.

CUMPLEN AÑOS



43 BEYONCÉ
4-9-1981



51 ADELA GONZÁLEZ
5-8-1973



64 HUGH GRANT
9-9-1960



24 VICTORIA FEDERICA
9-9-2000

Con apenas 20 días de diferencia, Cari Lapique ha tenido que enterrar a su marido y a su hija mayor

Los restos mortales de Caritina fueron trasladados desde Marbella, donde murió, hasta Madrid, para descansar junto a su padre

Muchos amigos que no pudieron desplazarse hasta Málaga quisieron arropar a la familia en la capital

Dolor y lágrimas en el último adiós a Caritina Goyanes

Familia y amigos se reunieron para despedir a la chef, fallecida de un infarto la pasada semana

La imagen de la desolación. La familia de Caritina, hechos una piña, se daban fuerzas unos a otros tras la salida del féretro.



Caritina tenía solo 46 años y toda una vida por delante.

NO hay palabras que puedan explicar el dolor que ha supuesto la muerte de Caritina Goyanes para su entorno. Han perdido a una madre, esposa, hija, hermana, amiga... y de manera tan inesperada que pasará algún tiempo antes de que sean capaces de encajar del todo lo que ha ocurrido. Ahora más que nunca, el apoyo y el cariño es fundamental y todos los que conocieron y quisieron a la chef no han dudado en estar presentes en su último adiós.

Fue el miércoles 28 de febrero, en el madrileño Tana-torio de La Paz, en Tres Cantos, a donde fueron trasladados los restos de ca- ▶▶▶



Los hijos de Caritina se abrazan desconsolados a su familia.

▶▶▶ ritina desde Marbella, donde había fallecido dos días antes y donde se instaló la primera capilla radiante.

Arropar a la familia

Algunos amigos pudieron desplazarse hasta la localidad malagueña pero a otros les resultó imposible llegar a tiempo. Por eso fueron muchos los que se acercaron hasta el tanatorio madrileño para arropar a la familia, completamente rota.

El viudo de Caritina, Antonio Matos, intentaba mantenerse entero, sobre todo por sus hijos, Pedrito y Cari (miniCari la llaman), que ahora lo necesitan más que nunca. Y lo mismo le pasaba

Todos estaban muy pendientes de los Pedrito y MiniCari; ver sus lágrimas rompían los corazones de los allí presentes

a Carla Goyanes, que ya ha prometido a su hermana que cuidará de sus sobrinos como si fueran sus hijos.

Pero quien también necesita consuelo es Cari Lapique, que ha visto como tras perder a su marido Carlos Goyanes, el pasado 7 de agosto, la vida la golpeaba 19 días después arrebatándole a su primogénita. Un dolor para el que



Pedrito no pudo contener el llanto al despedir a su madre.

no hay palabras y que tratan de consolar su *nucleo duro* de amigas. Su hermana Myriam, Nuria González, Marisa de Borbón, Isabel Preysler...

A Isabel, por cierto, la noticia la pilló fuera de España, en Miami, y apenas tuvo tiempo de llegar al tanatorio en Madrid. Lo hizo apesadumbrada y acompañada por su hija Tamara y su yerno Iñigo Onieva. Muy afectada vimos también a Ana Rosa Quintana. Ella estaba en directo en su programa cuando se conoció la muerte de Caritina y no se lo podía creer e incluso contaba que unos días antes había coincidido con su madre, Cari Lapique.

"Has sido una madre entregada y la mejor hermana que he podido tener", ha dicho Carla Goyanes al despedirse

Muy afectado vimos también al veterano periodista José María García para quien la familia Goyanes Lapique era como la suya propia y de hecho es padrino de bautismo de Carla. Llegó apoyado en su hijo Luis, que en Marbella se encargó de la decoración de la capilla de Guadalmina donde se ofició la primera misa de Caritina.

En Madrid fue la segunda ese mismo miércoles, a las dos de la tarde. Después fue el entierro, en la más estricta intimidad. Caritina descansa ya junto a su padre, Carlos Goyanes, en el panteón de la familia Lapique en el cementerio de San Isidro.

La carta de despedida

Carla Goyanes, como ya hiciera cuando murió su padre, quiso recordar a su hermana con unas bonitas pa- ▶▶▶



Ana Rosa Quintana, amiga de Cari Lapique, quiso acercarse para mostrar todo su apoyo.



Terelu Campos se acercó a dar el pésame a la familia.



Isabelle Junot con su madre, Nina.

TANATORIO

▶▶▶ labras. "Te has ido demasiado pronto y llena de planes e ilusiones. Eras única e irrepetible. Has sido una madre entregada, una hija superdependiente de tus padres y la mejor hermana que he podido tener. Voy a ser muy fuerte y voy a cuidar a tus hijos como si fueran míos, a mamá por las dos y a Matos porque sé cuanto le querías", ha dicho.

También le escribió otra carta, para leer en la misa en Madrid, pero en el último momento le fallaron las fuerzas. Tuvo que ser su hijo mediano, Santi, de 9 años, el encargado de leerlas, dejando a todos con un nudo en el corazón.

Un nudo que tardará mucho tiempo en deshacerse, si algún día lo hace. ■



Francisco Rivera llegó al tanatorio directamente desde el aeropuerto.



Patricia Pérez, muy triste a su llegada al tanatorio.



Elena Cué y su hija, Alejandra.



José María García, desolado, con su hijo Luis.



Eugenia Martínez de Irujo con su hija Tana.



A Tamara Lñigo le pilló la noticia en Sotogrande.



Isabel Preysler estaba fuera de España cuando lo supo.



Nuria González, una de las mejores amigas de Cari Lapique, con su hijo mayor, Iván.



AMIGOS DESDE HACE AÑOS

Isabel conoce a la familia Lapique desde hace años, cuando estaba casada con Julio Iglesias. Compartieron muchos veranos en Marbella y sus hijos han crecido juntos. Tamara y su madre estaban muy afectadas.

Tras la muerte de la *influencer* Elena Huelva, surgió una entrañable amistad entre la hermana de esta y Sara.



Sara Carbonero se despide del verano en buena compañía

La periodista disfrutó de un mágico atardecer en las playas gaditanas acompañada por sus hijos y por su amiga Emi Huelva



Las dos amigas quisieron inmortalizar este momento.



Ambas disfrutaron viendo jugar en el mar a los niños de Sara.

"Nos queremos y queremos seguir juntos, y los planes que teníamos de futuro queremos seguir llevándolos a cabo", ha dicho Sara sobre su relación con Nacho Taboada



Sara y Emi lanzaron un beso al sol.

LAS vacaciones estivales llegan a su fin y con ello toca la vuelta al trabajo y al cole. Quizá por ello, Sara Carbonero (40) está expresando los últimos días del verano para disfrutar en las playas gaditanas junto a sus dos pequeños y buenas amistades. En esta ocasión, la periodista toledana disfrutó de una agradable jornada playera acompañada por sus niños y por Emi Huelva, joven con la que surgió una entrañable amistad tras el triste fallecimiento de su her-

mana, la *influencer* Elena Huelva, a la que Sara estaba muy unida, en enero de 2023, víctima de un cáncer.

Mágico atardecer

Mientras compartían risas y confidencias, Sara y Emi observaban muy divertidas cómo se zambullían y jugaban en el mar los hijos de la periodista, fruto de su matrimonio con el exfutbolista Iker Casillas.

Y así fueron transcurriendo las horas, hasta que llegó el momento mágico del atardecer, en el que las dos ami-

gas y los niños se dispusieron a contemplar una maravillosa puesta de sol.

Instantes únicos que, a buen seguro, habrán servido a Sara para reponer energías tras un año complicado en el que ha tenido que afrontar, según se ha publicado, ciertos problemas de salud de su madre. Una circunstancia para la que ha contado con el apoyo del músico Nacho Taboada (36), con el que, tal y como contó SEMANA, no ha habido ni crisis ni ruptura, como la propia Sara confirmó a la periodista Gema López. "Nos queremos y queremos seguir juntos, y los planes que nosotros teníamos de futuro, aunque durante un tiempo ha habido que aparcarlos, queremos seguir llevándolos a cabo". ■

Pepe Rodríguez apura los últimos días de vacaciones

El jurado de 'MasterChef', que volverá a TVE en septiembre, es un hombre muy familiar y enamorado de su mujer

ANTES de viajar a Vitoria-Gasteiz para presentar la novena edición de *MasterChef Celebrity*, lo que supondrá el pistoletazo de salida a la vuelta al trabajo, Pepe Rodríguez (56) disfrutó de las cálidas aguas del Mediterráneo en Ibiza y acompañado por su familia.

El cocinero toledano y su mujer, Mariví Fernández, se dieron un refrescante chapuzón y pasaron un buen rato en la playa, en esta ocasión, sin la presencia de sus

tres hijos: María (24), Jesús (19) y Manuela (15), aunque han pasado juntos gran parte del verano.

De Madeira a Niza

Antes de recalar en la isla pitiusa, la familia al completo pasó unos días de vacaciones en Madeira (Portugal) y Pepe y Mariví también hicieron un paréntesis para asistir a la boda de su compañero Jordi Cruz y una pequeña escapada a Niza. En Ibiza, coincidieron con la otra juez de *MasterChef*, Samantha

Vallejo-Nágera, quien también eligió la isla para sus vacaciones familiares.

Fue una escapada solo para dos en la que pudieron repasar anécdotas de sus 26 años de matrimonio. Sobre su mujer, el cocinero ha dicho: "Tengo que agradecerle el que haya sacrificado muchas cosas por mí y para que yo estuviera en la cocina. Mariví se lo carga todo y tengo mucha suerte de que esté siempre ahí".

Fotos: Agencias



Pepe y Mariví se conocieron cuando él era camarero en un bar de Illescas (Toledo) y se casaron hace 26 años.

Pepe, que tiene 1 estrella Michelin, lleva 14 años siendo jurado de *MasterChef*.

La pareja se dio un chapuzón en las tranquilas aguas ibicencas.



Pepe y Mariví tienen tres hijos: María (24), Jesús (19) y Manuela (15)

Antes de recalar en la isla pitiusa, toda la familia estuvo de vacaciones en Madeira (Portugal)

Elena Tablada se escapa a Ibiza con Arantxa de Benito

Las dos amigas disfrutaron de una jornada de mar entre risas y confidencias

YA son varios los años en los que Elena Tablada (43) y Arantxa de Benito (54) disfrutaron del verano juntas demostrando que entre ellas existe una relación de lo más estrecha y cercana. Como muchos de nuestros famosos, ambas han elegido la isla de Ibiza como destino de sus vacaciones en las que han aprovechado para descansar y disfrutar del exclusivo ambiente de la isla.

En esta ocasión ambas pasaron una agradable jornada



Mientras Arantxa se atrevió con un agradable baño en las aguas del Mediterráneo, Elena prefirió disfrutar del ambiente desde el pantalán.





Mostrando su lado más atrevido, Arantxa decidía lanzarse al agua con un sencillo biquini en color naranja.

en la que la ex mujer de Guti aprovechó y se atrevió a refrescarse en las aguas del Mediterráneo con un favorecedor biquini naranja, mientras su amiga prefería esperarla desde el pantalán muy pendiente de su teléfono móvil y la ayudó a subir tras terminar su baño.

Tiempos de paz

Sin lugar a dudas, ambas amigas están disfrutando de un verano relajado al margen de todas las polémicas que se han sucedido en los últimos tiempos. Mientras la diseñadora ha renunciado a

su paso por el certamen Miss Universo para centrarse en el cuidado de sus hijas y ganar a su exmarido, Javier Ungría, en los tribunales, Arantxa de Benito está expresando al máximo su faceta como abuela. Ambas entienden a la perfección lo duro que es pasar por un proceso de divorcio y más, con niños pequeños de por medio. Por parte de Elena, fue ella misma la que nos contó que su único plan para este verano era disfrutarlo con su familia y con amigos para olvidarse de las malas vibras pasadas. ■



Al contrario que Arantxa, Elena no quiso meterse en el mar y prefirió observar a su amiga.

Naomi Campbell, enamorada de un Dj alemán

La estrella de la pasarela ha confirmado los rumores de romance con Dj Rampa apareciendo en público y agarrados de la mano

A sus 54 años la supermodelo está con el mejor de los ánimos. Tal y como podemos observar en estas imágenes, Naomi Campbell vuelve a estar ilusionada con un apuesto joven ¿El afortunado? Se trata del alemán Gregor Sütterlin, más conocido como Dj Rampa.

La confirmación

Los rumores comenzaron hace unas semanas cuando ambos se encontraban en Ibiza divirtiéndose en una discoteca. Mientras disfrutaban de la música, la pareja fue vista besándose, pero no ha sido hasta ahora cuando la maniquí ha querido confirmar esta relación. La modelo y el Dj aparecieron juntos de la mano en una de las playas de Mykonos y aprovecharon la ocasión para darse un buen remojón. Un amor de verano que puede que se alargue... ■



El Dj no paró de sonreír y estar pendiente en todo momento, de la supermodelo.

A sus 54 años, Naomi Campbell presumió, no solo de cuerpo, sino también, de nueva relación.

estilo y vida

www.semana.es
SEMANA

MODA

Vestidos lenceros
las 24 horas

Blake Lively rinde
homenaje a
Britney Spears

BELLEZA

Los cortes de pelo
que se imponen
esta temporada

TRUCOS

Cómo hacer
batidos detox

Y ADEMÁS

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

SALUD

**ADIÓS A
LOS KILOS
DEL VERANO:
la dieta más eficaz**

Vestidos lenceros 24 horas

La prenda más sexy de los 90 sigue siendo tendencia en septiembre. Ya sea de día y en versión casual o sofisticado, y para las noches más románticas, el vestido lencero es una apuesta segura



Vicky Martín Berrocal (51).

Satinado

Ideal para tus veladas más especiales: plateado, beige, blanco... Combina tu vestido satinado con sandalias y... ¡ya!



Amaia Salamanca (38).

Con abertura

¿Un básico favorecedor? Invierte en un lencero con escote redondo y abertura en la falda. Nunca pasará de moda.



Sandra Gago (28).

De rayas

¡No valen todas! Si buscas estilizar tu silueta y alargar ópticamente tus piernas, mejor elige rayas verticales y estrechas.



El vestido lencero es perfecto para cualquier tipo de fiesta o celebración. Elige un modelo asimétrico, como el de Mar Flores (55), y acertarás las 24 horas.



Sara Carbonero (40).

Un clásico reformulado

Del clásico de estilo camisón a opciones de inspiración *vintage*, pasando por cortes novedosos o con detalles como brillos o encajes.

Este mes de septiembre todo apunta a que (de nuevo) los 'slip dresses' o vestidos lenceros van a ser una de las opciones más recurrentes.

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



escanéame



► Apodemia. 69€



► Bijou Brigitte. 19,95€

NO
TENGAS
MIEDO DE
ARRIESGAR CON
TUS ACCESORIOS:
SI ENTREMEZCLAS
TONALIDADES
OPUESTAS
REFRESCARÁS
TU LOOK



► Attic and Barn. 120€



► Lady Pipa. 69,95€



► Barra de labios hidratante Color Riche, de L'Oréal Paris. 17,29€



► About You. 145€

El minibolso satinado es el complemento ideal de los vestidos lenceros más femeninos y delicados



Jeanne Damas (32).



►Mango.
19,99€

►Women'Secret.
6,50€

Completa tu vestido con collares con abalorios y sumarás un toque más informal



►Mango.
17,99€



►Zara.
15,99€



►Barra de labios Sensual Lipstick Matt, de La Biosthétique.
26,50€



►Claudie Pierlot. 225€

EXPRIME AL MÁXIMO LAS SANDALIAS PLANAS: SI OPTAS POR UNAS DE PLATAFORMA, NO PERDERÁS NI UNA PIZCA DE ESTILO



►The Row.
1.120€



Sophia Roe (35).



Vestido multicolor

¿Quién lo lleva mejor?



Britney Spears (42).



Blake Lively (37).

Mismo vestido más 20 años después

La actriz Blake Lively sorprendió a todos durante la alfombra roja del estreno de su nueva película con un increíble vestido multicolor con escote asimétrico. Se trataba del mismo modelo de lentejuelas que Britney Spears lució, más largo, durante una gala en 2003, rindiéndole así un emotivo homenaje a la artista. El diseño, conocido como el 'vestido mariposa', es una pieza *vintage* de la firma Versace, perteneciente a la colección Otoño-Invierno 2002 de la icónica casa de modas italiana. Para rematar su look, Blake Lively se decantó por unas sencillas sandalias metalizadas de pulsera.

NUESTRA MEJOR

Fascículo
35

COCCINA

Descubre la gastronomía provincia a provincia



En la provincia destaca la belleza del Cañón del Sil, en su tramo navegable en la Ribeira Sacra, y las originales recetas con lamprea.



OURENSE

La única provincia gallega que no tiene mar expresa su cultura y tradiciones a través de un recetario único, que contiene ingredientes prehistóricos



SEMANA

NUUESTRA MEJOR

COCINA

Marcar la diferencia

Parecida pero no igual al resto de la cocina gallega. Ourense, sin litoral, presume de preparar el mejor pulpo, sorprende con sus recetas de anguilas o con postres como la bica, e invita a un baño en sus termas romanas

ESTÁ alejada de las costas atlánticas, pero es el paraíso del agua por sus abundantes termas. Y aunque en su recetario se reducen los platos de pescado y marisco, en su interior se prepara el mejor pulpo de Galicia. Existe una razón histórica, ya que este cefalópodo se usaba en la Edad Media como diezmo de los campesinos, y los monjes cistercienses crearon la técnica de secado para transportarlo. La prueba de esta afortunada decisión está en Carballino, templo del pulpo, y en el Campo de la Feria de la capital, donde las pulpeiras reparten raciones. Así es Ourense u Ourense, amigable y singular. Y como el resto de provincias gallegas, añade matices a la cocina tradicional. La empanada se elabora con la masa del pan de Cea, con Denominación de Origen (D.O.) y símbolo de hospitalidad (Cea significa cena), y la receta de la bica, un sencillo postre, se conserva desde hace más de 100 años. La lam-

prea, pez prehistórico y origen de los vertebrados, no es apta para todos los paladares por su carne de sangre, aunque su pesca en el río Miño, donde va a desovar, es todo un ritual. Por su aspecto gelatinoso y alargado, se asemeja a las anguilas, también presentes en la mesa ourensana, pero no son de la misma especie. Sí comparten familia las zamburiñas y volandeiras, primas hermanas de las vieiras, moluscos muy apreciados. Y en cuestión de carnes, son inconfundibles las androllas, embutido de cerdo, y el 'marisco de cortello' (establo), la lacónada con grelos que no falta en el Entroido o Carnaval, cuando el jamón del lechón está listo para consumir.

