

DIEZ MINUTOS

22 ENERO 2025 • NÚM. 3831

GER, ND 7,0€ FR, BEL, IT 4,8€, UK 5,5€
PT Cont 2,8€, CHF 9,5, Andorra 2,5€

SOLO
2,50€
Canarias 2,65€



PRINCESA LEONOR

Emotiva despedida en Cádiz



CARI LAPIQUE Y CARLA GOYANES

Otra vez unidas por el dolor tras la muerte de Manuel Lapique



POR SU HIJA ALMA

ANABEL PANTOJA
su familia se une para darle su apoyo

ENLACE AL CANAL

x.com, t.me, or telegram

o cualquier código QR



POR VALERIA VEGAS

MEGAN MAXWELL

“Mi destino me gustaría con un chulazo a mi lado”



¿TIENES UNA HIPOTECA CON IRPH?

PODRÍAS
RECUPERAR

38.000€*

El Tribunal Europeo considera
que pueden ser abusivas.

Puedes reclamar con nosotros.

LLAMA AHORA Y PIDE UNA CITA GRATUITA

900 26 40 05

**ARRIAGA
ASOCIADOS**

*Los datos mostrados son una simulación para una hipoteca de 170.000 € de capital, a 25 años, con tipo de interés variable de IRPH + 0,8% de diferencial. El resultado puede variar en función de cada supuesto en concreto. La contratación del producto está sometida a un estudio previo de viabilidad. En caso de reclamación judicial su resolución dependerá de un Juez. Arriaga Asociados A.J.E., S.L., cuenta con letrados colegiados en ICAALZIRA, ICAAVILA, ICALI, ICAALMERIA, ICAIB, ICAB, ICASV-BILBAO, ICADIZ, ICAG, ICAGR, ICAHUESCA, ICAR, ICALPA, ICAM, ICAMALAGA, ICAMUR, ICAOVIEDO, MICAP, ICAPONTEVEDRA, ICAS, ICATF, ICAT, ICAV, ICAVA, ICAVIGO

REPORTAJES



Kate Middleton
Cumple 43 años Su marido quiso homenajearla en redes sociales..... **20**



Laura Sánchez y Manuel Escribano
Enamorados La modelo y empresaria presentó junto a su amor "We Love Flamenco" **22**



Cari Lapique
Despide a su hermano Su hija Carla no se separó de ella en este nuevo mazazo..... **24**

Diez Minutos cuida de ti
Moda, Belleza, Consumo...

Julio Iglesias Jr. y Ariadna,
amor sobre ruedas.

Lara Dibildos ya vive con Carlos Maturana.

Victoria Federica: "En casa están muy contentos de que participe en "El Desafío".

Genoveva Casanova reaparece sin hablar de sus fotos con Federico de Dinamarca.

Toni Acosta estrena obra tras enfermar Raphael.

Adriana Abascal y Filiberto de Saboya, primera pareja sorpresa del año.

"Maestros de la costura" en versión VIP.

Leonardo Di Caprio rompe su regla de los 25.

Meghan Markle retrasa su serie por el fuego.

Valeria Vegas: Megan Maxwell.

Gente con estilo: Andrea del Río.

Ángel Antonio Herrera: Genoveva Casanova.

Comunicación

"Hemos recibido una carta en representación de D^a Aitana Rodríguez Díaz en la que comunica que "no tiene una relación de noviazgo" con José María Almoguera".



FELIPE Y LETIZIA se abrazan para despedir con emoción a la princesa Leonor

Su primogénita se enfrenta a una gran aventura: vivir durante seis meses en el buque escuela Juan Sebastián de Elcano, que partió desde Cádiz el sábado 11 de enero. Durante el acto de despedida, los Reyes no ejercieron de Monarcas, sino que se comportaron simplemente como dos padres, emocionados y orgullosos ante el nuevo reto de la princesa Leonor. Doña Letizia no pudo evitar las lágrimas y Don Felipe nos regaló una imagen insólita al agarrar a su mujer por la cintura. "Ha sido una despedida muy emotiva, lógicamente", señaló el monarca. Toda la información sobre la despedida de Leonor a partir de la página 12.

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O accede al código QR





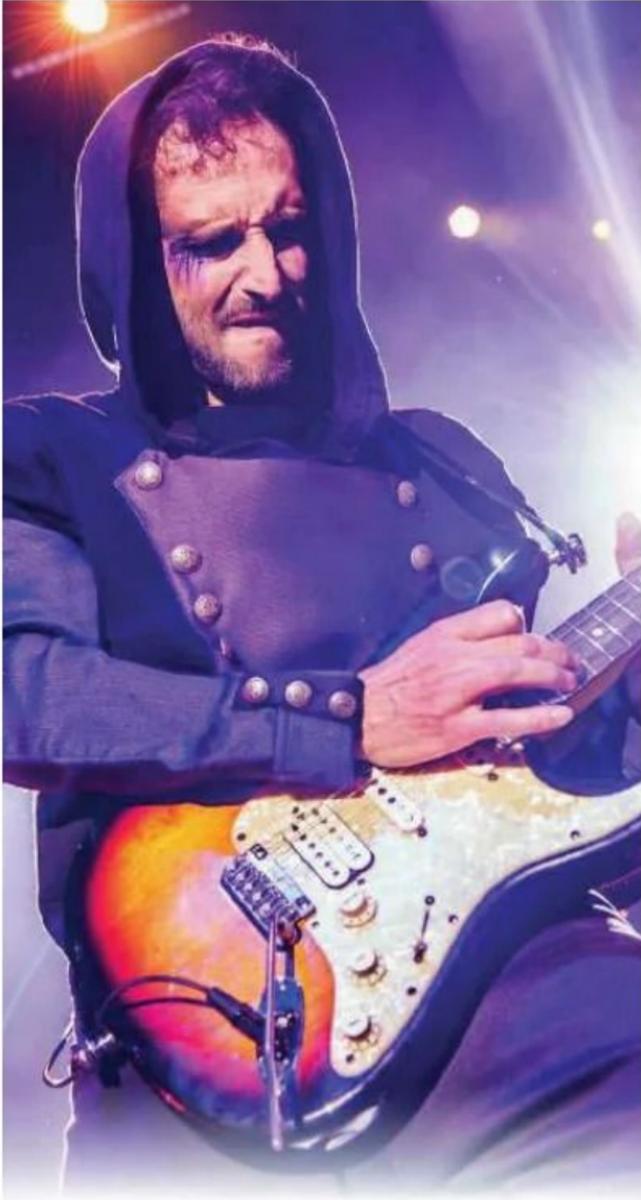
KAIA GERBER Y JUSTIN BUTLER **Punto final a su noviazgo**

Ella, la hija de la súper modelo Cindy Crawford; él, actor y protagonista del biopic del rey del rock, "Elvis". Juntos formaban una pareja de muy guapos de las alfombras rojas, salían desde 2021, pero ahora sabemos que no han pasado las navidades juntos y que han finalizado su relación, aunque las causas no han trascendido.



JESSICA ALBA Y CASH WARREN **Inician los trámites de divorcio**

La actriz y el productor de cine se enamoraron en el rodaje de la película "Los 4 fantásticos", se casaron hace 16 años y tienen tres hijos en común. Los rumores de divorcio sonaban desde hace tiempo y en la última fiesta de los Globos de Oro, Jessica asistió sola. Ahora el canal TMZ ha informado sobre su divorcio.



Bienvenidos al año más WAH

Comienza 2025 con la energía que da ir al espectáculo más vibrante de la cartelera: deliciosa gastronomía, los 'hits' de tu vida y una gran fiesta te esperan en Madrid.

Si te apetece emocionarte, reír, cantar, comer y bailar, todo en un día y en el mismo sitio, no busques más y sumérgete en el espectáculo más increíble del momento: *WAH Show* es lo que necesitas para arrancar el año con energía y con la adrenalina al máximo. En 4.000 metros cuadrados, más de 40 artistas se involucran para que disfrutes de un *show* que tiene la banda sonora de tu vida. Te aseguramos que vas a escuchar los mejores *hits* y vivir una experiencia especial y envolvente, gracias a la monumental nitidez y definición de la pantalla *indoor* más espectacular de Europa. Esta temporada, el pulso del *show*, las nuevas coreografías y efectos

especiales se superan: músicos, bailarines y actores se entregan en cada función al máximo para que vivas un día de esos que ya nunca se olvidan.

DIVIDIDO EN TRES ACTOS

WAH es un plan completo que comienza con la mejor oferta gastronómica del mundo. Por eso, te aconsejamos que llegues con tiempo para deleitarte en el *Street Food Market*, antes de adentrarte en el musical como tal. Luego, la fiesta continúa en el *after-show*, con un Dj en directo, donde probar los cócteles más originales de Madrid. ¡Imposible empezar 2025 de mejor forma!

LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA

WAH Madrid tiene en el Espacio WAH de IFEMA el mejor escenario. Desde la llegada, WAH promete una experiencia inmersiva, pues todo se desarrolla en un recinto de vanguardia, con capacidad para más de 1.000 personas, que combina la última tecnología con una estética futurista: pantallas gigantes, efectos visuales y una iluminación espectacular transforman cada segundo en pura magia. No nos podemos olvidar de algo básico en un musical: su sonido envolvente consigue que cada nota resuene profundamente en un público que acaba emocionado.





GRISON

Espectáculo en Palma de Mallorca

Nos ha enseñado a muchos lo que es el beatboxer, y el viernes pasado llevó su espectáculo "En bucle" hasta Palma de Mallorca donde, con mucho humor, versionó con su particular estilo canciones populares. El músico y humorista está recogiendo las mieles del éxito junto a Broncano en "La Revuelta" y también tras superar el reto "Men's Health" posando para la portada de la revista.



ELSA PATAKY

Con vestido de lunares en el Polo

Que Elsa vaya a un evento en Australia no es extraño, pero que coincida con parte de la familia real británica, sí. En esta ocasión ha sido con la hija de la princesa Ana de Inglaterra, Zara Tindall, y con su marido Mike. Los "royals" y la española han coincidido en el festival de polo Magic Millions Polo de Gold Coast, del que Zara es embajadora. Elsa ha triunfado con su estilismo formado por un vestido blanco de lunares negros, con la espalda al aire y gran flor en el pecho; completaba su look con una pamelita y zapatos abiertos y con pedrería. Monísima.