Inviernos dulces

El Magosto es otra fecha marcada en el calendario ourensano, fiesta en la que se asan castañas y se da la bienvenida al invierno. También se consume marrón glacé, preparación dulce de la que

Anguilas



El estuario del río Miño acoge a este pez que migra al mar para reproducirse y morir. La angula es la larva, que se convierte en anguila, y las gulas, un preparado.

Marrón glacé



En los magostos, temporada de castañas, es el dulce más codiciado. De origen francés, es una 'joya' confitada en azúcar que Ourense exporta al mundo.

Vino Ribeiro



Es la D.O. de vino más antigua de Galicia. Se produce en el término municipal de la capital, a orillas del Miño, donde se reparten un centenar de bodegas.



Vista de la capital, con los puentes que cruzan el río Miño; al fondo, el romano con el arco mayor construido durante el imperio de Trajano.

Ourense es principal productor mundial, y se prueba el primer vino del año. La provincia concentra cuatro de las cinco D.O. de Galicia. Se asocia al Ribeiro, pero en su mapa enológico también aparecen los caldos Ribeira Sacra, que comparte con Lugo, Monterrei y Valdeorras. El "bon viño d'Ourense" ya fue alabado por Alfonso X el Sabio en el siglo XIII.

Un paseo relajante

Por algo, la zona de tapeo de la capital, alrededor de su catedral de San Martiño, se conoce como Os viños. Recorrer tabernas y tascas es el mejor modo de sumergirse en la cultura local. Además, de ahí parte su ruta termal por distintas fuentes a lo largo de la ribera del Miño: A Chavasqueira, O Tinteiro, Muiño da Veiga... Y en la aldea de A Morteira está el restaurante Miguel González, con una estrella Michelin, que cocina con aguas termales.

El nombre de Ourense, capital de fuentes y baños termales, urbanos o en plena naturaleza, proviene de "aquae urentes" (aguas abrasadoras).



Un bouteiro, la figura más emblemática del Carnaval o Entroido de Viana do Bolo, uno de los más antiguos y originales que se celebran en Galicia.

En Ourense abundan los pueblos medievales como Allariz (en la imagen), Ribadavia, Castro Caldelas...





Anguila al horno



Ingredientes:

- ◆ 500 g de anguilas
- ◆ 2 dientes ajo
- ◆ 50 g de piñones
- ◆ 30 g de nuez de macadamia
- ◆ 50 g de almendras
- ◆ 2 ramitas de perejil
- ◆ 2 ramitas de estragón
- ◆ 100 ml de vino de Jerez o palo cortado
- ◆ 5 ml de brandy
- ◆ laurel
- ◆ pan frito
- ◆ aceite de oliva
- ◆ pimienta rosa
- ◆ sal y pimienta
- ◆ 50 g de cebolleta
- ◆ 100 g de patatas

Preparación:

Primero, limpiar y trocear las anguilas y colocar en una cazuela de horno. Espolvorear pimienta y añadir unas hojas de laurel y pimienta rosa. Por otro lado, preparar una picada con los dientes de ajo, parte de los frutos secos, el pan frito, el perejil, el estragón y una pizca de sal.

Añadir un poco de agua para ligar mejor la picada, agregar a la cazuela de las anguilas, con medio vaso de agua, el vino palo cortado y el brandy. Introducir en el horno, previamente calentado, y cocer hasta que las anguilas estén doradas, a 220 °C y durante 30 minutos.

Poco antes de retirar la cazuela del horno y servir, esparcir los piñones, las nueces de macadamia y las almendras. Freír las patatas con las cebolletas, cortadas previamente en juliana y ponerlas como cama de las anguilas.

4 raciones 45 minutos

El Miño es el único río de Galicia y Portugal donde se permite la captura de la anguila, la larva de la anguila, que se comercializa a altos precios



Vieiras a la gallega

Ingredientes:

- ◆ 12 vieiras con concha
- ◆ 12 lonchas de jamón ibérico
- ◆ 2 cebollas
- ◆ 200 g de jamón ibérico picado
- ◆ 15 g de pimentón dulce
- ◆ aceite de oliva
- ◆ 100 g de pan rallado

Preparación:

Limpiar las vieiras, separándolas de la concha, y lavar estas. Poner en cada concha una loncha de jamón y el molusco. Pelar y picar finamente la cebolla, pochar en una sartén a fuego lento con aceite de oliva durante 5 minutos; añadir el picadillo de jamón, pochar 5

minutos más, e incorporar el pimentón, sin dejar que se queme. Retirar del fuego.

Cubrir las vieiras con el picadillo de cebolla y jamón, y con pan rallado. Colocarlas en una bandeja de horno, y cocer a 170 °C de 10 a 15 minutos, con el horno

4 raciones 40 minutos

precalentado y calor arriba y abajo.

Las vieiras estarán hechas cuando el pan rallado esté dorado. No es necesario añadir sal, ya que el jamón aportará la cantidad suficiente.

Las vieiras se distinguen de las zamburiñas en su tamaño más grande y sabor intenso, y las volandeiras, a diferencia de estas últimas, tienen dos 'orejas'



Guiso de lamprea

Ingredientes:

- ◆ 1 lamprea
- ◆ 1 cebolleta
- ◆ 1 puerro
- ◆ 2 dientes de ajo
- ◆ 1 hoja de laurel
- ◆ perejil
- ◆ 1 botella de vino tinto
- ◆ 1 chorrito de brandy
- ◆ sal
- ◆ aceite de oliva virgen
- ◆ 6 patatas grandes

Preparación:

Escaldar la lamprea levemente en agua caliente y rasparla con la parte roma de un cuchillo hasta retirarle el limo o mucosa; degollarla y recuperar el máximo de su sangre que se guardará en un bol con el chorrito de brandy. Retirar las vísceras y cortar la zona de las agallas. Guardar la cabeza.

Dividirla en raciones y marinar durante una hora con el vino y el perejil. Mientras, hacer un sofrito con cebolla, ajo y laurel. Añadir la mitad del vino en el que tenemos la lamprea, la cabeza y las tripas. Tras 5 minutos de ebullición, triturar la mezcla.

Filtrar con un colador de malla fino y pasar a otra cazuela. Colocar la lamprea en ella y añadir el resto del vino. Cocinar a fuego bajo durante 45 minutos. Sazonar y añadir la mezcla de sangre y brandy al gusto. Emplatarse con la patata y el puerro cocidos.

4 raciones 75 minutos

Por su piel viscosa y boca en forma de ventosa, este pescado azul, sin escamas ni branquias, despierta recelos culinarios pero es muy apreciado en la mesa



Cocido gallego

Ingredientes:

- ◆ 1 morro de cerdo
- ◆ 1 oreja de cerdo
- ◆ 400 g de panceta
- ◆ costilla de cerdo
- ◆ 600 g de codillo de cerdo
- ◆ 600 g de carne de ternera: morcillo, jarrete, falda
- ◆ 3 chorizos
- ◆ 500 g de garbanzos
- ◆ 4 patatas
- ◆ 1 kg de grelos

Para la sopa:

- ◆ 1 l de caldo limpio del cocido
- ◆ 100 g de fideos
- ◆ sal

Preparación: 4 raciones 120 minutos (más tiempo de remojo)

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

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

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

El gallego es el más consistente y abundante de todos los cocidos españoles. En algunas zonas, se usan las habichuelas en lugar de los garbanzos



Bica

Ingredientes:

- ◆ 400 g de harina de trigo
- ◆ 1 sobre de levadura en polvo
- ◆ 4 huevos camperos
- ◆ 225 g de manteca de vaca cocida
- ◆ 200 g de azúcar
- ◆ 250 ml de nata líquida
- ◆ canela (opcional)

Preparación:

Precalentar el horno a 170 °C, con calor arriba y abajo. Con unas varillas eléctricas batir los huevos y el azúcar hasta que estén muy espumosos y con aspecto blanquecino. Derretir la manteca al baño María y añadirla poco a poco en la mezcla. Incorporar la nata lí-

quida sin dejar de batir. Tamizar la harina con la levadura y añadir también con movimientos envolventes. Esto es fundamental para que la masa no pierda aire y la bica quede esponjosa.

Verter la mezcla en un molde cuadrado de 26 x 26 cm, untado con

8 raciones 60 minutos

mantequilla y espolvoreado con harina. Bañar la superficie con azúcar y canela y hornear durante 35–40 minutos. Comprobar si está hecha pinchando el centro con un palillo. Cubrir con papel de aluminio si se tuesta mucho por arriba. Desmoldar cuando el recipiente esté frío.

Este bizcocho, popular en Terra de Trives y Castro Caldelas, tiene un toque especial gracias a la manteca. Se puede usar mantequilla, pero no sabrá igual

Ahorrar en la vuelta al cole

Este curso, las familias se gastarán una media de 500 euros en vestuario y material escolar. Te damos algunos consejos para reducir ese gasto.

COMO cada año por estas fechas, las familias con hijos se enfrentan a una dura cuesta para afrontar los gastos derivados de la vuelta al cole. Material escolar y vestuario suponen la mayor parte de ese gasto, que este año rondará los 500 euros por hijo, pero también hay que sumar las actividades extraescolares, el comedor, las cuotas de los colegios... que pueden elevar el desembolso hasta los 2.000 euros anuales. Te damos algunos consejos para reducir ese gasto.

En primer lugar, hay que revisar todo lo que se tiene de años anteriores y reutilizar lo que se pueda, mochilas, estuches, uniformes... Y si vas a salir de compras, mejor sin llevar a tus hijos, porque ellos buscarán productos con sus personajes favoritos o de marca y eso siempre sale más caro.

El consumo corporativo es muy útil. En los últimos años han prosperado distintas iniciativas que favorecen el intercambio de ropa, libros y material escolar, con plataformas y asociaciones y en las Comunidades Autónomas cada vez hay más programas de libros gratuitos basados en sistemas de préstamo.

Para las lecturas recomendadas, la opción más económica siempre será tomarlas prestadas de las bibliotecas o preguntar en el AMPA si gestionan libros usados del curso anterior.

Si tu hijo va a necesitar una tableta, compara modelos y precios en distintos comercios. Una misma marca puede costar hasta 150 euros menos en función de la tienda que finalmente elijas.

EN LAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS CADA VEZ HAY MÁS PROGRAMAS DE LIBROS GRATUITOS BASADOS EN SISTEMAS DE PRÉSTAMO



Las ideas más nuevas

LA BIOSTHETIQUE Complejos aromáticos

● Los gama de aceites aromáticos de La Biosthétique son el complemento perfecto para el cuidado del cabello y del cuero cabelludo y se aplican directamente. Un ritual de belleza y bienestar.
www.labiosthetique.es



REVIDERM Vanguardia tecnológica



● Diseñada para profesionales, la tecnología avanzada Vega de Reviderm recupera y rellena los paquetes de grasa subcutáneos faciales que le aportan volumen y sostén a la piel. Destaca por su capacidad de rejuvenecer la piel mejorando su elasticidad sin procedimientos invasivos.
www.reviderm.es

ELEVEN OBI Piel sensible

● Pearlescent Eco Protect Sun & Age Shield, de Obi Eleven, reduce los signos del envejecimiento, las manchas y la pigmentación, además de hidratar y aportar cobertura solar factor 30 y 50. Pvr: 33,50 €
www.elevenobi.com



JÚLIA BONET Cuidado pieles maduras

● Age Filler es la línea anti-edad de JÚLIA BONET para pieles maduras, que redensifica y aporta firmeza y nutrición intensiva, restaurando el contorno facial.
www.perfumeriajulia.es

Legumbres

Para comer (también) frías

Los garbanzos, las lentejas y las alubias forman parte de muchos platos de la cocina tradicional española, generalmente, en contundentes guisos calientes. Pero hay otras opciones.



Ensalada de garbanzos

INGREDIENTES

- 1/4 kg de garbanzos o 2 botes de garbanzos cocidos
- 1 cebolla
- 5-6 rábanos
- 1 bote de bonito en aceite
- 1 lata de anchoas
- 100 g de aceitunas negras
- 1 lechuga
- 2 tomates
- 2 huevos duros

Aliño:

- 8 cucharadas de aceite
- 3 cucharadas de vinagre
- sal • pimienta

PREPARACIÓN

Si los garbanzos son de lata, escurrirlos y cocerlos 1/2 hora. Si son secos, remojarlos y cocerlos durante 2 1/2 horas (20 minutos en la olla a presión).

4 RACIONES 40 MIN

Picar la cebolla y los rábanos en trocitos, las aceitunas en rodajas, las anchoas en tiras y abrir el bonito en lascas. Mezclar con los garbanzos y aliñar. Fondear los platos con lechuga y cubrir con garbanzos, gajos de tomate y rodajas de huevo.

Aliño: Disolver sal y pimienta en el vinagre y emulsionarlo con aceite.

BÁSICAS EN LA DIETA

Raciones

La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria recomienda comer entre 2 y 4 raciones de legumbres a la semana. Una ración equivale a 60 y 80 gramos cuando está cruda y entre 150 y 200 una vez cocida.

Varietades

Las legumbres pueden comprarse secas, de bote, en conserva o congeladas y su composición nutricional no varía. Además, son una opción barata para la cocina. Son ricas en carbohidratos complejos y aportan poco azúcares pero se pueden usar algunos trucos para aumentar sus beneficios, por ejemplo, para favorecer la absorción de hierro combinarlas con cítricos o pimienta verde crudo.

Ensalada de alubias rojas con queso

4 RACIONES 45 MIN

INGREDIENTES

- 1 bote de judías rojas
 - 1 cebolla blanca dulce
 - 1 tomate maduro bien rojo
 - 1 piparra
 - 100 g de queso de cabra
 - 1 aguacate
 - 1 mango
 - 4 huevos de codorniz
- Crema de yogur:**
- 1 cucharadita de mostaza
 - 1 yogur
 - 1 cucharada de queso crema
 - 1/2 cucharadita de hierbas picadas (perejil, orégano, etc.)
 - sal
 - pimienta

PREPARACIÓN

Ecurrir las judías del jugo del bote, lavarlas y cocerlas en agua con sal 20 min. Ecurrirlas y ponerlas en una ensaladera. Picar la cebolla fina y cortar la piparra o guindilla verde en aros finos.

Pelar y cortar el tomate, el aguacate y el mango en dados pequeños y mezclarlos con la cebolla, la piparra y el queso

en trocitos. Cocer los huevos en agua con sal 5 min. pelarlos y cortarlos a la mitad. Mezclar las judías con todos los ingredientes y regar la ensalada con la salsa.

Salsa: Mezclar el yogur con la mostaza y el queso crema, sazonar con sal, pimienta y las hierbas picadas.

EN NAVARRA Y EL PAÍS VASCO, LAS JUDÍAS ROJAS SON MUY POPULARES Y ALGUNAS TIENEN D.O.P., COMO LAS DE TOLOSA



Ensalada de lentejas con abadejo

6 RACIONES 30 MIN

INGREDIENTES

- 350 g de lentejas
- 300 g de abadejo ahumado
- 3 chalotas rosa
- 3 barras de perifollo
- 2 cucharadas de vinagre de Jerez
- 6 de aceite de girasol
- 1 de aceite de avellana
- el jugo de medio limón
- 1 ramito de hierbas aromáticas
- 1 zanahoria
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- sal y pimienta

PREPARACIÓN

Pelar la cebolla y picar. Pelar y cortar las zanahorias a la mitad. Poner las lentejas en una cacerola. Añadir las hierbas, la cebolla y la zanahoria. Salpimentar. Cubrir con agua y hervir. Cocer durante 30 min. Mientras tanto, pelar y picar finamente las chalotas.

Cortar el filete de abadejo ahumado en pequeñas rebanadas. Ponerlas en un plato, salpimentarlo y

rociar con el jugo de limón. Ecurrir y colocar las lentejas en un tazón. Añadir las chalotas. Mezclar el aceite, el vinagre de Jerez, el aceite de girasol y avellanas, sal y pimienta. Verter el aderezo sobre las lentejas.

Mezclar y dividir la ensalada en platos hondos. Lavar el perifollo y secar. Dividir las rebanadas de abadejo ahumado en los platos, adornar con hojas de perifollo y servir.



Pierde los kilos que has ganado en vacaciones

¡No hay excusas! Ha llegado el momento de combatir los excesos del verano. Te proponemos un plan para que en tan solo una semana pierdas al menos un par de kilos

TAPAS, fritos, refrescos, copas, postres y helados... El verano deja

huella en nuestra línea y ahora toca perder esos kilitos que se han ido acumulando casi sin darnos cuenta. Pero no te preocupes, no tienes por qué desesperar en el intento. Te contamos las mejores estrategias para adelgazar en una semana de forma rápida y sin el temido efecto rebote. Eso sí, no debes de vivir en dietas estrictas. Solo tienes que depurar y drenar tu organismo tras los excesos. Después, lo ideal será que cambies tu estilo de vida con nuevos hábitos alimenticios y practicando ejercicio físico. ¡Apunta estos consejos!

1 No te saltes el desayuno

Si te despiertas entre las 7 y las 10 de la mañana, asegúrate de desayunar lo suficiente para evitar comer hasta la hora del

almuerzo. **Si te levantas aún más tarde, opta por un brunch saludable.**

Incluye fruta fresca, café, leche, té, bebida vegetal o cacao puro. Varía tu bebida para evitar la monotonía.

2 Bebe mucha agua

Cuando bebemos poca agua nuestros riñones trabajan más lento y se acumulan toxinas en

nuestro organismo.

Por ello, es clave beber al menos dos litros al día, **para mantenerte hidratada y acabar con la retención de líquidos que acarrea el verano.**

Si puedes, mejor hazlo fuera de las comidas, te dará una mayor sensación de saciedad y, por tanto, ayudarás a reducir la ingesta posterior de calorías.

3 Cuidado con las cantidades

Para que el organismo aumente el metabolismo y quemar calorías más rápidamente es clave aumentar las proteínas en la dieta. ¡Pero cuidado! **No debes pasarte con las cantidades en tus platos. Lo ideal es no sobrepasar los 100 gramos de carne.** En cuanto a las legumbres, la ración correcta en crudo

TRATA DE SALIR A CAMINAR A PASO LIGERO DURANTE AL MENOS 45 MINUTOS AL DÍA

ASESORA: Dra. Elena Soria Gómez,
Médico Nutricionista de Clínica Menorca

DIETA -2 KILOS EN UNA SEMANA

	Desayuno	Almuerzo	Comida	Merienda	Cena
LUNES			<ul style="list-style-type: none"> Espinacas al vapor Pechuga de pollo a la plancha 		<ul style="list-style-type: none"> Tortilla de calabacín
MARTES	<ul style="list-style-type: none"> 1 fruta fresca 		<ul style="list-style-type: none"> Menestra de verduras 2 huevos duros 		<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de canónigos y rúcula con caballa
MIÉRCOLES	<ul style="list-style-type: none"> Pan integral (30-40 g) con 25 g de jamón serrano, york o pavo 	<ul style="list-style-type: none"> 1 tortita de arroz 	<ul style="list-style-type: none"> Acelgas hervidas Salmón en papillote 	<ul style="list-style-type: none"> 1 fruta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de hojas verdes Salmón a la plancha
JUEVES	<ul style="list-style-type: none"> Café, té o cacao puro (sin endulzar) con un poco de leche de avena o almendras 	<ul style="list-style-type: none"> 1 yogur desnatado Infusión de té verde 	<ul style="list-style-type: none"> Habas salteadas con cebolla Filete de ternera 	<ul style="list-style-type: none"> 15 g de frutos secos 	<ul style="list-style-type: none"> Tortilla de espinacas
VIERNES			<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de hojas verdes Salmón a la plancha 	<ul style="list-style-type: none"> Infusión de té rojo 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada con tomate cherry y gambas
SÁBADO			<ul style="list-style-type: none"> Brócoli al vapor Sepia a la plancha 		<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de canónigos, rúcula y queso de burgos
DOMINGO			<ul style="list-style-type: none"> Hortalizas a la plancha Chuletitas de conejo a la plancha 		<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho Queso de Burgos 0%

Ten en cuenta...

✓ Vigila el azúcar

Puede que no añadas azúcar al café, pero vigila si lo estás tomando a través de verduras envasadas, purés de tetrabrik, yogures o ciertos platos precocinados. Ten cuidado y empieza a leer las etiquetas de lo que compras, hay alimentos que contienen más azúcar de lo que en principio pensamos.

✓ El dulce adecuado

Si tienes unas ganas irresistibles de llevarte algo dulce a la boca, que sea una onza de chocolate negro (mínimo 80% de cacao puro), un par de galletas integrales sin azúcar, una gelatina 0% o un poco de fruta deshidratada.

Te ayudarán

► Sticks bebibles Quemagrasas, de Aquilea. 13,60€



► Comprimidos Captador de grasas 3 en 1, de Oenobiol. 20,35€

► Ampollas Arkofluido Quemagrasa BIO, de Arkopharma. 25,90€



► Cápsulas Xtraslim 700, de Forté Pharma. 39,95€

sería de 80 gramos. Y de arroz y pasta trata de no superar los 70 gramos.

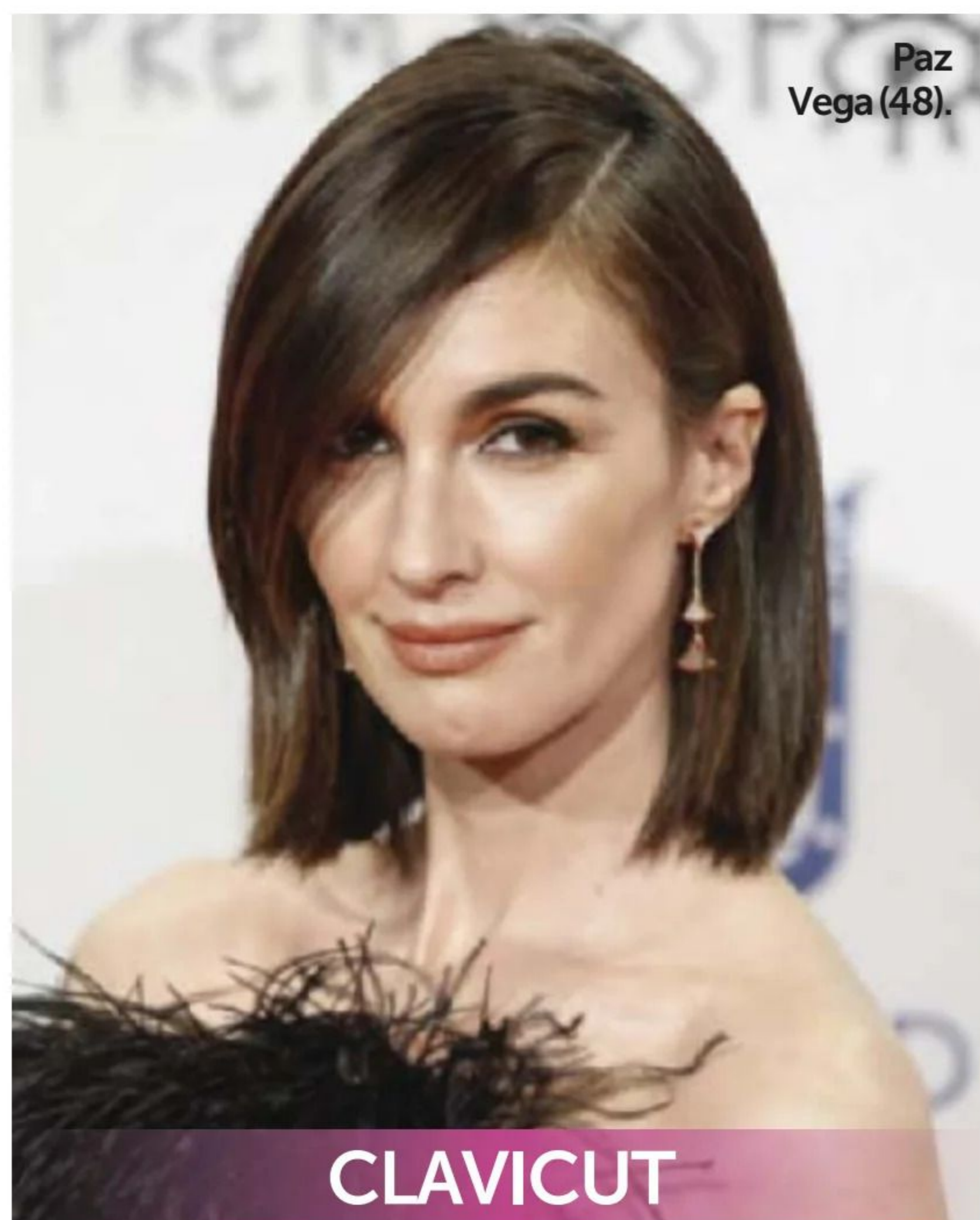
4 Apuesta por lo integral

Los alimentos integrales por lo general engordan lo mismo que sus versiones clásicas, sin embargo, **aportan un plus de fibra que te ayudará a mantener la regularidad intestinal**, clave en tu vuelta a la rutina.

5 Haz deporte cada día

Lo ideal es salir a caminar al menos 45 minutos. Después, también **practica algún ejercicio específico para la zona del vientre, muslos o glúteos**, las zonas donde más se acumula la grasa femenina. Los abdominales y las sentadillas también son básicos si quieres ver resultados en tu silueta.

Los nuevos cortes que más favorecen



Esta temporada hay que despedirse del pixie clásico. Y es que, aunque todo depende del tipo de pelo que se tenga, el próximo otoño volverá con fuerza el bixie. ¿Su seña de identidad? Un híbrido entre el pixie y el bob. Eso sí, para acertar con este corte de pelo es fundamental lucirlo muy capeado y siempre acompañado de un flequillo largo y abierto.

¿A quién favorece?

El bixie es clave para rostros ovalados y melenas con rizos suaves. Sin embargo, para cabellos muy finos o extremadamente lisos, es mejor optar por una largura mayor, con textura despeinada, ideal para acompañar con flequillo tupido.



► Champú Brillo Sublime Hair Prodigueux®, de Nuxe. 21,15€

► Crema de peinado No frizz Smooth Styling, de Living Proof. 40€



► Mascarilla Metal Detox Serie Expert, de L'Oréal Professionnel. 24,82€

Sin duda entre los cortes de pelo que van a conquistar el otoño 2024 se encuentra el clavicut. Se trata de un corte lineal y contundente que incluye un flequillo recto (o en ligera cortina) para sumar un toque chic y sofisticado a cualquier edad. ¿Más ventajas? Es cómodo, fácil de peinar, y con el largo infalible para poder llevarlo suelto o hacerse un moño bajo.

¿A quién favorece?

El nuevo corte clavicut destaca especialmente por **su estructura limpia y precisa, por lo que es una gran opción para los rostros alargados**, ya que el flequillo largo y clásico consigue equilibrar los rasgos de manera rotunda.



► Champú Tratante Suave, de Caudalie. 7,70€

► Acondicionador Discipline Fondant Fluidealiste, de Kerastase. 40,50€



► Crema de peinado Ocean Mist Hair Cream, de Sachajuan. 29€

El verano, en mayor o menor medida, siempre pasa factura a las melenas. Resetea tu cabello y empieza la temporada con un cambio de look. Toma nota, estos son los cuatro cortes de pelo que se imponen ahora



Vanesa Lorenzo (47).

KITTY CUT

Inspirado en los años 70, el corte kitty se abre sobre el rostro, capa a capa, acentuando las facciones y aportando mucho volumen. La idea es que la melena sobrepase los hombros con capas suaves y puntas desfiladas, para lograr un look femenino y delicado. Aunque ojo, porque en este corte también son aptos los escalados y los flequillos largos, tipo cortina.

¿A quién favorece?

El corte kitty **sienta bien a todos los tipos de rostro, pero especialmente a los ovalados y cuadrados.** Y recuerda: para conseguir un aire aún más juvenil y una melena con más cuerpo, una buena opción es peinar la raya hacia un lado.



► Mascarilla restauración extrema, de Shu Uemura. 75€



► Aceite capilar Keratin Repair, de Apivita. 14,90€

► Champú Anticaída Hair Loss Shampoo Go Organic, de Farma Dorsch. 42,30€



Blanca Suárez (35)

SOFT SHAG

El corte soft shag es una reinterpretación del clásico shag, pero en versión suavizada. Se trata del estilo a capas más rompedor de la última temporada, que se postula como la propuesta más segura para las melenas densas y muy voluminosas. ¿Otro plus? Además de rejuvenecer al instante, el soft shag cuenta con una virtud importante: permite no ser esclava del salón de peluquería cada poco tiempo.

¿A quién favorece?

Este corte es perfecto tanto **para cabellos ondulados con textura**, como para melenas más lisas pero que buscan un toque de volumen y movimiento, pero sin restar calidad al cabello.



► Sérum para el pelo encrespado Smoothing Oil-Infused Leave-In Concentrate, de Kiehl's. 37€

► Structure Repair Nourishing Conditioner, de La Biosthétique. 35,50€



► Mascarilla reparadora profesional Ultimate Repair, de Wella. 25,90€

Boquerones: una joya del mar muy nutritiva

● **Ricos en ácidos omega 3**, favorecen la salud cardiovascular y reducen la presión arterial y los triglicéridos. También mejoran la memoria y la salud ocular.

● **Son una gran fuente de proteínas** fundamentales para la reparación de tejidos, el crecimiento, la formación de hormonas y el funcionamiento correcto del sistema inmunológico, ayudando a prevenir infecciones.

● **Se trata de un alimento bajo en calorías y grasas** por lo que es muy recomendable para mantener un peso saludable.



BELLEZA

Cabello bien hidratado

Si tras las vacaciones notas tu cabello más seco de lo normal, prueba con esta mascarilla compuesta por 1/2 plátano y dos cucharaditas de miel. Extiende la mezcla por el pelo humedecido, deja actuar 20 minutos y aclara con agua.

REMEDIO EFICAZ

INFUSIONES DE SALVIA PARA LA MEMORIA

La salvia activa los sentidos, mejora la función del cerebro y ayuda a retrasar el deterioro cognitivo asociado a la edad. Es recomendable tomarla en forma de infusión.

¿Se deben lavar los huevos?

Si vas a conservar los huevos en el frigorífico no debes lavarlos, ya que eso puede provocar que las bacterias pasen al interior de los mismos. Si están muy sucios, puedes lavarlos justo antes de cocinarlos.

SALUD

Cómo hacer batidos detox

1 No incluir las cinco raciones

No pretendas tomar de golpe las cinco raciones de fruta y verdura diarias recomendadas en un batido detox. Tu cuerpo no podrá asimilar todos los nutrientes.

2 Más verdura y menos fructosa

Es mejor que el batido contenga más verdura que fruta para evitar tomar mucha fructosa de golpe y que suba el azúcar en sangre.

3 Ricas en fibra y diuréticas

Escoge frutas y verduras de temporada y procura que estas últimas sean ricas en fibra y diuréticas (apio, pepino, espinacas, alcachofa...). Completa el batido con semillas y/o especias.



Alimentos que aumentan la libido

SALUD

✓ **Chocolate negro.** Este alimento ayuda a liberar endorfinas, que son conocidas como las hormonas de la felicidad. Unas onzas que contengan al menos un 75 % de cacao pueden favorecer la excitación.

✓ **Frutos rojos.** Son ricos en antioxidantes y vitaminas que aumentan los niveles de energía y vitalidad.

✓ **Chiles.** Contienen capsaicina, que ayuda a liberar endorfinas.

✓ **Ostras.** Son ricas en zinc, un mineral importante en la producción de las hormonas sexuales.

✓ **Jenjibre.** Mejora el flujo sanguíneo y es un excelente ingrediente en un cóctel afrodisíaco.



AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco	POLÍTICO ARGENTINO BEBIDA MUY DULCE ATOABA	ANILLOS RÍGIDOS LOMA PEQUEÑA RELATAN, REFIEREN	UNA CONSONANTE EXPULSABAN HACE UN TABIQUE CIEN	ISRAEL INCLUSO IMPLORABA ENEA	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO HACER AL HORNO	EL YO PERSONAL MALLA EXHALAR HIJO DE NOÉ	DE LA CIUDAD, PL. CAUSAR AZARAMIENTO CIENTO UNO	... NIN, ESCRITORA DIO LATIDOS VACACIÓN DE UN DÍA	SAXOFÓN OBTUSOS, SIN PUNTA UNIMOS METALES POR FUSIÓN
COLOQ., FINGIMIENTO EL UNO EN LA BARAJA									
ERBIO LAGO PEQUEÑO									
CORTA CON LOS DIENTES PECHO									
... WILDE, ESCRITOR BRITÁNICO PREF., VIDA									
SÍMBOLO QUÍMICO DEL NITRÓGENO ESCAPARÁS									
HAGAN LANZAMIENTOS FINAL DE INFINITIVO									
PERSONAJE BÍBLICO PERSONA ADMIRADA									
QUISIERA, SINTIERA AMOR EL TÍO ..., USA									
HICE UNA RENOVACIÓN MATR. DE TOLEDO					↓				
SIGLAS DE "ANTIGUO TESTAMENTO" EMITÁIS GEMIDOS									
GOLPE FUERTE Y RUIDOSO									
ESTE, PUNTO CARDINAL FERTILIZA PRIMERA LETRA DEL ABECEDARIO									
BÁSQUET DE USA LAGO SALADO DE ASIA CENTRAL									
TAILANDÉS LABRASE LA TIERRA CON EL ARADO									
CETÁCEOS VORACES CALLE DE UN PUEBLO									
EMBUSTES, MENTIRAS ESTADO MAYOR									
BARIO ENHIESTO, ERGUIDO									
COLOQ., CADERA PRONOMBRE POSESIVO, PL.									





CRUCIGRAMA

Nº 2.808

HORIZONTALES

- 1:** Que actúa con lealtad. ...
V, un rey de Noruega.
- 2:** Quitábamos la suciedad.
- 3:** Cometer un atentado.
Yerno de Mahoma.
- 4:** Símbolo del cobalto. Se equivocarían.
- 5:** Agriado, avinagrado.
Produce beneficio anual una cosa.
- 6:** A ..., casi tocando. ... en la cuenta, me di cuenta.
- 7:** Tosco, ordinario. Se ..., se mofó.
- 8:** Pusierais fea alguna cosa. Internet Protocol.
- 9:** Tratamiento inglés.
Haciendo la sisa.
- 10:** Se ..., se sofocarían.
- 11:** Preparan en el horno.
Raspada la superficie de una cosa con un instrumento cortante.

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

VERTICALES

- 1:** Fijador para el cabello.
Asiento de columna.
- 2:** Relativa a la litografía.
- 3:** Nombre de letra. Paletas para volver fritos.
- 4:** Deportista que practica la apnea. Dativo de pronombre personal.
- 5:** Unidad de volumen. ... Welles, cineasta.
- 6:** Aare, río suizo. ... France, compañía aérea.
- 7:** Llevar a cabo una acción. Hacer un bis.
- 8:** Artículo determinado, fem. Rechazará justificadamente una cosa.
- 9:** Perder su fuerza el viento. Número de identidad de extranjero.
- 10:** Cualidad de volátil.
- 11:** ... die, sin fijar fecha.
Contrapón.