ESTE PRODUCTO SANITARIO OFRECE
AYUDA EFICAZ GRACIAS AL
EFECTO-PARCHES PRO

¿Diarrea, dolor abdominal, flatulencia?

Las molestias intestinales recurrentes, como la diarrea, el dolor abdominal, la flatulencia o el estreñimiento, pueden limitar mucho la calidad de vida de los afectados. Pero los investigadores han desarrollado ahora Kijimea Colon Irritable PRO, un producto sanitario que promete una ayuda eficaz.

Muchas personas padecen regularmente diarrea, dolor abdominal, flatulencia o estreñimiento. Pero lo que sólo unos pocos saben es que la causa suele ser una barrera intestinal dañada, lo que puede dar lugar al llamado síndrome del colon irritable.

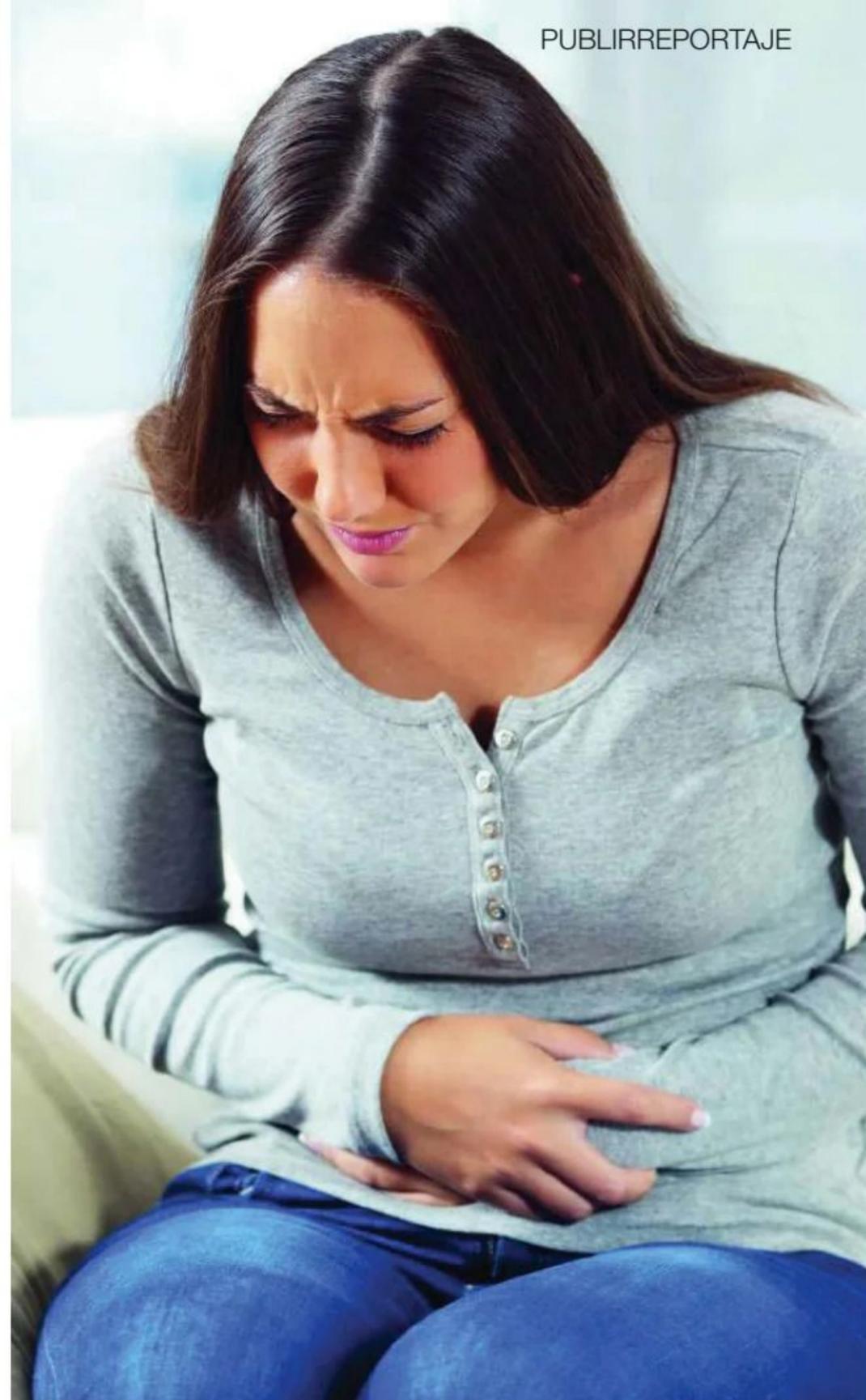
El Efecto-Parche PRO

Con Kijimea Colon Irritable PRO (de venta libre en farmacia), los investigadores han desarrollado un producto sanitario que actúa exactamente en la barrera intestinal y ayuda con el síndrome del colon irritable y sus síntomas. Las bifidobacterias únicas de la cepa HI-MIMBb75 (contenidas exclusivamente en Kijimea Colon Irritable PRO) se adhieren a las

zonas dañadas de la barrera intestinal, como un parche protector. Bajo este parche, la barrera intestinal puede regenerarse, las molestias intestinales típicas como la diarrea recurrente, el dolor abdominal, la flatulencia o el estreñimiento pueden desaparecer.

Eficacia clínicamente probada

Un estudio a gran escala sobre el colon irritable ha demostrado recientemente la eficacia de Kijimea Colon Irritable PRO para tratar la diarrea, el dolor abdominal, la hinchazón y el estreñimiento. Compruébelo usted mismo, pregunte en su farmacia específicamente por Kijimea Colon Irritable PRO (sin receta médica).



En su farmacia:

Kijimea Colon Irritable PRO

(CN-195962.1)



Anunciado en
TV



La imagen representa a una afectada.

Kijimea Colon Irritable PRO cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios.
Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable. CPSP21233CAT

KIJIMEA®

DE LA CIENCIA. PARA TU SALUD.



Anabel se convirtió en madre con 38 años. “Es lo mejor que me ha pasado en la vida”, aseguró.

COMO ENTIENDO AHORA TU AMOR
[@merchibega](#)



Merchi lleva en casa de su hija más de tres meses para ayudarla en su nueva etapa como mamá.



Anabel Pantoja

su familia no la deja sola en su momento más crítico

Desde hace tiempo, el clan Pantoja está totalmente roto, pero el ingreso de la pequeña Alma ha propiciado que Isabel y sus hijos, Kiko e Isa, se olviden de rencillas familiares y viajen a Canarias para apoyar a la madre primeriza.

Anabel y David están atravesando el momento más difícil de sus vidas. Al cierre de esta edición, su pequeña Alma, de tan solo 40 días, estaba ingresada en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Materno Infantil de Gran Canaria con pronóstico reservado. Ante esta "situación crítica", según definió el periodista Antonio Rossi, todo el clan Pantoja se desplazó a la isla para arropar a Anabel. Isabel cogió un avión con su hermano Agustín, mientras Kiko Rivera y su hermana Isa tampoco dudaron en hacer la maleta para aterrizar en el archipiélago. En esos momentos poco importaban las rencillas familiares, todos viajaron con el mismo fin: dejar sus diferencias a un lado para demostrarle todo el cariño a la influencer.

Según apuntó Rossi, la tonadillera decidía situarse en un segundo plano y no quiso coincidir con sus hijos en el hospital, a pesar de estar permanentemente informada sobre el estado de salud de Alma. También viajaron hasta Canarias Belén Esteban y Susana Molina (más conocida como Susana Bicho), íntimas amigas de Anabel.

Merchi, la abuela de Alma, "devastada"

Según explicaron en el programa "Vamos a ver", la pequeña empezó a encontrarse mal el miércoles 8 de enero. Anabel y David la llevaron a Urgencias, pero después los médicos les mandaron a casa. El viernes 10, la situación se agravó y Alma tuvo que ser ingresada en la UCI. Fue entonces cuando la influencer y su chico decidían llamar a toda la familia para comunicarles la grave situación. Además del clan Pantoja, la pareja también cuenta con el apoyo de toda

la familia del fisioterapeuta. La pareja no se separa de Alma y, al cierre de esta revista, no habían abandonado en ningún momento el hospital. La madre de Anabel, Merchi, sí que ha sido vista dejando puntualmente el centro médico, siempre acompañada para ayudarla a caminar. Su entorno asegura que está "devastada". Los médicos se reunieron con los padres el lunes 13 y les pidieron calma. "Les dijeron que las próximas 48 horas eran fundamentales para ver la evolución de Alma", aseguró Kike Calleja.

Desde que se enteró de su embarazo, Anabel ha contado a sus más de dos millones de seguidores en Instagram su día a día: colgó decenas de fotos para que viéramos cómo le crecía la barriguita, explicó con toda la emoción del mundo su parto y nos contagió la ilusión de vivir su primera Navidad con su bebé. "Alma, acabas de tatuarte en nuestra piel para los restos", escribieron ambos cuando nació la niña.

DM

El miércoles 8, Anabel y David notaron que algo no iba bien y llevaron a la pequeña a Urgencias.



JUNTOS, PERO NO REVUELTOS

Ninguno de los tres se dirige la palabra, pero en esta ocasión han hecho lo correcto: coger un avión para arropar a Anabel, que siempre ha dado la cara por todos ellos. Según contaron en "Vamos a Ver", Isabel no ha querido coincidir en el hospital con sus hijos para no añadir más tensión a una situación de por sí dramática. Sin embargo, los hermanos sí se han visto.



La casa de Anabel se encuentra a 40 kilómetros del hospital donde fue ingresada Alma.



Abrazo materno

Doña Letizia estaba especialmente emocionada y lloró al abrazar a su hija mayor, mientras Don Felipe observaba contenido la escena.