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

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

Difícil

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



1



2



3

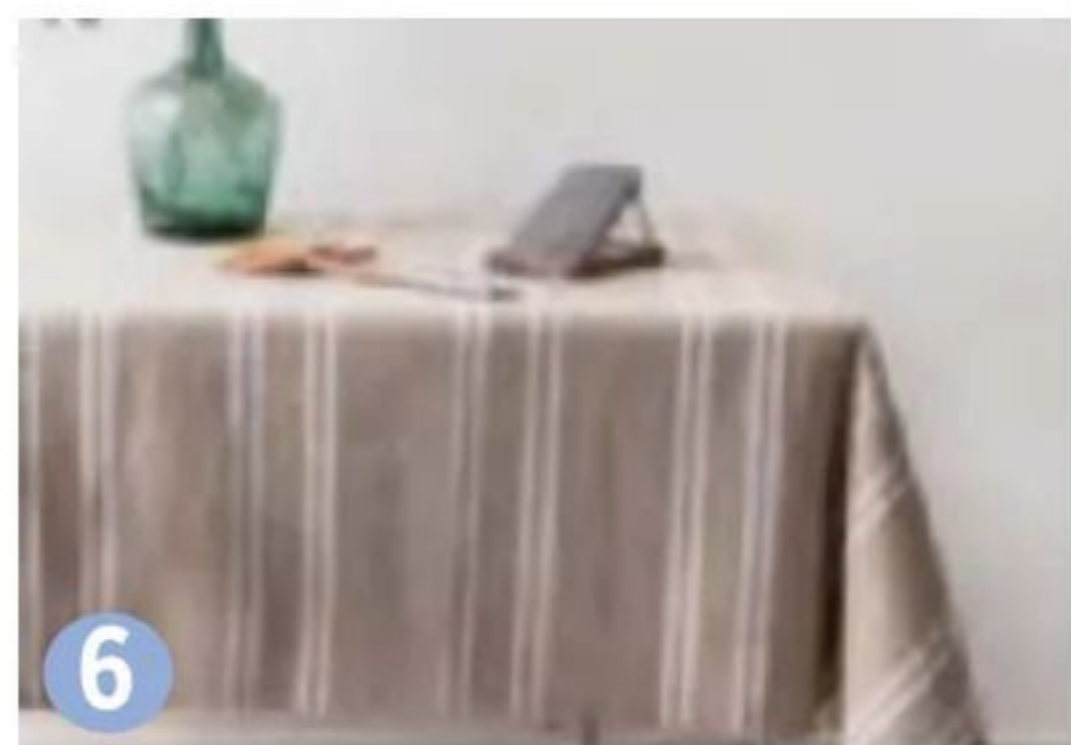


4

FOTO 1 SÍMBOLO DEL BARIO	OVNI, EN INGLÉS	ALUMINIO PREPARÓ EN EL HORNO	FOTO 6 ENTREGUÉ	MOMENTO	BALIDO MUCHE-DUMBRE	MENCIÓN DIOS EGIPCIO DEL SOL	COMUNIDAD AUTÓNOMA CÉRVIDO EUROPEO	FOTO 8 DE ..., SIN PAREJA
	FOTO 2 NOMBRE DE VOCAL, PL.			FOTO 3 CAMINO ESTRECHO				
BARCOS, BAJELES REMITENTE			PIDE CON URGENCIA HOLMIO			SUJETÓ, AMARRÓ CERVEZA INGLESA		OBI, RÍO SIBERIANO INTERJ. DE ANIMO
		INTERJEC- CIÓN DE ASOMBRO ESTROPEE	DE LA TEA, FEM. EN FRAN- CÉS, JUAN			UN COMPO- NENTE DEL HORMIGÓN FURIA		
MANGO, AGARRA- DERO KILOLITRO		UN AGUAR- DIENTE HAGA RAJAS			NOMBRE ÁRABE ABREV. DE "APARTADO"		ZAMORA RED DIGITAL	HERMANO DEL PADRE
	JÚNIOR TOCAR LA CAMPANA		LOCALIDAD ALICANTINA PONE LAS BASES		SE EQUIVOCÓ "ID EST", ESTO ES			¡TATE! EN ROMA- NOS, 1502
ATALAYABA ... DUATO, ACTRIZ				PREF., ABEJA DIOS DEL VIENTO		PREF., JUNTO A PLURAL DE LETRA		MÍOS MUY DISTRÁIDOS
		... FONDA, ACTRIZ ALGUNAS		DESCANSE EN PAZ NACE, BROTA		PARTICIO DE "SER" ALABANZA		
SUBAN	ANTÍLOPES DE ÁFRICA DEL SUR FOTO 7		PLANTÍ- GRADO COSTUM- BRES		HICE ELISIÓN ÍDEM			ELEMENTO DE INFOR- MACIÓN
		CLASE SALVADOR ..., PINTOR			PREF., IGUAL ANT., ADONDE		ESCUCHADA LOC. LAT., ... CULPA	
REZAD EJEMPLO		PAVI- MENTAD HACER UN LÍO				ORGANISMO SANITARIO EN INGLÉS, AIRE		AMPLITUD MODULADA ACTÜEN
	AÑADIÓ SAL OBSERVARA			... HARRIS, ACTOR HIJO DE ABRAHAM		LABRÉ LA TIERRA RASPA		UNA ORG. DE TV SIGNO DE DUELO, PL.
CUATRO COMIENZA		VIRNA ..., ACTRIZ REMAS HA- CIA ATRÁS		JUEGO DEL ESCONDITE TRAMO UNA INTRIGA		POÉT., BLANCOS ... PENN, ACTOR		
			SUYO EINSTENIO		EN LATÍN, ARTE POR ... DE, A CAUSA DE		PATRIA DE ABRAHAM ABREV. DE "SEÑORA"	ANAÍS ..., ESCRITORA
ARROJAS, LANZAS	EDUCACIÓN INFANTIL ABREV., ÍTEM		ACCIÓN DE REARMAR SU EXCE- LENCIA			PERMA- NEZCAN EN UN LUGAR BISMUTO		ABRE- VIATURA DE "APLI- CACIÓN"
			SADOMA- SOQUISTA			DIGNIDAD DE BARÓN		
PONGAN TASA				FOTO 5				SÍMBOLO DEL NEPTUNIO



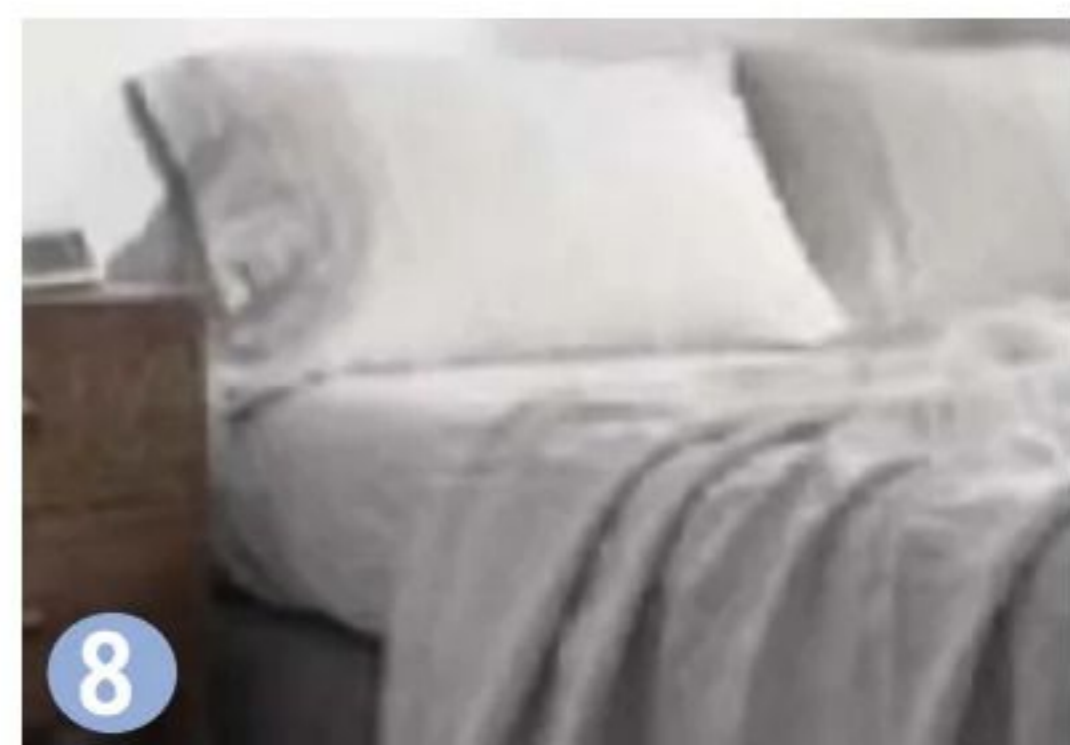
5



6



7



8



DAMERO

Nº 2.861

1 F	2 M	3 N	4 J	5 N		7 N	8 N	9 I	10 J	11 F		13 I		15 F
16 Q	17 E	18 Q	19 Q		21 R		23 B	24 P	25 J		27 K	28 B	29 A	30 L
31 Q		33 N	34 O	35 L	36 P	37 R		39 Q	40 G	41 I	42 L		44 O	45 B
46 E	47 E	48 H		50 O	51 I	52 F		54 D	55 M	56 D		58 O	59 K	60 N
61 R	62 H	63 G		65 D	66 R	67 B	68 F	69 G	70 O	71 R	72 M		74 C	75 C
76 A		78 R	79 K		81 P	82 R	83 G	84 O		86 H	87 D	88 M	89 G	90 Q
91 D	92 H	93 K	94 H	95 O	96 P		98 G	99 K		101 I	102 C	103 L	104 M	105 M
106 L	107 B	108 C	109 B		111 P	112 L	113 N	114 P	115 O	116 D		118 R	119 A	120 A
121 A		123 Q	124 I	125 A	126 N		128 K	129 C	130 E		132 G	133 M	134 D	
136 B	137 C	138 Q	139 I	140 H	141 P		143 F	144 J	145 A		147 K	148 J	149 C	
151 L	152 F	153 M		155 H	156 E	157 E	158 J	159 L	160 P	161 E	162 J			

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

- A. 76 145 29 125 119 120 121
Arbusto que da endrinas.
- B. 109 136 45 67 107 23 28
Relativo a la navegación.
- C. 137 108 149 74 75 129 102
Coloq., enfado.
- D. 91 65 54 116 56 87 134
Imitáis las acciones de otro.
- E. 157 156 46 130 17 161 47
Dan mordiscos.
- F. 11 143 1 68 52 15 152
Ocho veces diez.
- G. 69 89 63 40 132 83 98
Rescatad de la esclavitud al cautivo.
- H. 94 92 155 62 140 48 86
Haced inhalaciones.
- I. 9 101 51 41 13 139 124
Doblaba en codo.
- J. 10 158 148 25 4 162 144
Dios griego del vino.
- K. 99 128 93 59 147 27 79
Acompañó a alguien para protegerlo.
- L. 151 30 103 112 35 159 42 106
Formado por una sola pieza.
- M. 105 55 88 72 133 104 2 153
Hinchadas.
- N. 8 5 60 113 33 126 3 7
Ensuciaba una cosa.
- O. 115 50 95 44 84 58 34 70
Concluían, terminaban.
- P. 160 36 81 114 141 96 24 111
Forúnculos.
- Q. 90 138 19 123 16 31 18 39
Ásperos al tacto.
- R. 82 78 118 37 21 71 61 66
Que ha sido objeto de ensayo, fem.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.860

Pero yo he de ver libre mi nativo tesoro de adheridas escorias iré limpiando el oro hasta arrancarle toda bastarda agregación. Hollando sugerencias, romperé la maraña...

Clave: Margarita Abella Caprile.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.807

HORIZONTALES.

- Halo. Faba.
- Herencia. LL.
- A. Rodillazo.
- Reinará. Tac.
- Isbas. Suero.
- Cid. Sra.
- Tosan. Turia.
- Art. Atorase.
- Piamontes. R.
- AA. Emparejo.
- Luci. Lana.

VERTICALES.

- Hari. Tapa.
- He. Escorial.
- Arribista. U.
- Leonada. MEC.
- Ondas. Naomi.
- CIR. TNP.
- Filas. Total.
- AAL. Usurera.
- B. Aterrasen.
- Alzárais. Ja.
- Loco. Aero.

LIBROS

● **El asesino de los caramelos de violeta.** En los años finales de la dictadura de Franco, Madrid está viviendo una ola de muertes catalogadas como suicidios y accidentes. Todas las víctimas son mujeres jóvenes, y solo Lucio Garza, un sagaz médico forense, se da cuenta de que el asesino tiene un *modus operandi*: una muerte cruel endulzada con caramelos de violeta. **Espasa. 21,90 €.**

● **Padrenuestro.** Un nuevo caso del detective Nico Ros, días después de los hechos narrados en *Marismas* y aún convaleciente de las heridas sufridas en el caso. Esta vez investiga la desaparición de un colega, el inspector Pàmies, a cargo de la investigación de un macabro crimen en un granero. **Espasa. 22,90 €.**

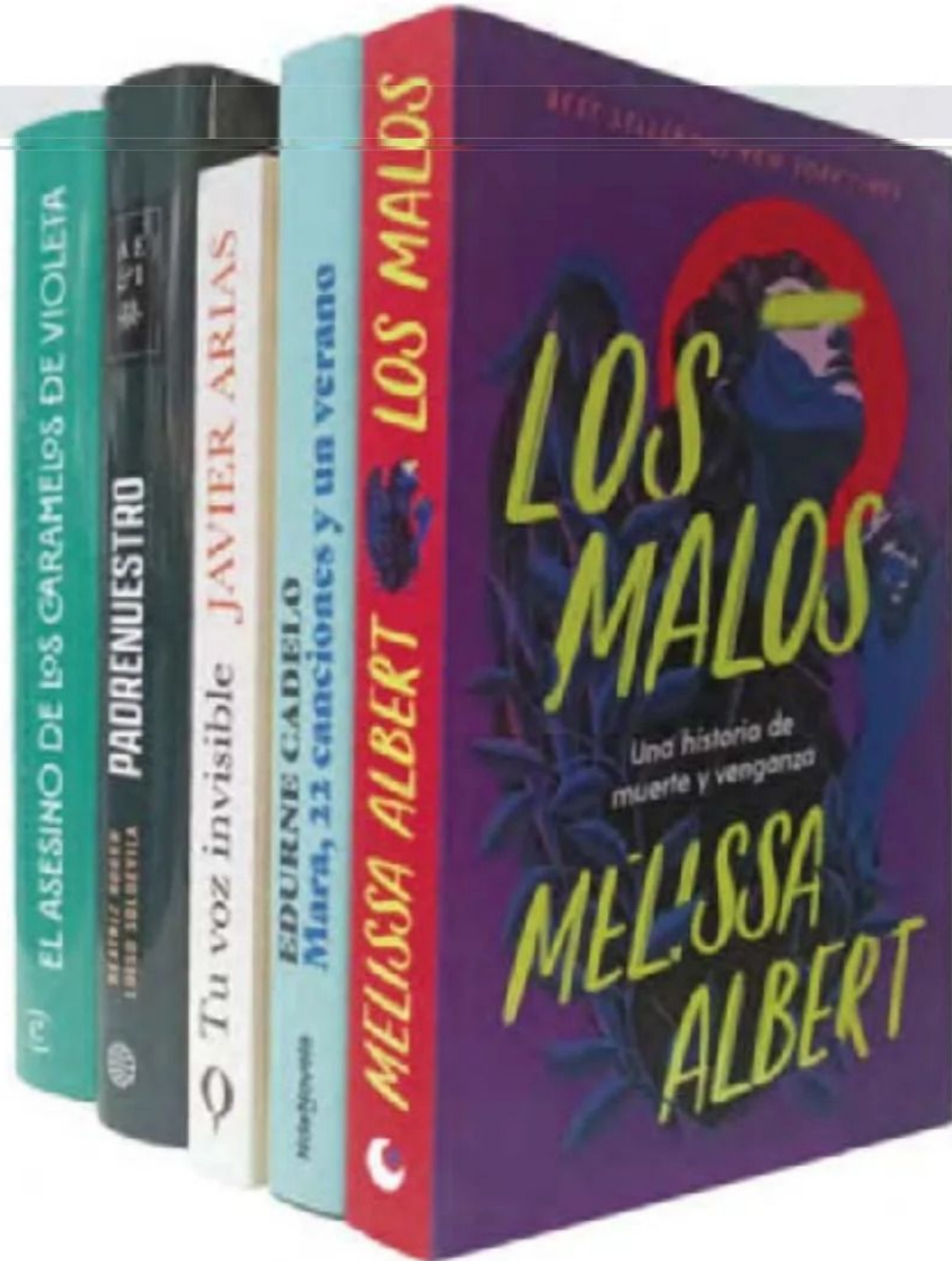
● **Tu voz invisible.**

La periodista argentina Clara Guinzburg quiere encajar el puzle de su historia familiar y, al mismo tiempo, escribir su primera novela, donde el presente y

el pasado se hilan en silencio. Pero no será sencillo porque todos los que la rodean parecen callar algo. Los muertos también hablan. Solo hay que saber escucharlos. **Plata Ed. 18 €.**

● **Mara, 22 canciones y un verano.** Reconectar con la mujer que un día fue. Eso es lo que necesita Mara, que por fin va a cumplir la promesa que le hizo a su mejor amiga, Jimena. En principio iba a ser un fin de semana tranquilo, pero Jimena le propone algo más loco. Y ella, que nunca se arriesga, dice que sí. **NdeNovela. 19,90 €.**

● **Los malos.** Durante una noche de invierno, cuatro personas desaparecen de un pequeño pueblo sin dejar rastro, entre ellas Becca, la mejor amiga de Nora, que ahora debe averiguar la verdad. En su investigación, encuentra un reguero de mensajes en código que Becca le ha dejado para que los descifre y la llevan hasta una oscura leyenda local. **Umbriel. 21 €.**



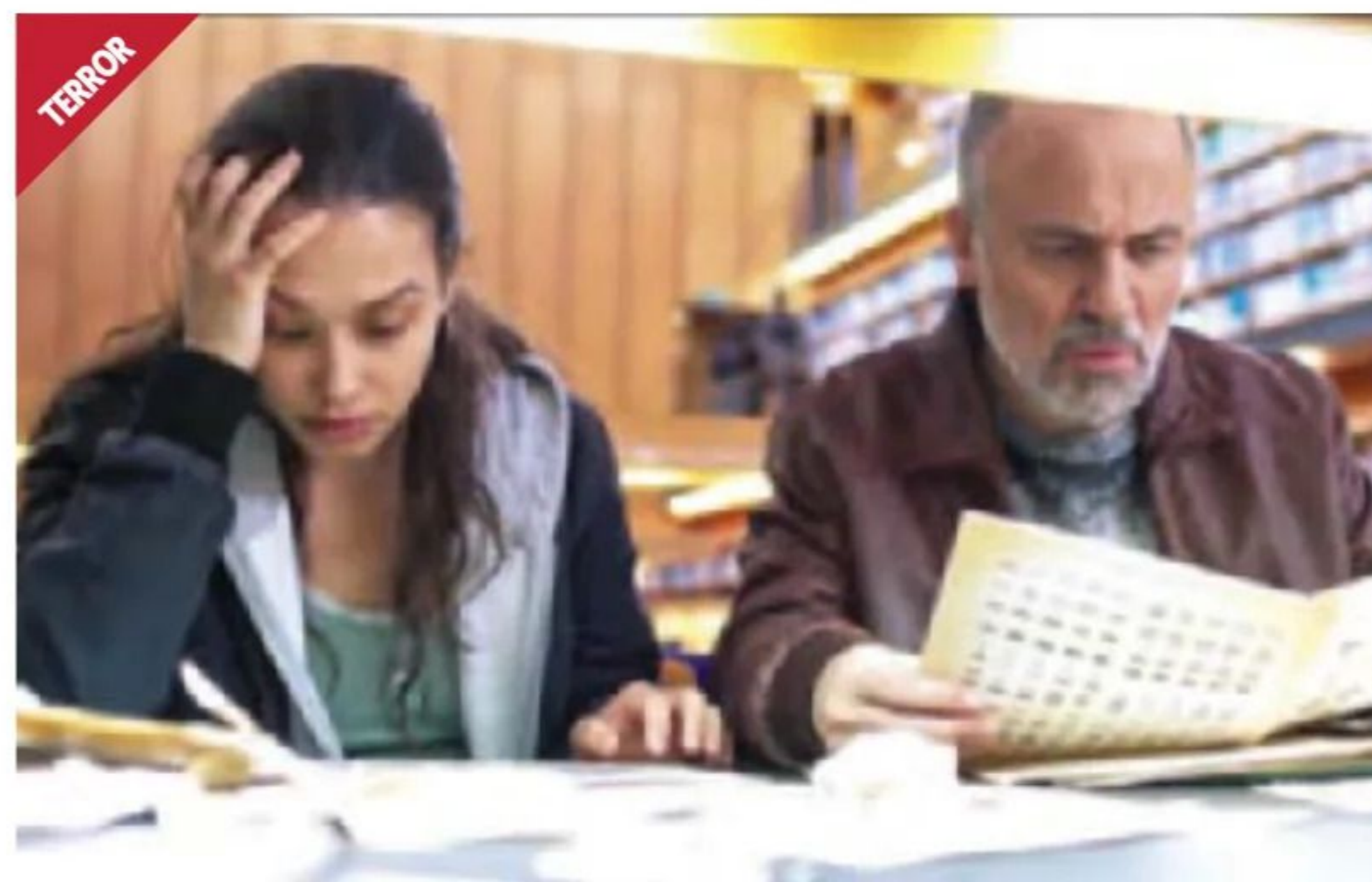
CINE ESTRENOS 6 DE SEPTIEMBRE



Bitelchús Bitelchús

Nac: EE. UU. **Dir:** Tim Burton. **Int:** Michael Keaton, Winona Ryder, Jenna Ortega, Justin Theroux.

Lydia Deetz (Winona Ryder) vive aún atormentada por Bitelchús (Michael Keaton), y las cosas van a peor cuando su hija Astrid (Jenna Ortega) descubre en el desván de su casa el portal al Más Allá. Ahora solo es cuestión de tiempo que alguien diga Bitelchús tres veces y el travieso demonio regrese para desatar su propio caos.



Estación Rocafort

Nac: España. **Dir:** Luis Prieto. **Int:** Natalia Azahara, Javier Gutiérrez, Valèria Sorolla.

Laura (Natalia Azahara) empieza a trabajar en la vieja parada de metro de Rocafort. No tardará en descubrir una leyenda que la empezará a perseguir: allí ha muerto mucha gente en extrañas circunstancias. Decidida a descubrir la verdad, pide ayuda a Román (Javier Gutiérrez), un expolicía que alberga sus propios demonios.



ARIES

21/3 - 20/4

SALUD: Iniciarás nuevas aficiones que favorecerán tu bienestar.

DINERO: Conseguirás algo que parecía casi imposible. Será el momento de materializar tus sueños.

AMOR: Periodo idílico y apasionado. Cuidado con las envidias.

Lleva contigo un azabache de protección.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Encuentra el equilibrio y evita los cambios de humor.

DINERO: Deberás darte el valor que mereces y defender la mejora en tus condiciones.

AMOR: Tendencia a sentir confusión sentimental o agobio. Necesitarás tiempo y espacio para aclararte.

Una amatista te ayudará a tener claridad mental.

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Cuidado con las caídas, golpes y pequeños accidentes. Moles-tias de cadera.

DINERO: Aparecerá una nueva oportunidad que, de aprovechar sin miedos, será muy ventajosa.

AMOR: Evita las relaciones compli-cadas, tóxicas y negativas.

Una pirita favore-cerá la abundancia y prosperidad.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Cuida tus piernas por posi-bles lesiones o dolores.

DINERO: Trabaja en tu actitud ante la sensación de abu-rimiento o desidia por la monotonía.

AMOR: Ayudar es noble, pero evita ser invasivo y res-peta la voluntad de quien no desea ser ayudado.

Quema velas blan-cas para la buena energía.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Renovarás tus motivaciones trabajando con disciplina por tus objetivos.

DINERO: Encontra-rás el modo de afrontar todos los pagos y gastos.

AMOR: Entrega lo mismo que espe-ras recibir. Evita a las personas inte-resadas y promue-ve el equilibrio.

Pon velas de canela que atraigan dinero.

El mejor signo

Aries
Victoria Beckham
17 de abril de 1974 (50 años)



VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Riesgo de mareos o vértigos. Cuida mucho las cervicales.

DINERO: Contarás con el apoyo financiero necesario. Firma de operaciones, acuerdos o contratos.

AMOR: Deja de intentar cambiar a los otros y sé tolerante con sus puntos de vista.

Un cuenco de sal marina absorberá la negatividad.

LIBRA

23/9 - 22/10

SALUD: Los astros recomiendan vigi-lar la tensión y cuidar el sistema cardiovascular.

DINERO: Forma-ción y estudios. Preparación de oposiciones o pruebas de acceso satisfactorias.

AMOR: Tu inseguri-dad podrá desen-cadenar conflictos en tus relaciones.

Un cuarzo rosa te ayudará a mante-ner el equilibrio.

ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Será reco-mendable revisar que no hay desa-rreglo hormonal y cuidar los riñones.

DINERO: Estabili-dad profesional, pero sin holgura económica. Revisa tu administración.

AMOR: Periodo de disfrute de la vida íntima, pero en lo sentimental, riesgo de dispersión.

Quema palo santo para alejar la ener-gía negativa.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Chequeos, revisiones o trata-mientos médicos que permitirán mejorar tu salud.

DINERO: Revisión de cuentas, movi-mientos, papeles y presupuestos.

AMOR: Será un mes favorable para el amor. Posible inicio de relación sentimental o consolidación.

Pon en la entrada una herradura para la suerte.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Riesgo de bajada de las defensas, infeccio-nes y contagios.

DINERO: Sucesos inesperados que mejorarán tu situa-ción. Actividades de placer.

AMOR: Harás un trabajo de creci-miento personal para reconciliarte contigo y enamo-rarte de ti.

Una pieza de plata o acero atraerá tu buena energía.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Pondrás tu tiempo, energía y dinero en mejorar tu imagen.

DINERO: Ayudarás a quien lo necesite con generosidad y buena disposición. Sacrificio temporal necesario.

AMOR: Aunque no estarás solo, necesi-tarás momentos de soledad, silen-cio y desconexión.

Pasa tiempo en la naturaleza rodea-do de plantas.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Concédete algunas licencias. Vive y disfruta más, trabajando menos.

DINERO: Evita obsesionarte con ganar dinero, p orque correrás el riesgo de no sentirte satisfecho nunca.

AMOR: Los astros anuncian desa-cuerdos y tensio-nes en el entorno.

Quema velas moradas que eli-minen lo negativo.

Tarot
ALICIA GALVÁN

922 679 362
806 514 514

Coste Móvil 804 : 1,21 € / minuto red fijo: 1,37 € / minuto red móvil, IVA incluido. Impresión de 11 líneas. Algoritmo S. L. Apellido de correo: 143. Código Postal 28200. Santa Cruz de Tenerife. Servicio de día y lunes.

QR CODE
PREDICCIONES 2024
aliciagalvan.com

Aurora
Vidente Natural y Sensitiva
Sin Sonsacarte Información

Consultas Serias. Sinceras, Honestas y Profesionales

981 960 329

Digo lo que veo, te recomiendo que sólo me llames si estás dispuest@ a escuchar tanto lo que te guste como lo que no te hubiera gustado oír

806 454 009

Código número por Servicio Red Fija 127 líneas. Red Móvil 157 líneas. Móvil 18 líneas. Servicio Profesionales 5704 2023 Madrid



Luján Argüelles: "La relación que tienes con un hijo es la más importante"

La presentadora vuelve al frente de su famoso programa '¿Quién quiere casarse con mi hijo?', que regresa a Cuatro tras siete años de ausencia

Luján, que es mamá de una niña de nueve años, se encuentra escribiendo un libro sobre cómo es la relación con su hija.



"Para que yo esté con alguien tiene que ser alguien con quien vibre intelectualmente en un pentagrama porque, si no, el tema tiene muy corto recorrido"



NOS confiesa que se encuentra "Soltera y entera". A sus 47 años, Luján Arguelles nos explica que tiene las cosas bastantes claras en su vida y que, aunque de momento su príncipe azul no ha aparecido, no pierde la esperanza de encontrarlo. Aparece con un moreno envidiable, según ella, por el sol de Madrid. "Solo he estado una semanita en Miami, pero fue en por trabajo. Lo demás lo he pasado en Madrid con mi hija", nos dice con su habitual sonrisa. Un merecido descanso que ha compartido con su pequeña de nueve años y a la que está ▶▶▶

►►► muy unida. Pero, como todo lo bueno se acaba, la asturiana ya tiene la mente puesta en todo lo que le depara este septiembre y es que, tras siete años de ausencia, *¿Quién quiere casarse con mi hijo?* regresa a la pequeña pantalla y, como no podría ser de otra manera, con ella de maestra de ceremonias.

Tantos años haciendo de casamentera con los demás, pero ¿qué pasa contigo?

Tendremos que llamar a una universidad tipo Harvard para que haga una investigación (risas).

¿Eres quizás muy selectiva en ese aspecto?

No, ¿selectiva por qué? Pero se me acortan las posibilidades porque la franja de los 20 ya me la he cargado, la de los 30 también...

Muchos de 40 están ya casados...

Bueno, también hay una tasa de divorcio muy elevada. Pero es que el campo de acción se va reduciendo.

¿Tienes muy claro lo que quieres?

Sí, claro. Tiene que ser alguien con quien vibre intelectualmente en un pentagrama porque, si no, el tema tiene muy corto recorrido. El físico tiene su nivel de importancia, pero intelectual y culturalmente tienes que estar en el mismo lugar. Es un pacto de almas que acuerdan que tienen que caminar desde el respeto, desde la colaboración, desde la comprensión, desde mi intimidad que es inviolable, igual que la de él. Desde la certeza de que a estas edades cada uno tiene su círculo... y sobre todo sabiendo que vamos a acompañarnos en el crecimiento, sabiendo que el cre-

cimiento puede ser diferente para ambos.

Aunque Miranda sólo tiene 9 años, ¿cómo vas a ser tu como madre y de suegra?

Estoy escribiendo un libro sobre eso y puse: Luján suegra, ¡socorro! (risas). Yo creo que un hijo es un ser independiente, que tiene su vida y que es suya. El concepto es desde el acompañamiento, no imponer ni aconsejar con malos tonos. Espero que pueda hacerlo bien.

"Mi hija dice que va a ser pediatra y que va a montar una clínica con mi sobrino, que va a ser podólogo"

"La nueva edición de '¿Quién quiere casarse con mi hijo?' es, sin duda la mejor de todas porque las parejas están muy bien elegidas"

¿Tiene muchas cosas tuyas?

No. Yo es que intento no proyectar en Miranda ni frustraciones, ni ilusiones ni deseos personales de ningún tipo. Porque yo lo pasé mal cuando en mi entorno familiar tuve que luchar por dedicarme a la comunicación. Fue una guerra porque yo tenía muy buenas notas y querían que fuese notario, juez o abogado. Así que trato de no proyectar.

¿A tu hija le tira la comunicación cómo a su mamá?

Ella dice que va a ser pediatra y que va a montar una clínica con mi sobrino, que va a ser podólogo (risas).

¿Ella va a ver el programa?

Fue a la grabación, pero no entiende algunos temas. Aunque ya me habla de unas cosas... Eso sí, yo la cigüeña no la he sacado a bailar todavía.

¿Qué se va a encontrar el público en esta nueva edición de QQCCMH?

A mí me gusta ser muy honesta siempre en la vida, y para mí es la mejor edición de QQCCMH. Por muchas razones: porque las parejas están muy bien elegidas, enseguida ves donde está el matiz y puedes empatizar con ellos desde la originalidad, y luego todo el elenco de personajes que vamos encontrando son maravillosos. Todas las ediciones son buenísimas porque si no, no serían historia de la televisión, pero esta edición hace que no pueda más que decir que la genialidad del equipo de edición es indiscutible. Aquí entras en un *dating* y te acaba pareciendo que estás en una *sitcom*. Tiene magia y lo disfrutas mucho.

Con quién te identificas más, ¿con las madres o con los hijos?

Yo me identifico mucho con las madres por la edad que tengo, porque soy mayor, y por otro lado me identifico mucho con los hijos porque estoy buscando el amor y digo: "¡A ver esas técnicas de ligue!". Creo que estamos ante la mejor edición y vamos a disfrutar mucho. Yo no voy a pagar por estar en este programa, pero quizás debería.

¿Cómo fue recibir la llamada para volver a coger este formato?

Fue tan bonito... fue como ese novio que te llama otra vez y dices: ¡Pero si yo estaba enamoradísima! Y te da un

DOBLE REGRESO

La periodista vuelve con fuerza haciendo doblote televisivo. Regresa con uno de los formatos más míticos de Cuatro, *¿Quién quiere casarse con mi hijo?*, el próximo 9 de septiembre. Pero Luján también ha estrenado en Telecinco el concurso "El rival más débil".



vuelco el corazón y sientes que la vida vuelve a tener sentido porque estabas en un túnel sin salida. El formato tenía que volver. El público lo demandaba mucho y creo, además, que regresa en el mejor de los momentos.

¿Cómo te enfrentas después de siete años a este regreso?

Que volviera *QQCCMH* tenía lógica por lo que la gente pedía. Era un formato histórico. Pero cuando te enfrentas a grabarlo ves que han pasado siete años, pero es que el amor siempre está de actualidad y las relaciones entre madres e hijos van a marcarte toda la vida. Yo ahora estoy escribiendo un libro sobre la relación con mi hija -me lo pidieron—y te das cuenta de que es la relación más importante que vas a tener en tu vida. Tú puedes vibrar con relaciones románticas con fulano o mengano, pero la que más va a marcarte como ser hu-

mano es la relación materno filial.

¿Es desde un punto de vista divulgativo?

Yo escribí ya el libro *Aprendiendo de nuevo a vivir* hace dos años que era sobre el proceso de crecimiento personal que viví, y esos aprendizajes los aplicas en la educación de tu hijo para intentar que todas las heridas o los vacíos, las interpretaciones del mundo que tú trasladas a tu hijo, minimizar el impacto todo lo que puedas. Me llamó una editorial y me planteó hacerlo, porque además tiene un tono divertido.

"Lo que intento con mi hija es no proyectar en ella frustraciones, ilusiones, ni deseos personales. Porque yo lo pasé mal cuando en mi entorno familiar tuve que luchar por dedicarme a la comunicación", nos dice

Siete años después de la última edición, ¿has visto que ha cambiado la forma de relacionarse de los jóvenes y de abordar el amor?

Sí, jellos van rápido! Las relaciones interpersonales han cambiado

Y en estos siete años, ¿cómo ha evolucionado Luján?

En el hecho de divertirme en el formato no he cambiado, pero en lo personal, muchísimo. Esto se apreciará en el programa.