Princesa Leonor emotiva despedida en Cádiz

Los Reyes, como unos padres más, vieron partir a su primogénita del puerto de Cádiz. La Heredera completará su formación naval con una travesía de unos seis meses a bordo del buque escuela "Juan Sebastián de Elcano".



Leonor, entre sus orgullosos padres, posa antes de zarpar.

Más que como Reyes, Felipe VI y Doña Letizia ejercieron de padres en la emocionada despedida a la princesa Leonor, en la nublosa mañana del sábado 11 de enero. Nuestros monarcas acudieron al puerto de Cádiz para decirle adiós antes de partir con el "Juan Sebastián de Elcano", que la llevará a re-

correr 17.000 millas náuticas y a visitar ocho países durante casi seis meses. Antes de abrazar a la Princesa y subir al "Vigia", el patrullero desde donde siguieron su partida Don Felipe y Doña Letizia, se dirigieron a los 76 guardamarinas para animarles y desearles a todos "buena mar y buenos vientos".

Desde el muelle y junto al resto de familiares, contemplaron cómo el buque escuela iniciaba las maniobras para zarpar. El Rey, que reconoció que el momento era "muy emotivo" incluso hizo fotos del momento, mientras la Reina soltó algunas lágrimas y lanzó besos a su primogénita, que como el resto de sus com-

pañeros, saludaba gorra en mano. Y su look era un homenaje a la Heredera. Lució un traje de dos piezas de la marca Woman de El Corte Inglés en un azul muy parecido al del uniforme de la guardamarina Borbón Ortiz, el color de la Armada. Y completó su look con una diadema floral, dorada, de la infanta Sofía. ▶



DE LOS 76 GUARDAMARINAS, SOLO 9 SON MUJERES. COMPARTEN CAMAROTE

► Una elección estilística cargada de mensajes, aunque el que se ha convertido en viral es el que se intercambiaron los soberanos mientras veían partir a la Heredera. Y es que un micrófono captó cómo Doña Letizia preguntaba a Don Felipe: “¿Dónde está mi chica?”, a lo que él respondió: “En el mismo sitio que antes”. Una conversación que los humaniza todavía más.

Sea como fuere, los dos estaban muy emocionados, deseando que todo le fuera bien a su hija mayor, que como el resto de los chavales (hay 76 guardamarinas, solo 9 son mujeres), cuenta con la ayuda extra de la Virgen del Rosario, la patrona de Cádiz, conocida como la Galeona, que les acompañará durante su travesía, que no les devolverá a España hasta principios de julio. ►





Los mandos del
barco saludan
a la Princesa de
Asturias.



La Princesa
afrenta con ilusión
esta etapa de su
formación naval.



**LA MISMA
FOTO, HACE
38 AÑOS**

Al igual que Don Juan Carlos y como hace ahora la princesa Leonor, el monarca también se enroló en el buque escuela más emblemático de la Armada. Fue en 1987 y tenía 18 años, uno menos que la Princesa. Guarda excelentes recuerdos de aquella época y de la experiencia en sí, con la que empezó a amar el mar y los deportes náuticos.



La Heredera no dejó de saludar en ningún momento.

LEONOR YA HA HECHO AMIGOS CON LOS QUE SALIÓ POR CÁDIZ ANTES DE EMBARCARSE EN ELCANO

- ▶ Leonor llevaba en Cádiz desde días antes. El jueves 9 de enero realizó la tradicional subida a los palos del "Elcano". Y subió con soltura uno de los mástiles, de 50 metros de altura. Ataviada con ropa deportiva y sin mirar abajo, escaló con decisión hasta alcanzar la parte superior y, posteriormente, descender. Por su seguridad y la de todos, este tipo de pruebas se hacen con la ayuda de un arnés. Y hubo más actividades de instrucción marinera y maniobras. Al día siguiente, la tripulación siguió por las calles de Cádiz, visitando el Ayuntamiento de la ciudad y la Escuela de Suboficiales de la Armada de San Fernando, visitaron la iglesia del Carmen... y hubo tiempo para la diversión, pues parece que ya ha hecho amistades, con las que pudo callejear por ciudad. Pero ella no pasa desapercibida, y es raro que no la paren al grito de "¡guapa!", a lo que responde con una sonrisa.

Suponemos que en el crucero ganará en madurez y, por supuesto, avanzará en su formación naval. Porque lo que se avecina es una vivencia que no olvidará jamás, como le recordó su padre, que ha pasado por lo mismo, al igual que Don Juan Carlos.

El consejo paterno

"Una experiencia, querida Leonor, que, sin duda, quedará grabada como uno de los recuerdos más entrañables de tu formación militar, tal como ocurrió en su momento conmigo y también con tu abuelo. La mar es un aprendizaje y desafío permanente...

Te enseñará mucho de lo que fuimos y también somos... Aprovechéis, tú y tu clase, al máximo esta experiencia porque os seguirá valiendo, como me ha valido a mí, para toda la vida", fueron las palabras del monarca en la Pascua Militar del pasado 6 de enero.

Por lo pronto, tiene que convivir en un estrecho camarote con tres compañeras, en literas, y su día a día comenzará a las 06.45. Tras el aseo, vestirse y hacer las literas, toca desayuno y seguidamente la formación, que no finalizará hasta la tarde, donde puede estar con sus compañeros, dedicándose a los juegos de mesa... ▶

La presencia de los Reyes en el puerto de Cádiz causó una expectación sin precedentes.



Inmortalizar el momento

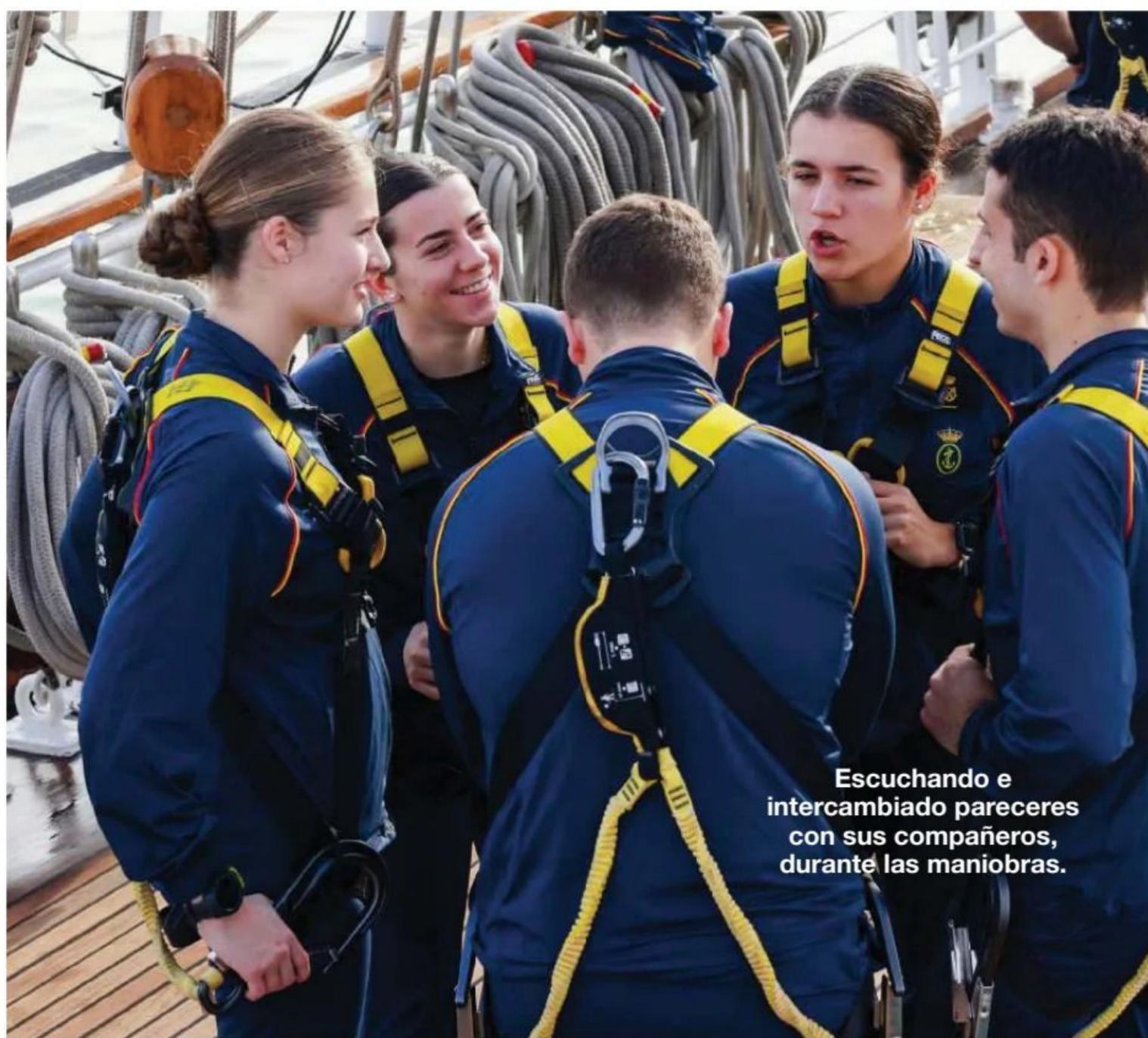
Al Rey, como a la infanta Sofía, le encanta la fotografía, y no dudó en retratar, como un padre más, a Leonor. Doña Letizia fue su ayudante y su mejor compañía.



EN ELCANO YA HA DEMOSTRADO SU DESTREZA EN LA **SUBIDA A PALOS**, DE 50 METROS DE ALTURA

- Y ya por último, cena y a la cama. Es decir, duras jornadas de trabajo sin pisar tierra. La cuestión es que aprendan los rudimentos del mar y que compartan la vida y el trabajo con los colegas, que a buen seguro se convertirán luego en amistades para toda la vida, como le sucedió a Felipe VI.

Agencias



Escuchando e intercambiado pareceres con sus compañeros, durante las maniobras.

Muy marcial
escuchando el
himno de España
y las instrucciones
de los mandos.