.....
Iván Reboso
Fotos: Mediaset

Vuelve 'Gran Hermano' con sus orígenes más presentes que nunca



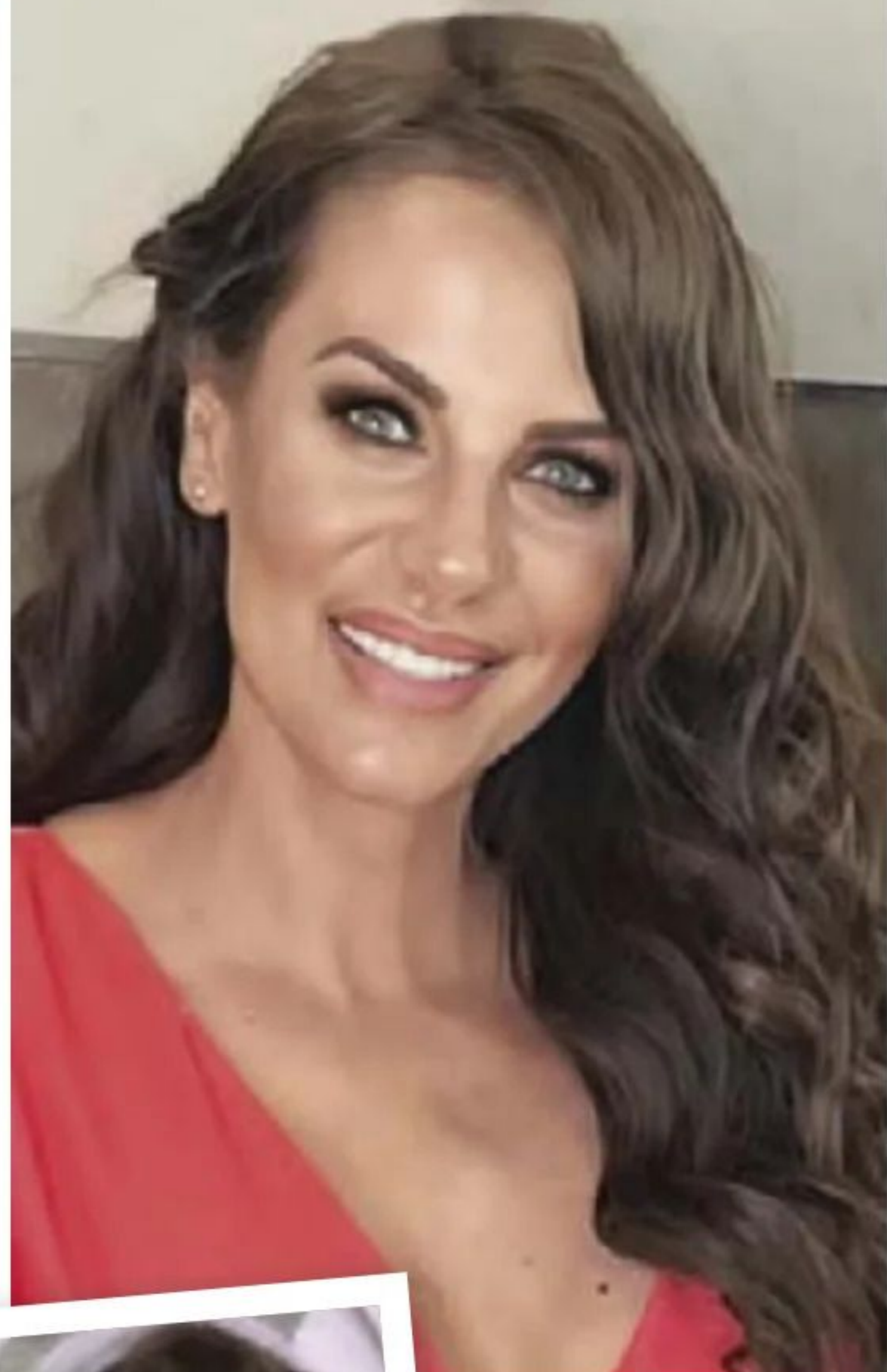
● "Vuelve la gente como tú". Esa ha sido la frase con la que *Gran Hermano* ha promocionado su vuelta a Telecinco, justo siete años después de su última y polémica edición. La versión con anónimos del formato de convivencia llegaba en la primavera del año 2000 dispuesta a revolucionar por completo la televisión. Y eso justamente es lo que se pretende de nuevo con este esperado regreso que promete una vuelta total a los orígenes. Mediaset, consciente de que la esencia del programa se había diluido en los últimos tiempos entre tanta vuelta de tuerca, va a poner toda la carne en el asador desde el jueves 5 de septiembre y durante los próximos tres meses para recuperar esa inocencia de las primeras veces.

Esa candidez y espontaneidad que demostraron en su día Ismael Beiro, Sabrina Mahi, Pedro Oliva, Pepe Herrero, Iván Madrazo, Laura Campos, Susana Molina o Sofía Suescun. Todos ellos fueron ganadores de sus respectivas ediciones y conquistaron al público con su primera experiencia ante las cámaras. Ese es el objetivo de esta edición, la número 19. Jorge Javier Vázquez volverá a ser el maestro de ceremonias en las galas principales e Ion Aramendi hará lo propio en los debates.



ISMAEL BEIRO
Él mismo ha confesado en alguna ocasión el tsunami que supuso para él ganar la primera edición del concurso. Tras eso, se convirtió en un rostro habitual de la televisión. Llegó a presentar formatos y a colaborar en tantos otros. Hasta que los focos se fueron apagando y su carrera llegó a ligarse a la política, como candidato a la alcaldía de Cádiz.





LAURA CAMPOS

Ganadora de *GH12*. Se enamoró dentro de la casa, volvió a la tele en *GHVIP* y ahora es asesora de nutrición.



IVÁN MADRAZO

Se hizo con la victoria en la décima edición. Participó como colaborador en la cadena y creó su propio programa en redes sociales.



PEDRO OLIVA

Uno de los vencedores más carismáticos y recordados. Dejó atrás su profesión de cabrero y ahora es funcionario.



PEPE HERRERO

Uno de los ganadores y estrategias más recordados de *GH*. Ahora se dedica al mundo de la hostelería en Valencia.



SABRINA MAHI

Fue la primera mujer en ganar *GH* y se casó con uno de los concursantes. Ahora es técnico superior en Química.



SUSANA MOLINA

Ganó *GH14* y ahora se dedica a las redes sociales, siendo una de las *influencer* más cotizadas de nuestro país.



TardeAR



Telecinco renueva totalmente su imagen

● La cadena de Fuencarral arranca el nuevo curso con una renovación total de su imagen corporativa, que seguirá estando marcada por la simplicidad, la claridad, la sencillez y que usará el blanco como color unificado en todos sus elementos.

Formatos como *TardeAR*, conducido por Ana Rosa Quintana, serán la piedra angular de esta nueva etapa de la cadena, que promete seguir siendo igual de divertida y gamberra que antaño. Pero además del nuevo logotipo y grafismos, el grupo estrenará

también una nueva campaña protagonizada por sus principales estrellas en la que se moverán a cámara lenta. La propia Ana Rosa, como bien demuestra la imagen que acompaña a estas líneas, Jorge Javier o Joaquín Prat son sólo algunas de ellas.

Georgina estrena temporada en Netflix

● La gran estrella del arranque del nuevo curso en Netflix es Georgina Rodríguez. La influencer y pareja de Cristiano Ronaldo estrena el próximo 18 de septiembre la tercera temporada de su reality, *Soy Georgina*. En ella aparecerán 'amigos' de la pareja como Sebastián Yatra, Eva Longoria y el luchador irlandés Conor McGregor. Y la *socialité* se enfrentará a su nueva vida en Arabia Saudí.



TVE prepara 'Maestros de la Costura Celebrity'

● El concurso de moda de Raquel Sánchez Silva va a tener una nueva vida en la cadena pública. Siguiendo la estela de otro de sus grandes formatos, *Masterchef*, la corporación apos-

tará por una versión *celebrity* de *Maestros de la costura* de cara a esta nueva temporada. Aunque aún no ha sido aprobada, se espera que llegue con el arranque del 2025.



Telecinco prepara nueva serie: 'Ella, maldita alma'

● Mediaset continúa su apoyo a la ficción española y ya prepara una nueva serie que promete enamorar a los espectadores. Maxi Iglesias, Karina Kolokolchikova (*Servir y proteger*) y Martiño Rivas serán los protagonistas de *Ella, maldita alma*, basada en un relato del escritor gallego Manuel Rivas que, por cierto, es el padre de Martiño.

Según hemos podido conocer, su rodaje comenzará en Cádiz en las próximas semanas y estará dirigida por Inaki Mercero (*El Príncipe*) y Javier Quintas.

El protagonista es Fermín (Maxi Iglesias), un atractivo sacerdote que tendrá que enfrentarse a un complicado dilema moral marcado por el amor, la familia y la iglesia.



'El rival más débil' llega a Telecinco

● Dos décadas después de su estreno en TVE, tal y como avanzó SEMANA, *El rival más débil* vuelve a Telecinco. Esta vez modificando su mecánica e incorporando a famosos políticos, cantantes, actores, humoristas, deportistas y periodistas. Presentado por Luján Argüelles, en sus primeras entregas recibirá a Rafa Sánchez, Alaska, Ainhoa Arteta, Dioni (Camela), Leticia Sabater, Natalia Rodríguez, Jorge González y María Peláe, que competirán por un premio benéfico de 50.000 euros.

FLASHES

NURIA ROCA PONE FECHA A LA VUELTA DE 'LA ROCA'

● La presentadora ya ha vuelto al trabajo como colaboradora de *El Horniguero* mientras espera la vuelta de su programa en La Sexta el 15 de septiembre.



MEDIASET CANCELA 'SOCIALITÉ CLUB'

● El programa de María Verdoy y Antonio Santana se despide de la audiencia tras tres meses en emisión. Según Mediaset, su cancelación se debe a no haber obtenido los resultados esperados.



ÁLVARO MUÑOZ ESCASSI FICHA POR 'TARDEAR'

● El jinete, uno de los protagonistas indiscutibles de este verano, se suma al elenco de colaboradores de *TardeAR* en su recién estrenada temporada.



La Doctora Polo ('Caso Cerrado'), primera entrevista en nuestro país: "Me retiré porque quería vivir"

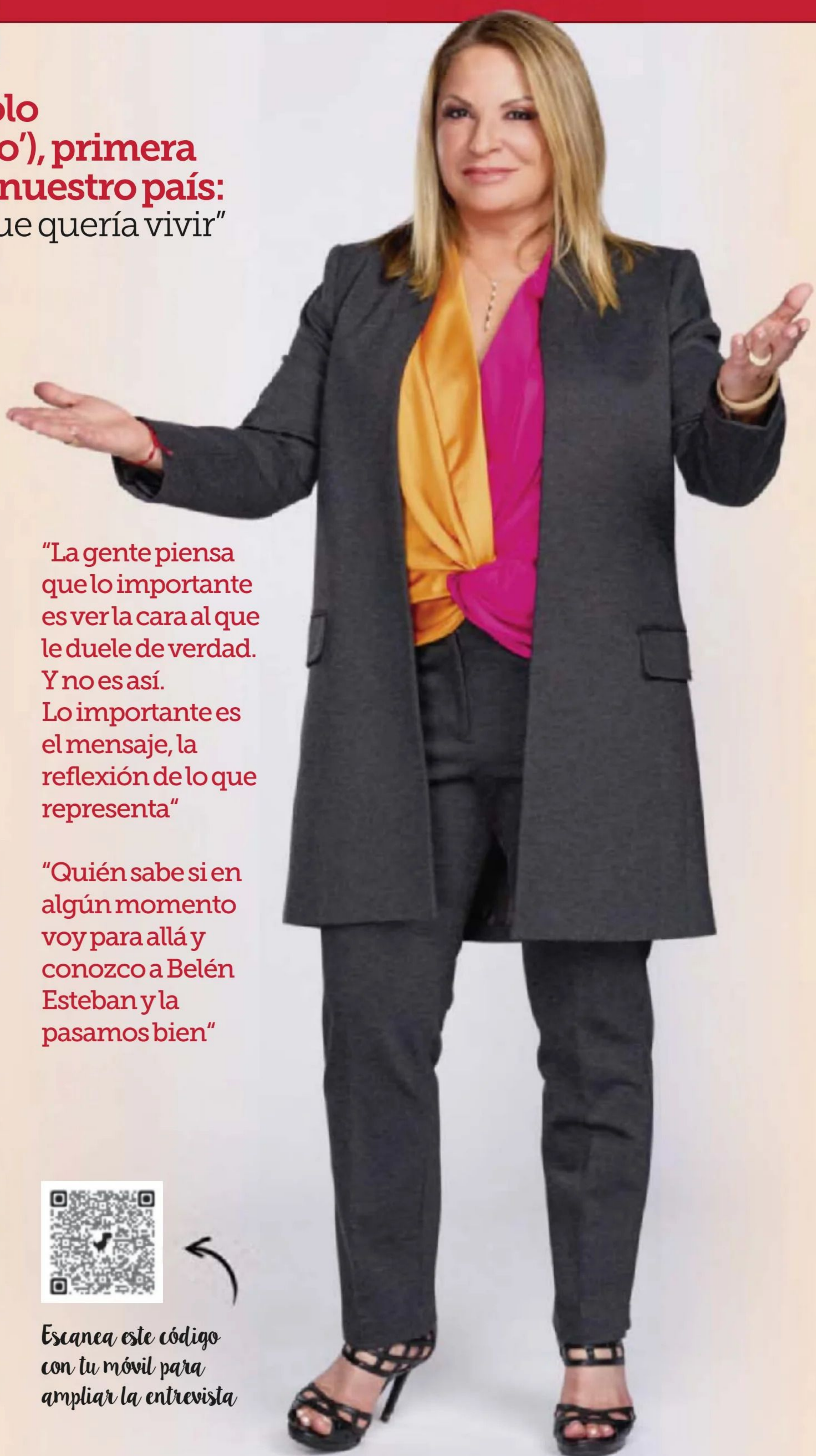
● Justa, imponente, divertida y guerrera. La Doctora Ana María Polo se ha convertido en uno de los personajes más queridos en todo el mundo. Su papel de jueza en el programa *Caso Cerrado* la ha llevado a inundar las redes con sus antológicas frases. En nuestro país, su 'gran show' se emite cada día en TEN con grandes datos de audiencia. Y desde esta temporada hace tándem con Belén Esteban, María Patiño y compañía. SEMANA habla con Ana María Polo de su inesperado éxito en nuestro país y repasamos con ella su trayectoria mediática y su retirada.

Caso Cerrado se ha convertido en uno de los programas más vistos de la TDT, pero poca gente sabe que realmente llevas casi 5 años retirada y sin grabarlo, ¿qué estás haciendo ahora?

Sí, sí. Parece que es eterno. Pero en la pantalla luce fresco, ¿verdad? (risas). Los temas son temas que nos siguen afectando. Me parece muy bonita esta segunda vida del programa. Yo ahora estoy viviendo, lo que hace todo el mundo. Quería vivir y estoy prestándole atención a cosas que antes igual no se la prestaba tanto. Me estoy dando gustos que no tenía tiempo de darme, planeando viajes... Estoy feliz.

¿Echas de menos grabar el programa o ya no?

Ya pasé el duelo. Al principio sí, porque se impone la inercia, ¿no? Cuando tú estás corriendo a toda velocidad, la propia fuerza de esa velocidad te lleva y estás metido en



"La gente piensa que lo importante es ver la cara al que le duele de verdad. Y no es así. Lo importante es el mensaje, la reflexión de lo que representa"

"Quién sabe si en algún momento voy para allá y conozco a Belén Esteban y la pasamos bien"



Escanea este código con tu móvil para ampliar la entrevista

ese rollo, volando. Pero cuando de pronto paras y viene la pandemia, porque yo paré en el 2019... Ahí me entró un vacío. Así como si hubiera habido un funeral, se murió oficialmente aquello. Yo decía: "¡Ay, dios mío, esto está muerto!" (risas). Entonces me dio mucha tristeza y tuve una etapa un poco decaída. Me hicieron 20.000 ofertas, pero ya no tenía ganas de volver a tener esa velocidad. Y ahora lo tengo claro. No quiero volver a subir en ese caballo.

En Caso Cerrado la mayoría de los casos se recreaban, pero también había algunos reales, ¿no?

Sí. Muchos casos eran recreaciones, pero siempre basados en hechos reales. La gente piensa que lo importante es ver la cara al que le duele de verdad. Y no es así. Lo importante es el mensaje que se envía, el análisis que se hace, la reflexión de lo que representa el caso. Lo lindo de todo esto es que muchas de las personas que participaban en *Caso Cerrado* no eran actores profesionales, sino que estaban viviendo situaciones parecidas a las que recreaban. Yo decía: "Dios mío, qué increíble estas personas que no son actores. Qué facilidad".

Tú que has estado tantos años en la primera línea mediática, ¿cuándo llega el momento en el que dices 'hasta aquí'?

Tomé la decisión poco antes de parar. Terminé mi contrato con Telemundo. Había entrado una nueva directiva, gente nueva, y creí que era un buen momento para parar. Porque entraba mucha gente nueva y ya sabes lo que pasa. Los nuevos siempre tienen ideas, siempre cambian. Y yo llevaba 20 años metida

en una auténtica locura. Porque esto no es sólo grabar los programas, como tú bien sabes. Hay que hacer viajes, promocionar, participar en eventos, ir a otros países... Y yo ya necesitaba bajar un poco las revoluciones. Estaba cansada.

Has dicho en alguna ocasión que tu padre no reaccionó demasiado bien con tu salto a la fama. ¿Cómo llevó tu familia tu carrera mediática?

Mi papá al principio lo que me dijo fue esto: "¡Parece mentira, Anita! Siendo abogada, teniendo una carrera y una profesión honorable, que ahora te hayas metido de artística" (risas). Mi padre era cubano, pero hijo de un español. Mi abuelo se fue a Cuba con 16 años y tenía mucho carácter. Exactamente el mismo que mi padre. Entonces yo le dije: "Bueno, viejo, ahora tengo la oportunidad de poder expresarle a la gente lo que yo he aprendido en el colegio de Derecho y en los años de experiencia que tengo como abogada". Y le añadí: "Papá, y lo

que me están pagando...". Y él me decía: "Pero dime, dime cuánto". Se lo dije y me dijo: "Joder, le has dado la patada a la lata. ¡Ahora sí que estamos bien!" (risas). Ellos se murieron muy orgullosos de mí. Tanto mi madre como mi padre se reían muchísimo con el programa y lo veían con todos sus amigos. Estuvieron muy felices.

Ahora compartes éxito en TEN con el equipo de Ni que fuéramos, el programa que ha llegado a sus tardes. ¿A ti si te invitaran o si te propusieran algo en España, vendrías a conocerlos?

No tengo planes ahora de hacer mucha cosa y de salir en televisión. Sobre todo por tenerme que maquillar y todo eso (risas). Yo amo a España, es nuestra madre patria y todos mis descendientes vienen de allá.

Tengo muchos amigos y la paso muy bien.

Nunca cierro las puertas a nada. Así que quién sabe si en algún momento voy para allá y conocemos a Belén Esteban y la pasamos bien.

F.D



Ana Obregón vende su casa de Mallorca por 35 millones de euros

La familia García Obregón ha decidido deshacerse de El Manantial, una mansión de casi 1.000 metros cuadrados que el patriarca levantó a finales de los años 60 y donde la actriz ha pasado los momentos más felices de su vida



Ana Obregón con sus padres en la terraza de su casa. Un lugar muy especial para la familia, que se reunía ahí todos los veranos.