Kate Middleton cumple 43 años

La princesa celebró su cumpleaños junto a su familia en privado y su marido la homenajeó en las redes sociales.

El mensaje rezaba así: “A la esposa y madre más increíble. La fortaleza que has demostrado durante el último año ha sido extraordinaria. George, Charlotte, Louis y yo estamos muy orgullosos de ti. Feliz cumpleaños, Catherine. Te queremos. W”. Es la felicitación del príncipe de Gales desde las redes sociales del Palacio de Kensington. Un emotivo texto que estaba acompañado por una foto de Kate en blanco y negro, realizada por Matt Porteous.

El 9 de enero, Kate cumplió 43 años. Sin duda, un cumpleaños muy emotivo para la futura reina de los británicos después del año tan duro que ha pasado, luchando contra el cáncer y que la ha mantenido

alejada de los focos. Poco a poco, vuelve a recuperar su agenda oficial.

La celebración de este cumpleaños tan especial fue totalmente privada. Según la prensa británica, la princesa lo celebró junto a su marido, sus tres hijos, su hermana y sus padres. Según dicen sus allegados, ella ha cambiado su forma de ver la vida y tiene otras prioridades tanto personales como profesionales tras enfrentarse a la enfermedad.

El matrimonio está más unido que nunca y la prensa británica asegura que entre sus planes está renovar sus votos matrimoniales en los próximos meses.

DM



Con esta fotografía de su mujer, el príncipe Guillermo felicitaba a Kate en las redes sociales.



MÁS UNIDOS QUE NUNCA

La lucha de Kate contra el cáncer ha hecho que la familia esté más unida que nunca. Sus hijos, George, Charlotte y Louis y su marido son el principal apoyo de la princesa de Gales. Según apuntan los británicos van a renovar sus votos matrimoniales en una ceremonia privada, tras su boda hace 14 años.

ALGO PASA EN



**La revista
con más
corazón...**



Laura Sánchez y Manuel Escribano

“Estamos muy felices”

La empresaria inauguró “We Love Flamenco”, y lo hizo junto al diestro, su amor desde el pasado verano.

Laura Sánchez inauguró en Sevilla su pasarela, “We Love Flamenco”, que este año celebra la edición número 13 con más de 40 desfiles. Para una ocasión tan especial, la modelo y empresaria posó radiante con su amor, Manuel Escribano, que ocupa su corazón desde el pasado verano, tras confesar que su matrimonio con David Ascanio había terminado. Escribano

no es muy dado a los focos, pero esta vez no dudó en apoyar a su chica y confesó ante la prensa: “Las cosas son como vienen, estamos muy felices y contentos”.

Laura se encuentra en una etapa inmejorable. Además de triunfar en el amor y en su profesión, ha probado suerte en la primera edición de “Maestros de la costura Celebrity”, que TVE emitirá en breve.

Agencias

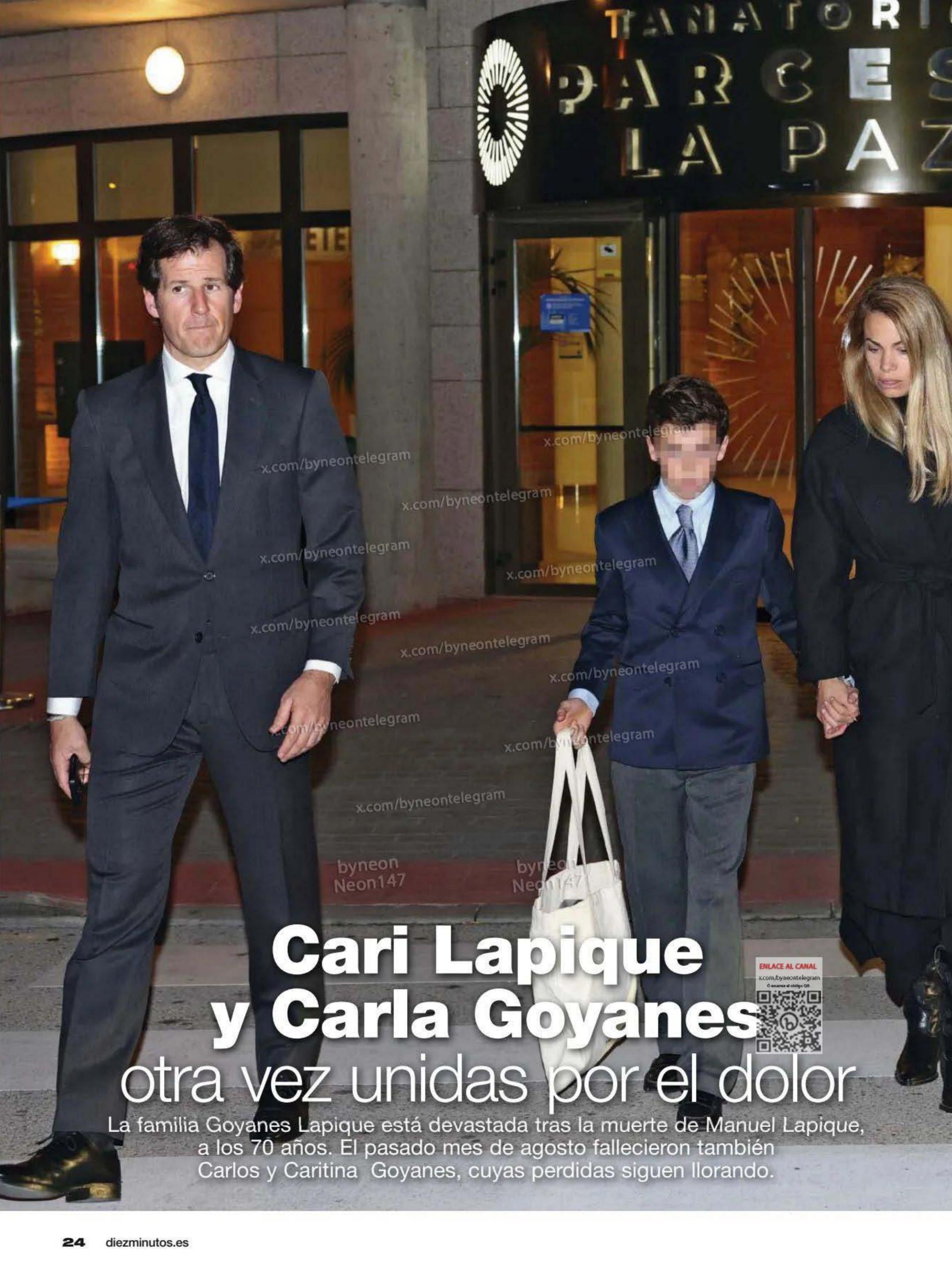
MEJORA PARA TI

MÁS EXCLUSIVAS, MÁS ACTUALIDAD, MÁS CELEBRITIES



**Nueva imagen,
más contenido**

A PARTIR DEL 22 DE ENERO EN TU KIOSCO



Cari Lapique y Carla Goyanes

otra vez unidas por el dolor

La familia Goyanes Lapique está devastada tras la muerte de Manuel Lapique, a los 70 años. El pasado mes de agosto fallecieron también Carlos y Caritina Goyanes, cuyas pérdidas siguen llorando.

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR



A la salida del tanatorio, Jorge Benguría, su hijo Carlos, Carla Goyanes, Cari Lapique y Pedro, hijo de Caritina.

La vida ha vuelto a dar un revés a los Goyanes Lapique. El pasado viernes, 10 de enero, moría Manuel Lapique, a los 70 años de edad, tras luchar contra una larga enfermedad. Este fallecimiento se une al de Carlos Goyanes, su hermano Tito y Caritina el pasado mes de agosto. Desde entonces, Cari Lapique y Carla Goyanes han intentado recuperarse, pero esta última muerte ha vuelto a traer las lágrimas a esta querida familia.

“Están devastados”, nos decía alguien allegado al clan. Este era el motivo por el que no querían estar mucho tiempo en el tanatorio de La Paz, en Alcobendas, Madrid, donde se instaló la capilla ardiente del hermano de Cari y Myriam Lapique, viuda de Alfonso Cortina desde 2020.

Las primeras en llegar fueron las hermanas del fallecido. Muy tristes dieron las gracias a los reporteros. Cari se refugiaba en su hija Carla y en dos de sus nietos, Carlos y Pedro, que quisieron estar junto a su abuela en un día tan triste. Los yernos de Cari, Antonio Martios y Jorge Benguría también estuvieron.

Apoyo de los amigos

Fueron muchos los amigos que se acercaron al tanatorio para apoyarles: Nicolás Vallejo-Nágera, Tita Cervera, Marta Barroso, Nuria March, Javier Obregón, Álvaro Falcó, Pedro Trapote, Begoña García Vaquero o Maribel Yébenes, que al preguntarle por su amiga Cari nos decía: “Está bastante afectada”.

José María García, íntimo de la familia, decía a su llegada: “Son amigos. La racha que llevan es terrible, terrible. Cari es muy fuerte y está luchando mucho. Manuel era alguien muy cercano”.



Cari Lapique, desolada, llegó junto a su hermana Myriam.



Carla Goyanes dio el último adiós a su tío materno. Antonio Martos, viudo de Caritina, también acudió.



CARLA GOYANES: “ES MUY TRISTE. INTENTO SUPERARLO CADA DÍA. ME AYUDA SEGUIR TRABAJANDO”

▶ Ante estos duros golpes, Cari ha encontrado refugio en su hermana Myriam, su hija Carla y sus cinco nietos: Pedro, Minicari, Carlos, Santi y Beltrán, que cariñosamente la llaman “abuelona”. Con ellos ha pasado las Navidades lejos de Madrid, donde solían pasar las Fiestas.

Hace unas semanas “Diez Minutos” hablaba con el viudo de Caritina. Se está recuperando poco a poco de la pérdida de su mujer, pero reconocía que el peor trago lo tenía su suegra. “A mí se me ha muerto mi mujer, pero a Cari se le ha muerto un marido y una hija. Eso es muy duro. Entre todos la estamos arropando”, nos decía Antonio Martos, que ha cogido

las riendas de la empresa de catering de la desaparecida Caritina.