HAY decisiones difíciles de tomar y esta sin duda es una de ellas. Ana Obregón y sus hermanos (Celia, Amalia, Javier y Juan Antonio) venden El Manantial, su residencia de verano desde hace más de 50 años, su paraíso en Mallorca y donde la actriz vivió momentos inolvidables.

¿Y cuál es el motivo que ha llevado a los hermanos García Obregón a deshacerse de la casa? Según indican a SEMANA, "la decisión ha sido muy dura, porque para la fa-



Para la actriz ha sido una decisión difícil porque está muy unida a la casa.

milia esta casa lo ha representado todo, pero era algo que tenían que hacer y estaba decidido desde hace tiempo".

Y añaden: "Mantener esta casa supone una auténtica fortuna y ahora son cinco los propietarios y no todos quieren o pueden costear ese mantenimiento y sin llegar a ser del todo suya ni tener la libertad de ir cuándo quieran porque tienen que estar poniéndose de acuerdo o compartir casa".

La mansión es una de las más exclusivas de la isla, en la llamada Costa de ▶▶▶

Las vistas desde la piscina son realmente impresionantes





Uno de los salones interiores, con capacidad para doce comensales.



La casa principal tiene 7 dormitorios, todos con baño en suite.



El jardín está presidido por una fuente de mármol y una escultura de un reconocido artista.



La pasión por el mar está presente en toda la casa, desde la decoración al color de los suelos.

►►► los Pinos, en Son Servera, en un enclave de lujo, como lo es la propiedad. El padre de Ana, Antonio García, compró a finales de los años 60 tres parcelas, en total 8.000 metros cuadrados y 140 metros de acantilado, para ser el refugio de verano de la familia. Con el tiempo se reformó, pero la esencia permanece: estilo mediterráneo, luz, mar...

La vivienda principal tiene 993 metros cuadrados en una sola planta, donde encontramos siete dormitorios con baño en suite, y un baño extra de cortesía, un salón que conecta con la terraza de 1.000 metros cuadrados con piscina y zona de *chill out*, y la zona de servicio, con cocina, habitación de plancha, lavandería y un dormitorio de servicio con baño.

El padre de Ana compró en su día tres parcelas, 8.000 metros cuadrados en total, que incluía 140 metros de acantilado

En el exterior, garaje cubierto para 4 coches y un porche con parking. Además, un jardín con árboles frutales, fuente de mármol y pozo de agua potable.

Pero es que hay otra edificación aparte, que puede ser la casa de los guardeses o de invitados, con salón, cocina, dos dormitorios y un baño. Hay tanto espacio que se podría construir incluso un helipuerto y una pista de pádel, Y también dispone de dos accesos directos desde la terraza: uno a la playa y otro a un solarium a nivel del mar, además de tener puerto de atraque en el embarcadero a 150 metros de la casa.



La terraza tiene más de 1.000 metros cuadrados y cuenta con una zona de chill out y relax.

Con todo, no es de extrañar que la vivienda sea de las más exclusivas de la isla, como su precio: ¡35 millones de euros! Sin duda un buen aliciente para poner la casa a la venta, aunque no sabemos si será suficiente para hacer olvidar los años que Ana y su familia han pasado ahí. De hecho, pensar que es su último verano en Los Manantiales es muy duro.

Una promesa rota

La actriz siempre ha presumido de lo unida que estaba a la casa, sobre todo porque cada rincón le recuerda a su hijo Aless. Lo llevó allí cuando solo tenía un mes de vida y en esa casa él pasó su último verano, en agosto de 2019 (falleció nueve meses después de cáncer).

Ahora va a romper la promesa que le hizo cuando tenía 12 años: no vender nunca la casa... Pero quizás sea hora de crear nuevos recuerdos con la pequeña Ana Sandra, que tanto se parece a Aless, a quien sigue llorando. ■



En EL Manantial hay incluso un pozo de agua potable y espacio para un helipuerto.



Aless heredó de su madre su amor por esta casa.

Cuando tenía solo 12 años, Aless le hizo prometer a su madre que nunca vendería esta casa. Pero hoy las circunstancias han cambiado

Daniel Sancho: ahora comienza su verdadero calvario

Tras ser declarado culpable de asesinato, el hijo de Rodolfo Sancho ha sido trasladado a una cárcel tailandesa en condiciones inhumanas en la que el objetivo es lograr sobrevivir

A lo largo del último año tanto Daniel Sancho (30) como su familia han vivido angustiados por la posibilidad de que el joven fuera condenado a muerte por el asesinato y descuartizamiento del cirujano colombiano Edwin Arrieta. Un desenlace que finalmente se conoció el pasado jueves 29 de agosto cuando se hizo público el veredicto de la Justicia que declaraba al joven español culpable dictando en principio pena de muerte posteriormente conmutada por cadena perpetua gracias a la cooperación que mostró

Daniel durante todo el proceso de investigación.

La sentencia, que obviamente será recurrida, no era ni mucho menos la deseada por la defensa de Daniel Sancho, que abogaba sin éxito por el hecho de que no hubo premeditación y apostaba por un máximo de 8 o 10 años de prisión, pero, en cierto modo, también respiraba al conocer que la espada de Damocles de la pena de muerte dejaba de ser una posibilidad.

En la nueva cárcel, los presos viven hacinados, con condiciones higiénicas lamentables y sin apenas alimentos

Sin embargo, el destino que le espera a Daniel en la nueva cárcel de alta seguridad de Surat Thani, a la que ya ha sido trasladado y donde permanecerá hasta que haya condena en firme, es considerada por muchos, debido a sus duras condiciones, como "una muerte en vida".

A Surat Thani

La defensa de Daniel Sancho había solicitado que el joven cumpliera condena en la prisión de Koh Samui, donde había estado hasta ahora y que reunía unas condiciones aceptables. Sin embargo, tras la condena, el juez decretó de inmediato su traslado a Surat Thani, cárcel situada en la península de Malawa, al sur del país, donde primero debía cumplir un periodo de cuarentena de entre 6 y 10 días por la covid-19.

Posteriormente, tras serle asignado un módulo, Daniel tendrá que luchar por sobrevivir en una pri- ▶▶▶



SU NUEVA PRISIÓN

Tras conocerse la sentencia, el juez ordenó el traslado de Daniel desde la cárcel de Koh Samui hasta la prisión de Surat Thani, donde permanecerá hasta que la sentencia sea firme.



El equipo de abogados de Daniel Sancho va a recurrir la sentencia.

►►► sión masificada que integran, ocupando el doble de su capacidad, 4.730 hombres y 626 mujeres, todos con penas de más de 15 años, en la mayoría por delitos de sangre.

Allí, las condiciones de vida se consideran inhumanas, ya que una veintena de presos viven hacinados en celdas diminutas, pasando más de 12 horas al día sin salir de ellas, con una higiene lamentable y gran escasez de alimentos. Estas circunstancias conllevan que las enfermedades, las peleas, los asesinatos y las violaciones estén a la orden del día, lo cual hace que la tasa de mortalidad sea muy alta.

Incluso, a la hora de comunicarse, Daniel lo tendrá

complicado, ya que tanto los presos como los funcionarios son locales y solo hablan tailandés. "¿Habla alguien inglés?", aseguran que preguntó el hijo de Rodolfo Sancho tras su reciente ingreso.

Pero lo que le espera a Daniel aún puede ser mucho peor... Tanto como el infierno. Y es que, si se confirma la sentencia condenatoria de asesinato con premeditación, se piensa que Daniel sea trasladado a la prisión de Bang KWang, considerada como una de las cárceles más peligrosas del mundo. De hecho, se la conoce como 'el gran tigre' por la manera en la que devora a los reclusos.

Un lugar señalado por todas las organizaciones de derechos humanos debido a las

La enfermedades, los asesinatos y las violaciones están a la orden del día, lo cual hace que la tasa de mortalidad sea muy alta

situaciones terroríficas inimaginables que tienen lugar entre sus muros de hacinamiento, desnutrición, enfermedades y violencia extrema, donde los reclusos portan armas y objetos punzantes para defenderse.

Los padres

En cuanto a los padres de Daniel, Silvia Bronchalo y Rodolfo Sancho, para ellos también comienza ahora su

particular calvario en el que a la desolación de ver condenado a su hijo, se une el temor por su vida. Sin embargo, su forma de afrontar la situación será diferente.

Mientras se espera que Silvia, que está en desacuerdo sobre la estrategia llevada a cabo por la defensa de su hijo, siga manteniendo un perfil bajo y apoyándole en privado, Rodolfo continuará luchando por conseguir mejorar sus condiciones. Sin duda, en su cabeza, no hace más que repicar la frase que le dijo su hijo nada más conocer la dura sentencia: "Papá, ayudame".

Y ese es el objetivo de Rodolfo: ayudarlo, logrando su traslado a España, después de que Daniel cumpla el pe-

Se espera que la madre de Daniel Sancho siga manteniendo un perfil bajo apoyando a su hijo en privado.



riodo mínimo de ocho años en prisión en Tailandia, y una vez en nuestro país, revisar y adaptar la condena al marco legal español, pudiendo optar a una reducción de pena por buen comportamiento.

Se cree que Daniel será posteriormente trasladado a Bang Kwang, una cárcel de una violencia extrema

Según desveló hace unos días el programa *Vamos a ver*, a pesar de todo, Daniel se encuentra con fuerzas para seguir defendiendo su inocencia, tal y como demuestra la última conversación que mantuvo con su padre antes de partir de la cárcel de Koh Samui. "Es duro. Es una sentencia difícil... mucho. Es que es muy injusto. Todo ha sido un accidente. Me quiero defender hasta el final, porque se va a demostrar. No entiendo una cadena perpetua. Estoy tranquilo porque confío en los recursos, confío en que salgan adelante. No tenemos otra vía posible". ■



Silvia Bronchalo no está de acuerdo en cómo la defensa ha llevado el caso de su hijo.

NI JUNTOS NI REVUELTOS

Angelina Jolie y Brad Pitt se cruzan en el Festival de Venecia

La aparición de la expareja,
en plena batalla legal, fue lo
más comentado en la
glamurosa alfombra roja

Bellísima vestida
de Tamara Ralph,
pero con mirada
triste, Angelina
Jolie (49)
presentaba su
película *María*.





Brad e Inés de Ramón (31) han llevado su relación con discreción, pero parece que las cosas han cambiado.



El actor ya no oculta su amor y admiración por la joven ejecutiva.

El actor acudió con su actual novia, Inés de Ramón. Llevan dos años juntos pero esta era su primera aparición oficial



La pareja es la viva imagen del glamour y el éxito.

ESTE año el Festival de Cine de Venecia ha tirado la casa por la ventana. Tras el fracaso de la anterior edición (la huelga de actores de 2023 hizo que muchos prefirieran no asistir), en esta ocasión la alfombra roja del Lido veneciano se llena de glamour. Los primeros días han sido un no parar de estrellas y la lista crece y crece: George Clooney, Richard Gere, Nicole Kidman, Antonio Banderas, Cate Blanchett, Winona Ryder, Eva Longoria, Brad Pitt, Angelina Jolie...

Y sí, la expareja más famosa de Hollywood ahora, con permiso de Ben Affleck y Jennifer Lopez, estuvo a punto de coincidir en el festival. No lo hicieron por horas, y no fue casualidad.

Ocho años de lucha

Después de ocho años separados, Brad y Angelina mantienen aún una amarga batalla legal, con cruce de acusaciones, reproches, y demandas. Pero nada de eso se notó en sus respec- ▶▶▶



George Clooney (63) y su esposa Amal (46), con un modelo de Versace.



A sus 60 años, Brad Pitt parece decidido a pasar página, aunque dicen que sufre por el distanciamiento de sus hijos.

Hacia más de 15 años que Brad Pitt y George Clooney no trabajaban juntos delante de las cámaras, desde la saga de 'Ocean's Eleven' y 'Quemar antes de leer', en 2008



PAREJA DE SEDUCTORES

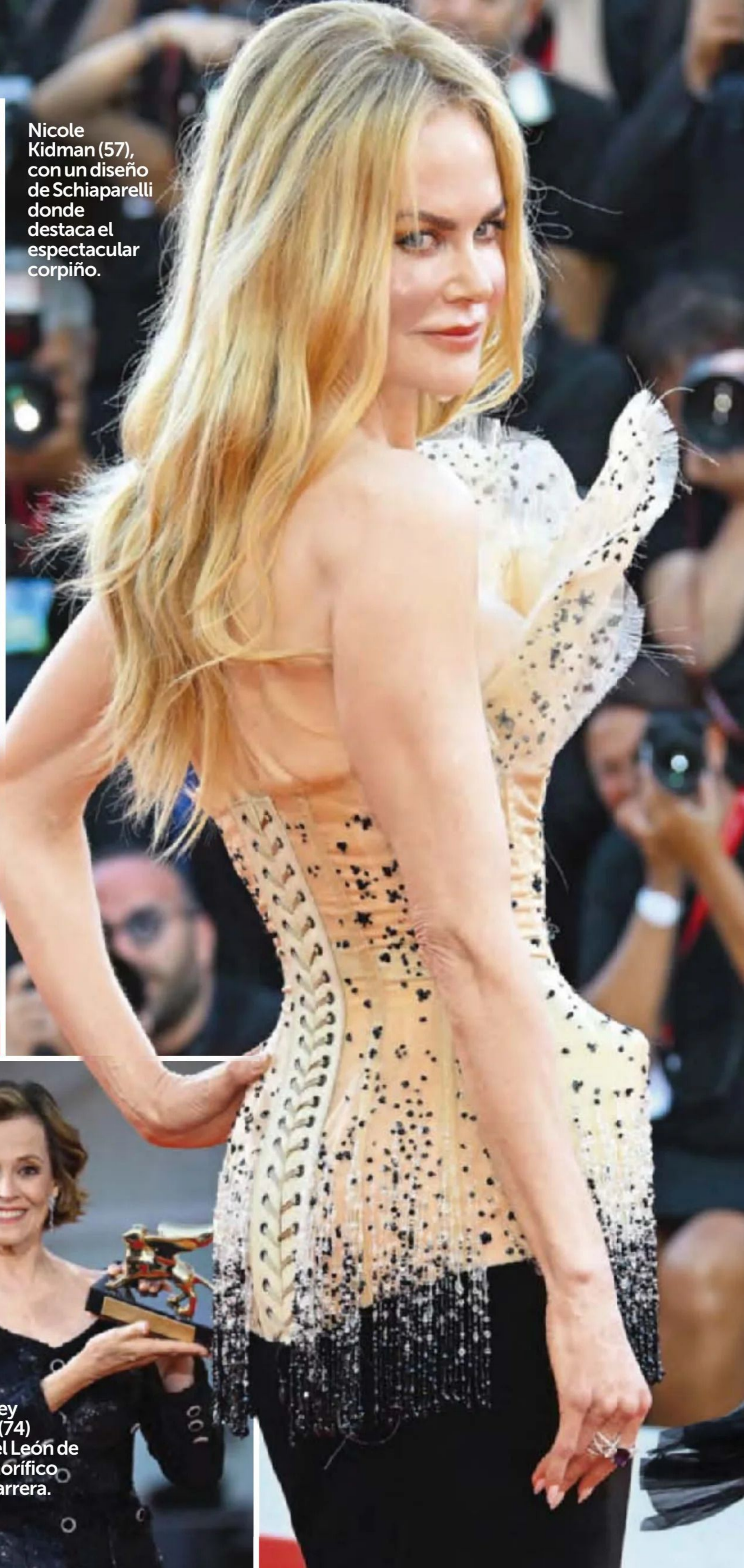
Dicen que han ganado cada uno más de 35 millones de dólares por *Wolfs*, su última película, que mezcla acción y comedia y que vuelve a dejar patente la química que hay entre Pitt y Clooney.



Dos hombres y dos estilos, uno más arriesgado y otro más clásico.



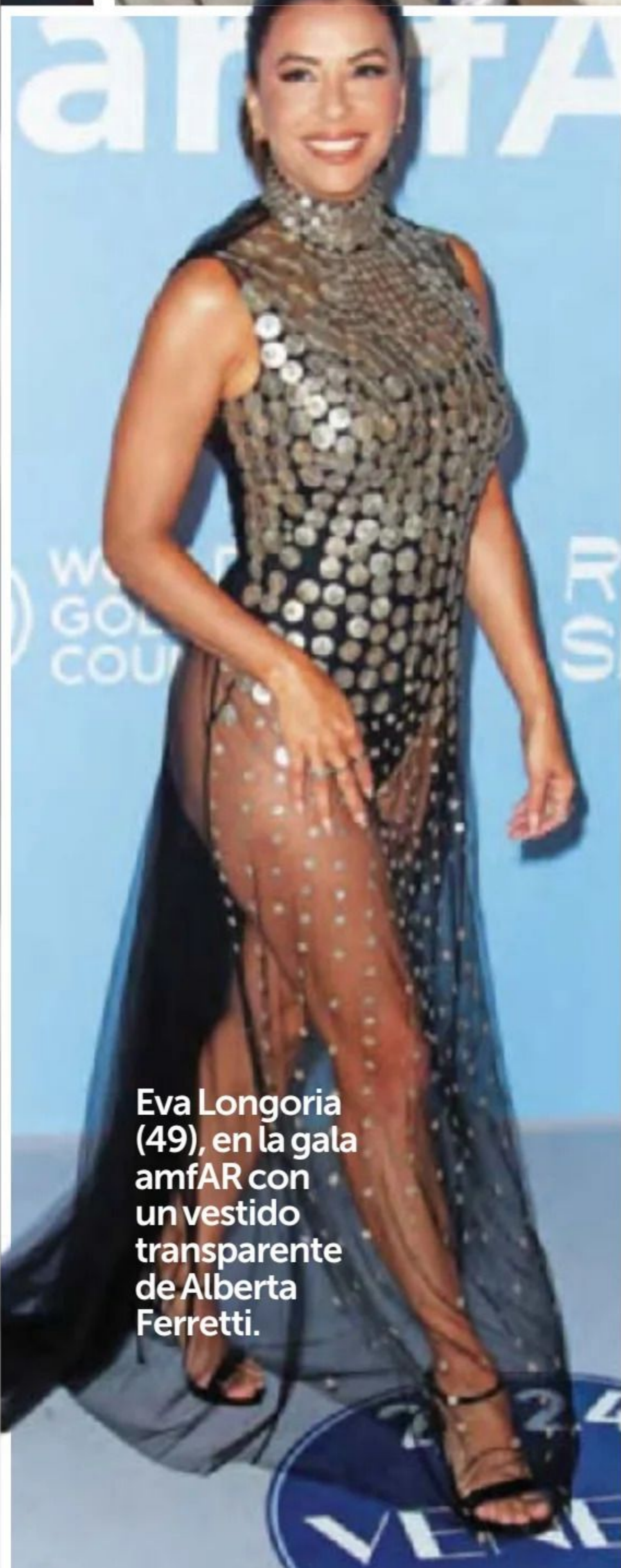
Nicole Kidman (57), con un diseño de Schiaparelli donde destaca el espectacular corpiño.



Sigourney Weaver (74) recibió el León de Oro honorífico por su carrera.



Antonio Banderas y Nicole Kidman son la pareja protagonista de *Babygirl*.



Eva Longoria (49), en la gala amfAR con un vestido transparente de Alberta Ferretti.

▶▶▶ tivas alfombras rojas. Angelina conquistó con su trabajo en *María*, un biopic de la cantante María Callas, y Brad con *Wolfs*, a la que acudió con su novia desde hace dos años, Inés de Ramón, nacida en Nueva Jersey, de padres madrileños.

Era la primera vez que aparecían juntos en un acto oficial y lo hicieron arropados por George Clooney y su mujer, Amal.

Los primeros días de esta 81ª edición nos dejaron imágenes para el recuerdo como el León de Oro a Sigourney Weaver por toda una carrera; la química que demostraron Antonio Banderas y Nicole Kidman, protagonistas de la tórrida *Babygirl*, o el poderío español de Úrsula Corberó. Y esto ha sido el principio, porque al cierre de esta edición acababa de desembarcar Pedro Almodóvar y el equipo de *La habitación de al lado* y llegaba Kevin Costner. ■



Antonio Banderas (64) y su novia, Nicole Kimpel (43), muy guapa de rojo.



Richard Gere y su esposa, la española Alejandra Silva (41), en el estreno de *Wolfs*.



Juntos desde 2015 y casados desde hace seis años, la pareja vive en una eterna luna de miel.

Al día siguiente de cumplir 75 estupendos años, Richard Gere viajó al Festival de Venecia con su mujer, Alejandra



Las actrices de *Bitelchús*, *Bitelchús*: Jenna Ortega (21), de Dior, y Winona Ryder (52), de Chanel.



Cate Blanchett (55), elegancia en plata con un modelo firmado por Armani.



Eva Green (44) apostó por el morado con este Armani.



Úrsula Corberó (35), con un diseño de Bottega Veneta en el estreno de *El Jockey*.

Las estrellas lucieron sus mejores galas a su paso por la alfombra roja de esta 81ª edición del certamen

Mar y Cayetano, 25 años de la ruptura más turbulenta

La modelo y el aristócrata vivieron el romance más escandaloso de finales de los noventa. Una historia de amor truncada y que hoy forma parte de la leyenda rosa



"LA decisión ha sido mía". Con estas palabras, Mar Flores anunciaba, en 1999, el fin de su relación con Cayetano Martínez de Irujo. Solo habían durado dos años, pero vividos con tal pasión e intensidad que hicieron correr ríos de tinta. Con ellos llegó el escándalo.

La modelo atajaba así los rumores que siempre la señalaron como la más interesada en que esa historia de amor prosperara. La joven del madrileño barrio obrero de Usera a punto estuvo de emparentar con la todopoderosa y noble Casa de Alba, pero los círculos más elitistas no la perdonaron. Desde luego, a quien no le cuadraba la modelo era a la que pudo ser su suegra, Cayetana Fitz-James Stuart.

La duquesa de Alba nunca quiso conocerla en persona y tiempo después diría de ella: "Es lo peor que nos ha pasado nunca. Fue un estorbo del que costó salir".

Su romance lo tuvo todo: pasión, lucha de clases, fotos escandalosas, crisis de ansiedad y hasta los celos de un ex amante...

Pero no nos adelantemos y empecemos por el principio. El romance entre Mar Flores y Cayetano Martínez de Irujo se destapó en junio de 1997, tras conocerse en una fiesta en Barcelona. Lo suyo causó sorpresa y morbo, dado su historial amoroso.

Cayetano Martínez de Irujo era jinete, además de conde de Salvatierra y duque de Arjona; y Mar Flores, una modelo, empresaria ▶▶▶



UN FIN ANUNCIADO

En 1999, tras dos años juntos, Mar Flores daba por terminado su noviazgo con el aristócrata Cayetano Martínez de Irujo. Mediático y apasionado a partes iguales. La modelo dijo que no hubo terceras personas en la decisión.

►►► (creó con Sofía Magazatos una agencia de modelos) y aspirante a actriz, pero más famosa por sus devaneos sentimentales.

Mar Flores, mujer fatal

Ya había estado casada con el italiano Carlo Costanzia, padre de su primer hijo, Carlo, con el que tuvo una difícil ruptura. Después vendría su aventura con el empresario Fernando Fernández Tapias, con el que apareció fotografiada en la revista *Interviú* durante una escapada a Gstaad. Acabaron en abril de 1997, al descubrirse su relación paralela con Alessandro Lequio. Polémica servida.

Poco después de esto, Mar Flores iniciaría su noviazgo con Cayetano Martínez de Irujo. Para la duquesa de Alba era imposible ver con buenos ojos a Mar como esposa de su ojito derecho. "Cayetano cambia de novia como de camisa". Con esta mítica frase la noble dictó sentencia y restó importancia al noviazgo.

Cayetano, el Don Juan

Y eso que Cayetano tampoco era un santo. El aristócrata jinete presumía de conquistador. Hasta la Infanta Elena se rindió a sus encantos. Y además no parecía dispuesto a sentar la cabeza. Sin embargo, algo cambió cuando conoció a Mar Flores. El irresistible Don Juan cayó con todo el equipo ante la belleza de una Mar en esplendor.

Así descubrimos a un 'nuevo' Cayetano. Un auténtico *corderito* que se puso el mundo por montera y por ella luchó frente a todos, incluso ante la oposición materna. Él reveló que la duquesa amenazó con desheredarle si seguía con Mar.

Cayetano apoyaba a su chica en todos sus proyectos, en los estrenos de ►►►

El cómplice cruce de miradas entre Cayetano y Mar mientras él conducía a su hermana Eugenia al altar hizo soñar con el mismo fin para ellos.



LA DUQUESA, INFLEXIBLE

Cayetana, la duquesa de Alba, nunca aceptó la relación de su hijo con la modelo. Es más, jamás quiso conocerla y en la boda de Eugenia ordenó que pusieran a Mar Flores fuera de su vista.



La exclusiva boda de Eugenia Martínez de Irujo en Sevilla sirvió para presentar ante la sociedad y el mundo el amor de la pareja. Mar Flores deslumbró de Dior con peineta y mantilla



Disfrutando
de sus
momentos
de relax.

La pareja estuvo cerca de formalizar su relación, pero hubo muchas trabas: el pasado de la modelo y la oposición de la duquesa de Alba pusieron la puntilla



La pareja
atravesó
momentos
complicados.



Cayetano Martínez de Irujo acompañó a su novia a muchos eventos sociales en la época.

►►► sus películas, en eventos... Juntos viajaron a París y al refugio de Cayetano en Kenia, donde se dice que se casaron por el rito zulú...

La novia en sociedad

La boda de Eugenia Martínez de Irujo y Francisco Rivera, el 23 de octubre de 1998, marcó un antes y un después. En Sevilla se congregó toda la alta sociedad y, por supuesto, Mar Flores fue invitada como 'novia de'. Todos los ojos estaban puestos en ella y no defraudó.

Espectacular vestida de Galliano para Dior y tocada con peineta y mantilla, su presentación oficial parecía allanar el camino para una futura boda de la pareja.

Pero todo se torció de repente. En febrero de 1999 se publicaron unas íntimas fotos de Mar Flores con Lequio en un hotel de Roma, que se habían realizado dos años antes. Lequio confesó tiempo después que filtró el material para fastidiar a su ex.

El ingreso de Mar

Y vaya si lo consiguió. La relación sufrió una estocada casi de muerte. El mismo día de su publicación, Mar Flores tuvo que ingresar de urgencia en el hospital de La Paz a causa de un ataque de ansiedad. El propio Cayetano la llevó al centro, vestido de jinete. La modelo estaba al borde del abismo.

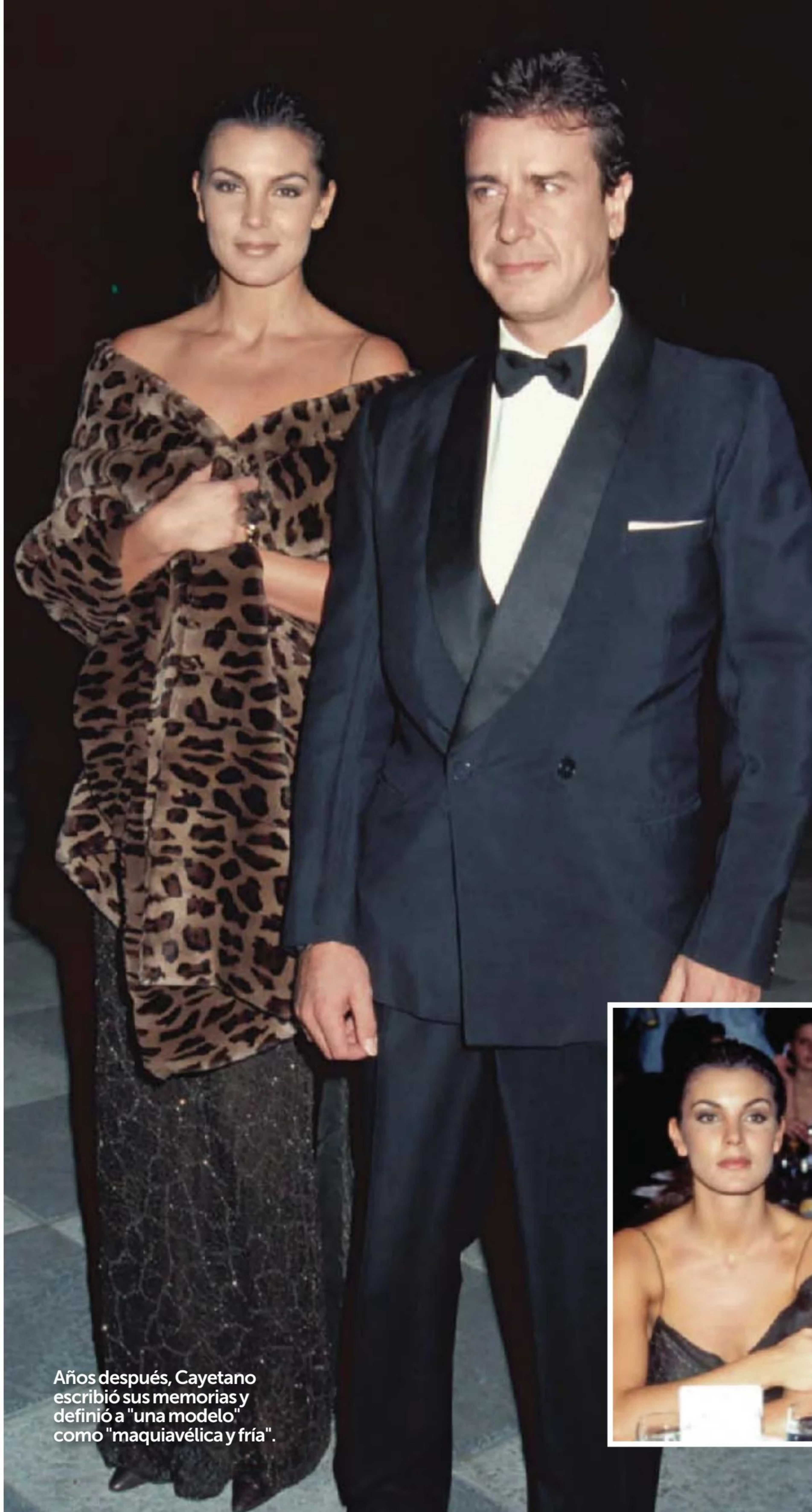
Cayetano no se separó de su lado, pero aquello fue el remate de una crisis de desgaste. Unos meses después, Mar Flores rompió unilateralmente, al estilo de Cayetano con sus anteriores novias. Mar negó que hubiera terceras personas, pero confesó que necesitaba "paz y tranquilidad". Y respeto.

Dos décadas después, en 2019, Cayetano Martínez de Irujo al fin ofreció su versión

UN 'PADRE' PARA CARLO

Cayetano estaba tan enamorado que aceptó toda la situación de Mar, incluyendo lo principal: el hijo que la modelo había tenido fruto de su primer matrimonio con Carlo Costanzia y que ahora va a convertirla en abuela.





Años después, Cayetano escribió sus memorias y definió a "una modelo" como "maquiavélica y fría".

del romance a través de un libro de memorias, titulado *De Cayetana a Cayetano*. A Mar Flores ni siquiera la nombraba, refiriéndose solo a "la modelo". "Fue la horma de mi zapato en el peor de los sentidos... Era una mujer maquiavélica y fría, de doble personalidad: no conseguí averiguar qué había tras esos ojos marrones sin profundidad. Me miraban, pero no lograba traspasarlos, solo percibía una oscuridad infinita. Con ella me porté muy bien y me retiré en silencio al comprobar que la mentira estaba instalada en la relación desde el primer momento".

Traumas, inmadurez...

Duras palabras que tuvieron un rápido contraataque por parte de Mar Flores. La modelo calificó a Cayetano de "inmaduro" y aseguró que "estaba traumatizado por su madre" por no recibir afecto de niño. Que lo cuidó (él reveló su problema con las drogas) y lo protegió con instinto maternal.

Para entonces habían rehecho sus vidas, tenido más hijos y otros amores. Ninguno tan polémico. Su amor lo tuvo todo, menos un final de cuento de hadas. ■



La presión hizo mucha mella en su relación.

Marta Luisa de Noruega

La princesa es la novia 'royal' del año, aunque su enlace ha tenido poco de clásico y palaciego al uso. Marta Luisa se ha casado por segunda vez a punto de cumplir 53 años, cosa que hará el próximo 22 de septiembre, pero a juzgar por su sonrisa y su actitud, parece estar viviendo una nueva adolescencia.

La mayor de los dos hijos de los reyes Harald y Sonia de Noruega debería ser la heredera y futura soberana de no estar vigente la Ley Sálica en su país, que pondrá a su hermano Haakon en el trono antes que a ella. Pero a Marta Luisa eso poco le importa. Su majestad reside en los mundos etéreos y espirituales. Ella tiene alma de artista, se define como "agente del cambio", escribe cuentos infantiles y asegura que ve ángeles... Su flamante marido es chamán, así que su camino es otro. Tras la ruptura matrimonial con el escritor Ari Behn, padre de sus tres hijas, y el posterior suicidio de este, la princesa Marta Luisa ha encontrado otra vía para su felicidad. Los ojos le brillan y no es a causa de los diamantes...



Una sección del departamento de Documentación.



DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

REDACCIÓN: Raquel Martínez, Marian Cazorta, 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 Nístal, Pablo Lorenzo y Raquel Muñoz.

DOCUMENTACIÓN: Rocío Moreno y Francisco José de Pablo.

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

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: Rotocobrhi 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:



TE REGALA*

el coleccionable de cocina
con lo mejor de nuestra gastronomía

NUESTRA MEJOR
COCINA
Descubre la gastronomía provincia a provincia

Fascículo 36



Conocer la iglesia románica de San Martín en Frómista o degustar caza menor al horno son placeres que le esperan al visitante.

PALENCIA

Todo está por descubrir en la provincia castellana más 'desconocida': un patrimonio románico único, una montaña cautivadora y su cocina exclusiva.




Menestra palentina

Ingredientes:

- ♦ 1 kg de udiyas verdes
- ♦ 1 kg de coliflor
- ♦ 1 kg de alcachofas
- ♦ 1 kg de zanahorias
- ♦ 1 kg de coles de Bruselas
- ♦ 1 kg de guisantes de Palencia
- ♦ 1 cebolla pequeña
- ♦ 1 ajo
- ♦ harina para rebozar y espesar la salsa
- ♦ 1 g de amoníaco
- ♦ 1 g de magro de ternera
- ♦ 1 huevo
- ♦ aceite de oliva virgen
- ♦ sal y perejil

Preparación:

Cortar las cebollas y los ajos en juliana, y rehogar hasta que se pochén bien. Añadir el jamón y el magro en trozos. Mientras tanto, poner a hervir en agua con sal la coliflor y las zanahorias troceadas. Cuando estén aún un poco tiesecitas sacarl

agua, cocer las alcachofas limpias y cortadas en cuatro trozos, y las coles de Bruselas. Una vez estén al dente, en ese mismo caldo poner las udiyas verdes troceadas y cocer del mismo modo. Escurrir y reservar. En el sofrito anterior, rehogar la harina,

4 raciones 120 minutos

y cuando se dore, añadir la zanahoria precocida, las coles, los guisantes, las judías verdes y el caldo de las verduras hasta cubrir. Salpimentar al gusto. Rebozar la coliflor y las alcachofas en huevo y harina, freír y añadirlas a la cazuela. Hervir 5 minutos y listo para servir.

Esta exquisita receta, cuyo secreto radica en el rebozado y en la calidad de los guisantes o 'titos', es una de las propuestas del restaurante La Traserilla

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

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 36*

WEIDER®
SPORTS & SPECIALTY NUTRITION SINCE 1936

**SALUDABLE.
SOSTENIBLE.
DELICIOSA.**



23g
PROTEÍNA
VEGETAL

SIN
AZÚCAR

SIN
GLUTEN

pisané™

Cómprala en:

 **DECATHLON**

 **El Corte Inglés**

 **amazon**

y en tu tienda especializada en nutrición.