Además, Cari, poco a poco ha vuelto al trabajo, aunque su mejor “medicina” son sus nietos. “Es muy triste. Intento superarlo cada día. A pesar de que no me queda más remedio que seguir trabajando. Eso me ayuda”, nos decía hace un par de meses Carla Goyanes. La joven también se ha refugiado en el trabajo al frente de la inmobiliaria familiar. Además, Carla está muy pendiente de los hijos de su hermana. Sin duda, los más pequeños son el gran apoyo de todos, que también están arropados por sus amistades.



INVIERNO 2024 N.º 43
3,50 € (PVP) / CARRIBUS 3,65 €
00043
9 33372 40637

ANFITRIONAS
DELUXE

Hiba Abouk
en portada

Claudia Schiffer

Cristina Oria

Karla Cova Villa

FIESTAS
A LO
GRANDE

LA BUENA VIDA CON ESTILO

RECETAS • RESTAURANTES • POSTRES • REGALOS • DESTINOS • CHEFS

elle.es/gourmet

Demi Moore,
de Armani
Privé, feliz con
su premio.

STREAMING ON
Paramount



Globos de Oro Demi Moore vive su noche más mágica

Después de 45 años de carrera, la actriz recogió su primer premio como actriz por su papel en "La sustancia". "Estoy en shock", dijo emocionada. Además, Zendaya presumió de anillo de compromiso.



Nicole Kidman,
nominada por
"Babygirl", vistió de
Balenciaga.



Zendaya, impresionante de Louis Vuitton y con sortija de compromiso en la mano izquierda.



Cate Blanchett, muy guapa con vestido dorado de Louis Vuitton.



Angelina Jolie, que acaba de firmar el acuerdo de divorcio con Brad Pitt, de Alexander McQueen.



Elle Fanning,
preciosa de
Balmain y joyas
de Cartier.



Heidi Klum
y su marido,
el músico Tom
Kaulitz.

La 82 edición de los Globos de Oro brilló en la noche de Reyes. Hace cuatro años, la Asociación de la Prensa Extranjera de Hollywood, que organiza estos premios, fue gravemente acusada de amaños y de falta de diversidad, pero en este 2025 por fin ha podido dejar el escándalo atrás para recuperar todo su esplendor. Más de 1.300 invitados desfilaban por una alfombra roja que duró cerca de tres horas: actrices y actores que enseñaron sus mejores galas rodeados de grandes medidas de seguridad, mayores que en otras ocasiones después del ataque terrorista del 1 de enero en Nueva Orleans. Nicole Kidman brilló con una coleta alta, Angelina Jolie reapareció por fin oficialmente divorciada de Brad Pitt y Salma Hayek entonó un “¡Viva México!” mientras posaba ante los fotógrafos. ▶



Sofía Vergara lució un diseño de Georges Chakra.



Adrien Brody se llevó el globo de oro al Mejor Actor por "The Brutalist".

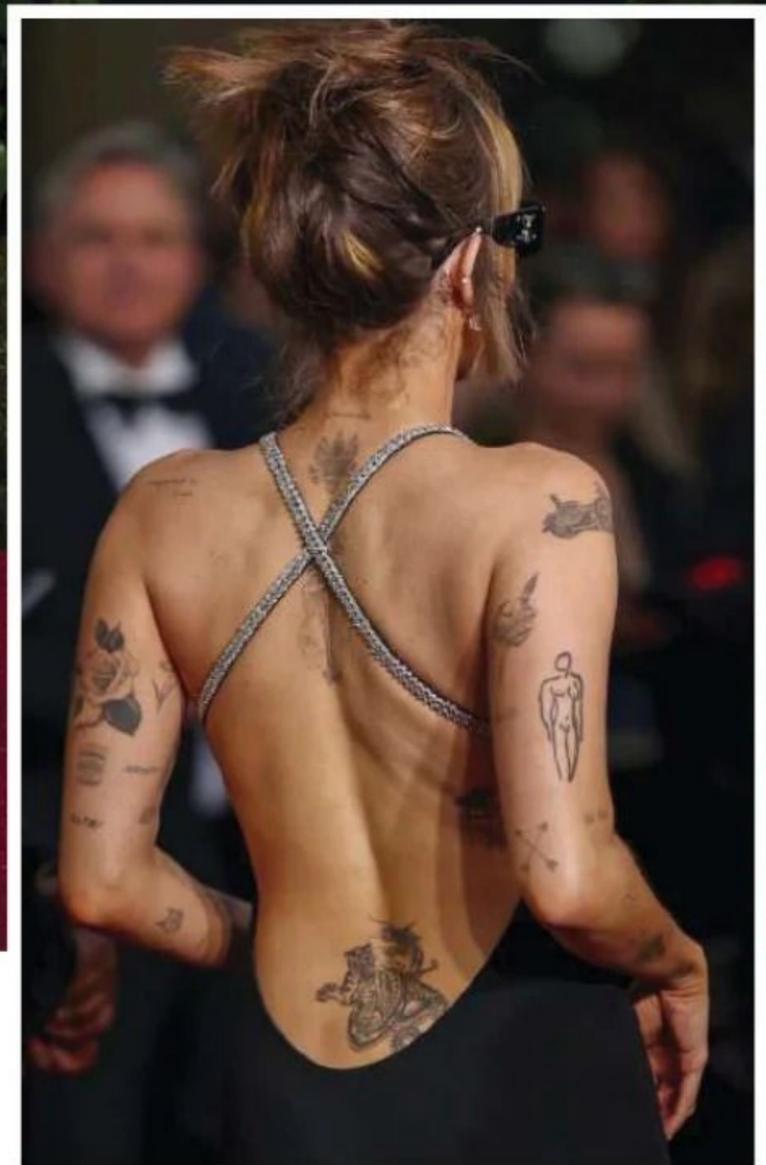


Tatuada y en forma

Miley Cyrus llevó este atrevido diseño de Céline que dejaba su piel tatuada al descubierto. También lució brazos tonificados al estilo de nuestra reina.



Anya Taylor-Joy, de Christian Dior vintage.





Cara Delevingne eligió un vestido metalizado en color plata.



Kate Hudson vistió un diseño de Carolina Herrera.



Dakota Fanning, de Atelier Versace.

PAMELA ANDERSON **LLEGÓ SIN MAQUILLAJE.** ESTABA NOMINADA POR SU PAPEL EN "THE LAST SHOWGIRL"

► La noche contó con muchas protagonistas, pero Demi Moore fue la reina. La actriz se llevó su primer premio cinematográfico después de 45 años de carrera, y todo gracias a "La sustancia", una película donde borda el papel de una estrella venida a menos que decide aceptar la propuesta de una empresa que promete transformarla temporalmente en una versión más joven y mejorada de sí misma.

Actriz "palomitera"

Moore recogió el galardón emocionada y entonó uno de los discursos más aplaudidos

de la noche. "Un productor me dijo que era una actriz de palomitas. Me dijeron que hacía películas que ganaban dinero, pero que jamás serían reconocidas (...) En esos momentos en los que sentimos que no somos lo suficientemente astutas, bellas, delgadas o exitosas, recuerdo que una mujer me dijo que jamás sería suficiente. Pero con el tiempo entendí que podía medir el valor de mi trabajo si me liberaba de esa vara que lo mide todo. Gracias a toda la gente que creyó en mí cuando yo no creía en mí misma". ►



Pamela Anderson optó por un vestido negro de Oscar de la Renta.



Zoe Saldaña, de Saint Laurent, se llevó un Globo de Oro por "Emilia Pérez".



Eddie Redmayne y **Timothée Chalamet** demostraron que los chicos también arriesgan.



Zoë Kravitz, de Saint Laurent customizado.



Keira Knightley llevó un diseño de Chanel.



Selena Gomez optó por un vestido azulón de Prada.



Sin premio

Era una de las favoritas por su papelón en "Emilia Pérez", pero la actriz Karla Sofía Gascón, de Saint Laurent, se fue sin la estatuilla, que se la llevó Moore.

SELENA GOMEZ SE COMPROMETIÓ EN NAVIDAD CON EL PRODUCTOR MUSICAL BENNY BLANCO, CON EL QUE SALE DESDE 2023

► Zendaya también dio mucho que hablar, pero en esta ocasión no por su nominación a la Mejor Actriz de Comedia por la película "Rivales", sino por la sortija de diamantes que lució como complemento de su vestido de Louis Vuitton. Dicen que la actriz iba enseñando orgullosa la joya a todas sus compañeras, y horas después la página americana "TMZ" aseguró que se trataba de un anillo de compromiso que le había entregado su novio, el también actor Tom Holland. Al parecer, el chico es de lo más tradicional y, además de hincar la rodilla para con-

seguir el "sí, quiero", también le pidió la mano de su chica a su suegro durante las pasadas Navidades.

La más premiada

En cuanto a los premios, la gran revelación fue la película "Emilia Pérez", con cuatro galardones, seguida por "The Brutalist", con tres. En televisión, "Shōgun" fue la gran vencedora con cuatro Globos de Oro, junto a la divertida "Hacks" y la sorprendente "Mi reno de peluche", que se llevaron dos premios cada una. Colin Farrell se llevó el premio al Mejor Actor en una serie limitada por "El pingüino".

Agencias ►



La mexicana Salma Hayek vistió de Gucci.



Naomi Watts, de Custom Schiaparelli Haute Couture.



Emma Stone, con nuevo corte de pelo y de Louis Vuitton.

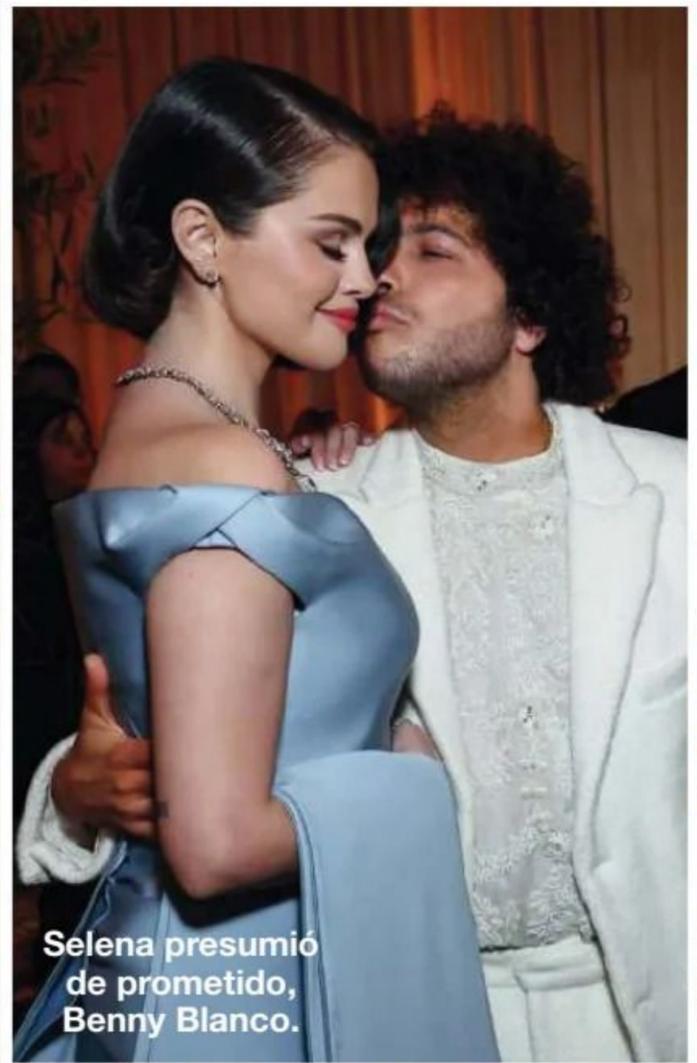


Tilda Swinton optó por Chanel, mientras Ariana Grande eligió Givenchy.





Kylie Jenner y Timothée Chalamet, siempre apasionados.



Selena presumió de prometido, Benny Blanco.



TRÍO DE GUAPAS: MONICA BARBARO, ELLE FANNING Y KYLIE JENNER.



Elton John, tras confesar su ceguera, junto a Glenn Close.



Nicole Kidman y su inseparable marido, Keith Urban.



Sin prejuicios

Jonathan Van Ness sorprendió con este look. El americano es un reconocido estilista que se ha dado a conocer en todo el mundo por su participación en el programa "Queer Eye", de Netflix.



Sebastian Stan y Kieran Culkin, que se llevó el Globo de Oro por "A Real Pain".



Colman Domingo y Emma Stone.



La actriz Ayo Edebiri, de Loewe, posó con Zendaya, que se cambió de vestido.



Cynthia Erivo, de Louis Vuitton, con Ariana Grande, ambas protagonistas de "Wicked".



Sarah Paulson junto a Cate Blanchett.

ESCRITORA

Megan Maxwell

“Mi destino me gustaría con un pedazo de chulazo a mi lado”

Por Valeria Vegas FOTOS: BEATRIZ VELASCO

¿Quién es ella?

NACIÓ en Núremberg, Alemania, en 1965.

TRAYECTORIA Tras trabajar en una asesoría jurídica, comenzó a publicar sus primeros trabajos literarios en 2009, con la novela “Te lo dije”, para un año después comenzar su saga de “Las guerreras Maxwell”. Desde entonces ha publicado más de una treintena de libros, siendo una de las autoras españolas más prolíficas y más leídas. Algunas de sus obras han sido adaptadas a cine y televisión, como es el caso de “Pídeme lo que quieras” o “¿A qué estás esperando?”, esta última disponible en Atresplayer.

Recientemente ha publicado “Una navidad muy fun, fun, fun” y en febrero sale a la venta “Una herencia salvaje”, décimo libro de la saga “Las guerreras Maxwell”.

FAMILIA Tiene dos hijos, Jorge, y la también escritora Sandra Miró.

Megan tiene nueva novela, “Una navidad muy fun, fun, fun”, y tras los viajes promocionales y las firmas de libros, a las que se entrega con pasión y agradecimiento, ha sacado un hueco para esta entrevista en la que descubro su lado reflexivo sobre el éxito y un excelente sentido del humor. Seguramente cuando leáis esta entrevista ella estará encerrada en su oficina, delante de su ordenador, escribiendo la próxima novela con esa constancia que la caracteriza.

-Supongo que la escritura es algo puramente vocacional pero, ¿te imaginabas semejante éxito cuando todavía no te dedicabas a ello profesionalmente?

-No, pero es que yo en mi infancia

no me imaginaba siendo escritora, porque era malísima estudiante y asociaba que era un aburrimiento todo lo que suponía escribir, pero sí es verdad que me gustaba muchísimo leer e inventarme cosas. Y cuando nos pedían en clase una redacción de lo que habíamos hecho el fin de semana, las mías eran larguísimas, me explayaba mucho.

-Tu último libro es “Una navidad muy fun, fun, fun”. En tu caso, ¿eres una fanática de ello o más bien reacia como el protagonista masculino?

-Para mí es una época del año muy bonita, pero entiendo que no a todo el mundo le gusta, según sus circunstancias. En Nochevieja soy la organizadora oficial de mi familia y son fechas en las que junto a mucha gente. ▶



Valeria y Megan durante la entrevista, en casa de la escritora y junto a dos de sus perros.



“Para escribir me quito tiempo a mí misma, hasta para cuidarme y darme cremitas cuando salgo de la ducha”



ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR



► Es el momento además en el que por fin cojo vacaciones y puedo disfrutar también de mis amigos.

-Publicas tres novelas al año y eso requiere una constancia increíble para trabajar. ¿A qué le quitas tiempo?

-Pues dejo mucho de ir al cine, de salir a cenar con los amigos y de ver series de televisión. Me quito tiempo a mí misma, hasta para cuidarme y darme cremita cuando salgo de la ducha. Y soy de las que piensa que el tiempo perdido no se recupera y me obligo a ciertas cosas, además de que me he prometido que en 2026 bajaré el ritmo, escribiré dos novelas al año, en vez de tres.

-Bueno, quizás el factor tiempo sea la única pega, porque entiendo que todo lo demás es estupendo.

-¡Claro! Y haciendo lo que me gusta. Hasta llegar aquí he tenido mil trabajos que no me han gustado y en algunos me han tratado fatal. Imagínate que antes trabajaba en una asesoría jurídica donde llevábamos accidentes de tráfico y la gente venía súper enfadada y me comía todos los marrones, como si fuera yo la que les ponía la multa. Todos pagamos un bagaje en la vida y de pronto estás haciendo algo que te gusta, donde recibes mucho cariño, y lo único malo es que te quita mucho tiempo.

-¿Cómo es tu rutina de trabajo?

-Me pongo desde las nueve y media de la mañana hasta las nueve y media de la noche. Por la mañana empiezo contestando mis redes sociales, que las llevo yo misma por decisión propia, y también corrijo lo que escribí el día anterior. Ya después de comer es cuando me pongo a escribir, porque soy más productiva por la tarde. Eso sí, los fines de semana me los dejo para mí.

-Eres una mezcla de muchos sitios, por parte de madre, de padre y por lugar de nacimiento. ¿Qué tienes en tu personalidad que sea significativo de cada lugar?

-Mi madre me dice que soy muy germánica, por cuadrículada y pese a no haber vivido allí, pero dentro del caos tengo siempre mi orden. Luego para el cachondeo soy muy española, y para lo estrafalario soy muy americana. Soy un híbrido de muchos sitios.

-Obras tuyas como “Pídeme lo que quieras” o “¿A qué estás esperando?” han sido adaptadas al audiovisual, como serie y película. ¿Has soñado alguna vez con tu propio reparto?

-Pues sí, porque cada vez que escribo un libro me imagino a los protagonistas, como si se tratase de una película. Cuando escribí “Pídeme lo que quieras” lo hice pensando en Paul Walker, que después falleció. Toda mi vida estuve convencida de que me gustaban los morenos, hasta que vi “Bajo cero”, una película de Paul Walker, y me cambió el chip, de pronto me gustaron rubios con ojos azules.

-Viendo lo prolífica que eres, ¿podemos asegurar que el amor es una fuente inagotable de ideas?

-Totalmente, y hay tantas historias de amor como millones de personas somos en el mundo. Cada cual tiene la suya y no hay dos iguales. Para mí el amor es lo más bonito y desinteresado del mundo.

-¿Hay alguien de tu entorno al que le otorgas el privilegio de leer el manuscrito antes que nadie?

-Por norma general no lo lee nunca nadie antes que mi editora, porque esa persona, que llamamos el lector cero, te puede empezar a decir todo lo que cambiaría y entonces ocurre que deja de ser tu novela y a mí no me gusta dejarme influenciar por nadie. Y de hecho a mi madre sí se las ofrezco para leer antes, pero no quiere porque prefiere siempre esperarse a que salga y leerla en el formato físico, como toda la vida.

-El hecho de haber alcanzado el éxito ya con una vida asentada y en plena madurez, ¿crees que te ha ayudado a asimilar mejor el reconocimiento y los logros?

-Sí, y además gracias a todos los trabajos anteriores, me doy cuenta de lo que hay que luchar y aguantar para salir adelante. Considero que tengo mucha suerte, porque donde voy me esperan los lectores con buen humor, una sonrisa y mucho cariño, y eso no tiene precio.

-Como escritora, ¿eres de las que tienen un cajón de ideas, de esas que se apuntan, que vienen y van y en ocasiones recurras a ellas?

-Tengo un cuaderno en el que apunto ideas y otro en el que apunto todos los títulos que me parecen chulos. ▶



► Cuando estoy bloqueada recurro a ellos y la verdad es que me ayudan muchísimo, son como una tabla de salvación.

-¿Dónde encuentra Megan Maxwell la inspiración?

-En el día a día y en la gente que me rodea. Mis lectores, mis guerreros y guerreras, me cuentan tantísimas cosas que son siempre una inspiración. Y sobre todo la música, que me encanta y es una pasión que les he sabido transmitir a mis hijos, que desde muy pequeños conocen canciones de otras épocas.

-Y cuando algo te sale demasiado personal o autobiográfico, ¿eres de ponerle freno?

-No, y además me gusta recurrir a experiencias porque me he dado cuenta que son cosas que les pasa a mucha gente. Todas las novelas llevan cosas mías, mejores o peores, dependiendo del momento que esté pasando, y cuando la leen mis amigas más íntimas enseguida captan si es algo que me ocurrió.

-¿El seudónimo para ti es una cuestión de reafirmación personal que va más allá de los libros o simplemente un recurso literario?

-Megan ha sido un nombre que siempre me gustó muchísimo, antes no se ponían nombres así y a mí me hubiera encantado. Y fue cuando empecé a publicar, que decidí firmar con el nombre que siempre me había gustado. Y lo de Maxwell no es por mi padre, sino por un cantante americano, y resultaba muy sonoro. Y toda mi gente hoy en día me llama Megan.

-Tu hija, Sandra Miró, ha seguido tus pasos ya con cinco novelas publicadas. ¿Eres madre consejera en asuntos literarios?

-Por norma general no soy de dar consejos, a no ser que ella me los pida. Ella ha aprendido observando y casi sin proponérselo. En marzo sale su quinto libro y la verdad es que estoy súper contenta, pero estaría igual de contenta si fuera panadera. Mi otro hijo es fotógrafo y tengo muy claro que en esta vida cada uno tiene que ser lo que quiera.

-En tus inicios algún editor te reprochó que las protagonistas de tus novelas eran mujeres fuertes con demasiado carácter, como si fuese algo negativo. ¿Hemos evolucionado ante esa percepción?

-Afortunadamente sí, aunque nos queda mucho. Y al final, eso que a ellos les parecía más chocante, es lo que gusta de mis novelas, es mi marca. Estoy muy contenta de no haber hecho caso a algunos editores, que me decían que me publicaban si cambiaba ciertos aspectos y me negué, porque entonces dejaba de ser mi historia para ser la suya. Vamos, que estoy encantada de haberme mantenido en mis trece.

-Con semejante legión de lectores, ¿ha llegado a entrar en tu vida alguno de ellos?

-Algunos sí, porque tenemos un trato muy cercano y fíjate que tres de mis mejores amigas son lectoras que conocí hace más de quince años y ahora todos los años organizamos juntas un viaje a Escocia. Con alguna siempre bromeó de que todo empezó a través de un email.

-En tu mano está el destino de tus personajes pero, ¿cómo divisas el tuyo propio?

-Quiero divisarlo feliz, en la misma línea y continuar escribiendo novelas. Y además, seguir recibiendo el cariño de mis lectores. Ya por pedir lo querría divisar con un pedazo de chulazo a mi lado, pero no sé si es muy posible, porque estoy en un punto de mi vida en el que ni aguanto ni me aguantan.

-También con el ritmo que llevas no es como para poder dedicarle mucho tiempo a esos asuntos...

-¿Sabes qué pasa? Que cuando cumples años vas valorando otras cosas. Cuando tienes veintitantos años está muy bien tener a un churri al lado, y ahora también, que tengo amigas de mi edad que los tienen y es maravilloso. Pero cuando no lo tienes también piensas, "qué bien vivo", porque soy la dueña de mi vida. Porque si es por sexo, para una mujer es fácil conseguirlo, pero luego en el día a día me gusta mi independencia y hacer lo que me da la gana.

-Megan, ¿a qué te gusta dedicarle tu tiempo libre?

-Me gusta muchísimo viajar. También soy una loca de los conciertos, me encantan, y luego disfruto con el hecho de poder estar en casa viendo series y películas, y poder divertirme en mi casa de otra manera.



“Estoy en un punto de mi vida en el que ni aguanto ni me aguantan”



Breves respuestas a GRANDES PREGUNTAS

UNA CANCIÓN:

“Y si fuera ella”, de Alejandro Sanz.

UN LIBRO:

“El rescate”, de Julie Garwood.

UNA PELÍCULA::

“Bajo el sol de la Toscana”, de Audrey Wells.



MI FOTO FAVORITA

“Me gusta mucho esta foto porque me siento una madre orgullosa de sus niños, Jorge y Sandra”.

Fotogramas

Vuelve un clásico
¡EL GRAN CALENDARIO 2025 DEL CINE!



**FOTOGRAMAS
+ MAXICALENDARIO
YA EN TU KIOSCO**

renfe
Tu tren.

DIEZ MINUTOS

cuida de ti... y de tu bolsillo

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

Protege tus labios en invierno

Con el frío se secan y se deshidratan. Te contamos cómo conseguir que luzcan perfectos y voluminosos a pesar de las bajas temperaturas.



CUESTA DE ENERO Te explicamos cómo sobrellevarla. La planificación económica resulta esencial y también te ayudará pagar en efectivo en los comercios.

2,99€



OFERTA ESTRELLA Lidl tiene un pack de 4 bricks de caldo de 1 litro cada uno por 2,99 €. Sin colorantes ni conservantes.



"BABYGIRL" Llega a los cines la nueva película de Nicole Kidman que interpreta a una alta ejecutiva que comienza una tórrida aventura con su becario.

TENDENCIAS

Diseños de lujo

ANÍMATE A PONER UN TOQUE SOFISTICADO EN TU ARMARIO. PARA EL DEPORTE, PARA EL DÍA A DÍA O PARA LA NOCHE.



OBJETO DE DESEO

La marca favorita de famosas como Kendall Jenner o Hailey Beiber para practicar deporte es Alo Yoga. Una firma que nació en los Ángeles con la intención de confeccionar prendas sofisticadas para amantes del yoga. Esta, de una sola pieza, cuesta 140 €.

ARTESANÍA Y VANGUARDIA

El artista Murakami, repite colaboración con la marca de lujo Louis Vuitton, que comenzó cuando Marc Jacobs era el director creativo de la firma, con la que lograron un gran éxito. Los diseños de esta alianza combinan artesanía y vanguardia, donde los protagonistas son el monograma multicolor, y como imagen de la campaña, la artista Zendaya. es.louisvuitton.com



DÍA Y NOCHE

Los diseños de Augusta combinan texturas acogedoras con diseños novedosos, de cara a 2025, ya sea para el día a día o para pasar una noche acogedora con amigos. Los zapatos perfectos que harán que cada momento sea memorable.

augustathebrand.com



DELUXE

La firma italiana Fendi se suma a la actividad favorita del invierno, con prendas que alternan un lujo más silencioso, con las líneas suaves y los colores por excelencia del esquí. Ropa y accesorios cómodos y resistentes cumpliendo con la practicidad que requiere este deporte. fendi.com



TOP
de Tezenis,
9,99 €



LEGGINGS
de Lefties,
4,99 €



BOLSA
de Decathlon,
5,99 €

JORNADAS DE GYM

¿Planteándote volver o apuntarte al gimnasio, o simplemente renovar tu equipo de deporte? Toma nota de esta completa propuesta.

SUDADERA
de Pull&Bear,
9,99 €



ZAPATILLAS
de Decathlon,
19,99 €



look TOTAL
50,95 €

SHOPPING

Vuelta al deporte

RETOMAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA A VECES CUESTA. RENUEVA TU FONDO DE ARMARIO PARA EL GYM Y ANÍMATE A VOLVER A LA RUTINA.



GAFAS
de Ray-Ban para El Corte Inglés, 138,40 €



SUDADERA
de North Face, 80,95 €



CAMISETA
de Primark, 11 €



BOLSA
de H&M, 19,99 €



LEGGING
de Primark, 13 €



BOTELLA
de Lululemon, 48 €

ZAPATILLAS
de Hoka, 150 €



OLIVIA WILDE



CHAQUETA
de Zalando,
54,95 €



SUDADERA
de Zara,
25,95 €



COMBA
de Nike,
43,95 €



MONO
de Reebok,
85 €



PANTALONES
de Nike,
59,95 €



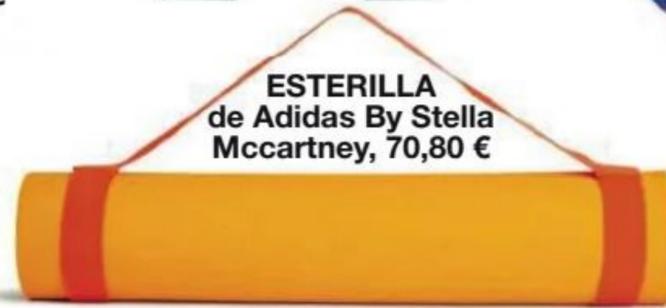
TOP
de Oysho,
29,99 €



LEGGING
de Oysho,
29,99 €



BAÑADOR
de Adidas,
54,95 €



ESTERILLA
de Adidas By Stella
Mccartney, 70,80 €



BOTAS
de Salomon,
130 €



BOLSA
de Nike,
39,95 €



CORTAVIENTOS
de Under
Armour, 69,95 €



**Bandas elásticas
de Amazon
8,99 €**



PANTALÓN
de Zara,
22,95 €



ZAPATILLAS
de Asics,
129,95 €



Un invierno muy acogedor

Para los días fríos no hay nada como una manta cálida y suave como éstas de Burrito Blanco, mantitas de Nacarina, reconocibles por su tacto muy suave, ideales para acurrucarte durante las tardes de invierno. Elige entre 10 colores. burritoblanco.com



Para unos labios espectaculares: Volulip Gloss

Salerm Cosmetics presenta un brillo de labios innovador con voluminizador que combina tecnología avanzada y activos naturales que transforman la rutina diaria y ofrecen un efecto 3D que notarás al instante, además, su fórmula cuida de tus labios gracias a su contenido en Vitamina E y aceites naturales. Puedes elegir entre Crystal Clear, transparente; Caramel Kiss, un tono muy natural y Strawberry Passion, de un rojo intenso. salerm.com

Las sneaker de Crocs

La firma Crocs ha cerrado una colaboración con el diseñador Salehe Bembury y de esta unión nace la sneaker Juniper: futurista, con una amortiguación reactiva, ventilación y soporte para los tobillos para tus excursiones senderistas y el día a día en la ciudad. crocs.es



Que no te limiten las escaleras

Con una silla salvaescaleras de VALIDA subir y bajar escaleras será sencillo y seguro. Recupera la tranquilidad y la independencia en tu hogar. Puedes pedir presupuesto gratuito en el 900 414 000 o en valida.es

Flores y mucho más

Detrás de un ramo de flores puede haber amor, amistad... pero detrás de Flores Solidarias hay un compromiso importante: un modelo de integración socio-laboral ofreciendo trabajo a personas sin hogar. Puedes contribuir en floressolidarias.org



Higiene bucal para todos

El cepillo eléctrico recargable de LOV'YC está diseñado para ofrecer una limpieza dental precisa, adaptándose a la dentadura. Con diseño sumergible y múltiples recambios. lovyc.com



INVIERNO 2024/2025

Nuevo Estilo

collection



La elegancia
es moderna

Las nuevas reglas se atreven



EL SIGNO El tartán rejuvenece / **EL ARQUITECTO** La almazara en Ronda de Philippe Starck / **LA ARTESANA** Encuadernación exquisita / **SHOPPING** Mantas en el bosque / **LA MESA** Celebrar con Michel de Fuentes / **EL ARTISTA** La magia del gres / **EL JARDÍN** Bulbos de invierno / **LA REVELACIÓN** Diseñadores con arte / **EL GENIO** Centenario de Julio Romero de Torres

LA ESENCIA DE LA GRAN DECORACIÓN

Ahora, con más contenidos y una puesta en escena espectacular
Ya en tu quiosco

¿Labios secos? Cómo tratarlos

LOS DOS FACTORES PRINCIPALES QUE INTERVIENEN EN SU FALTA DE VOLUMEN Y FORMA SON LA DESHIDRATACIÓN Y LA EDAD. TE EXPLICAMOS CÓMO MANTENERLOS PERFECTOS.

Los labios juegan un papel esencial en funciones como hablar, comer, tragar y la expresión emocional, pero además son extremadamente sensibles debido a la gran cantidad de terminaciones nerviosas que se encuentran en ellos. Según Laia Puig, responsable de LGP, la deshidratación y la edad son los principales factores de la falta de volumen y forma. Los factores externos como sol, frío, viento... medicamentos y no ingerir líquidos suficientes los dañan, pero también incluyen **la genética; la pérdida de colágeno y elastina con la edad; fumar y los movimientos repetitivos** al hablar o moverlos que contribuyen a la formación de arrugas y líneas de expresión. Laia Puig nos da algunos consejos para tener unos labios bonitos en invierno. **Agua:** Hidrátalos desde dentro bebiendo regularmente. **Dieta:** Con-

sume alimentos ricos en vitamina A o retinol (zanahorias, tomates, verduras de hoja verde, queso, almejas, chirlas...) y ricos en vitamina B (sardinas, conejo, caballa, palometa, arenque...) para reducir la pérdida de agua natural. **Sol:** Evita los rayos UV utilizando alta protección solar. **Maquillaje:** Retíralo antes de dormir. **Nada de morderlos ni lamer,** sólo empeora las grietas. **Exfolia:** Con un producto de grano fino al menos una vez a la semana para eliminar las células muertas. **Mascarilla:** Hidratante y nutritiva para labios una vez por semana. Procura que contenga activos reconocidos por tener una poderosa acción hidratante en los labios, como ácido hialurónico, mantecas ricas en ácidos grasos (karité, cacao...), aceites (almendras dulces, argán, etc.), retinol, hexapéptidos, alfa-hidroxiácidos (AHA'S) o tocoferol (vitamina E antioxidante).

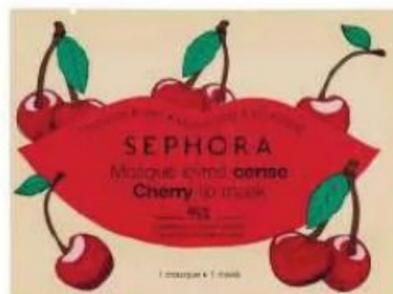
Factores ambientales, genéticos y hasta movimientos repetitivos influyen en el aspecto de nuestros labios



Repara, calma y suaviza, de SVR, 5,05 €.



Con aroma a Mango, de Laneige, 24,99 €.



Con extracto de cereza, de Sephora, 3,99 €.



Con musgo de Irlanda, colágeno y ácido hialurónico, You are the princess, 1 €.



Tratamiento antiedad labios, Smile Patch, de Talika, 4,95 €.



Sérum labial voluminizador, de Nuxe, 24,90 €.



Con agua de rosas. Hidrata y suaviza, de G9 Skin, 3,99 €.



Mascarilla nocturna con aceite de coco, de Kiehl's, 30 €.



Producto estrella



Mascarilla labial de biocelulosa, de LPG
30 €

LA EXPERTA TE ACONSEJA...

¿Te preocupa la caída de los párpados? Te damos soluciones

El otro día estaba con una amiga tomando café y me confesó que se sentía insegura por la caída de sus párpados. “Me veo cansada todo el tiempo”, me dijo. Y es que, ¿a quién no le ha pasado? La buena noticia es que hay muchas opciones para devolverle frescura a la mirada.

-Ceja caída: ¿hilos, tratamiento inyectable o cirugía?

Lo primero que hay que saber es si las cejas de la paciente también han bajado. Esto puede hacer que los párpados parezcan aún más pesados. Los hilos tensores y los inyectables son una opción rápida y poco invasiva, pero el efecto dura unos meses, además está limitado porque el cambio es sutil. Si buscas algo más duradero, el lifting de cejas quirúrgico es ideal, una cirugía sencilla que recoloca la cola de la ceja de una forma natural.

-¿Relajar los músculos de la frente?

Debemos tener mucha precaución si, en nuestro caso, necesitamos tirar de la frente para elevar los párpados.

Si tienes mucha piel sobrante en los párpados y tus cejas no pueden elevarlos puedes sentir que los tienes más caídos. Por eso, es fundamental que lo aplique alguien experto y que entienda de estas sutilezas.

-Blefaroplastia, ¿lo has considerado?

Es una cirugía muy cortita que elimina la piel y grasa sobrante de los párpados. Los resultados son espectaculares y duraderos, aunque implica un tiempo de recuperación de unos 7 días aunque se



VICTORIA TRASMONTE
Jefa de servicio de Medicina Estética de la Fundación Jiménez Díaz (Madrid)

hacer prácticamente vida normal. No requiere ingreso, y, en algunos casos no requiere de sedación, simplemente la aplicación de anestesia local y en 45 minutos puedes volver a casa.

-Láser CO2: una opción menos invasiva. Este tratamiento mejora la textura de la piel y estimula el colágeno. En nuestro servicio de medicina estética, es una de las técnicas más solicitadas para rejuvenecer la mirada. También se puede aplicar en párpados inferiores en combinación con la blefaroplastia superior para un rejuvenecimiento periorcular completo.

Existen múltiples opciones para devolverle frescura a tu mirada... pero es fundamental que todas las técnicas las aplique alguien experto

-¿Y los polinucleótidos y el ácido hialurónico?

Hidratán y regeneran la piel. El ácido hialurónico se pone en la fosa temporal, una zona clave para darle soporte al área de los párpados y evitar ese “efecto cansado”, el aspecto cadavérico, además de subir ligeramente la cola de la ceja.

Sabías que..?

SIN INYECCIONES

En LPG realizan un tratamiento localizado Endermologie para dar volumen a los labios de forma natural y sin inyecciones. Activa la producción de colágeno, elastina y ácido hialurónico; redensifica la dermis en la zona periobucal, difumina las arrugas y líneas de expresión.

Definidos

Y PROPORCIONADOS

Para conseguir unos labios perfectos hace falta tener en cuenta varios factores: armonía o proporcionalidad, tamaño, forma y simetría. “En general, la proporción idónea es de 1/3 para el labio superior y 2/3 para el labio inferior. Además, los labios tienen que tener volumen y estar bien definidos para ser atractivos para la mayoría de culturas”, detalla Lara Puig.

Consejos para mantener a raya el azúcar

ENTRE LOS PROPÓSITOS SALUDABLES DE 2025 ESTÁ EL DE CONTROLAR LOS NIVELES DE GLUCOSA, QUE TANTOS PROBLEMAS PUEDE ACARREARNOS. AQUÍ TE OFRECEMOS UN DECÁLOGO DE RECOMENDACIONES PARA EL NUEVO AÑO.

La prevalencia de la diabetes en España es del 14,8% y afecta a 1 de cada 7 adultos

Estamos a mitad de enero y en este 2025 uno de nuestros propósitos saludables ha de ser mantener controlada la glucosa, por los inconvenientes que puede acarrear el azúcar en sangre: diabetes, hipertensión, colesterol, problemas cardíacos... Para conseguirlo resulta vital adquirir cambios en las rutinas diarias. "Es fundamental concienciar a la población sobre la importancia de controlar los niveles de glucosa para establecer un estilo de vida saludable y como prevención para evitar enfermedades como la diabetes", explica Pedro Luis Navarro, experto de los dispositivos Glucube. Estos son algunos de sus consejos.

- 1. Desayunar siempre.** Saltarse el desayuno puede disparar los niveles de glucosa más tarde.
- 2. Planificar las comidas.** Comer cada 3 ó 4 horas ayuda a evitar subidas y bajadas bruscas.
- 3. Elegir carbohidratos "inteligentes".** Optar por integrales y bajos en índice glucémico como avena o quinoa.
- 4. Incluir fibra en la dieta,** que mantiene la glucosa estable; está en frutas, legumbres y semillas, por ejemplo.
- 5. Dividir el plato:** mitad verduras, un cuarto de proteína y otro carbohidratos. Y que el plato no sea muy grande.
- 6. Hidratarse bien.** Beber agua regula los niveles de azúcar; en invierno,

- prueba con las infusiones. Y es aconsejable evitar las bebidas azucaradas.
- 7. Comer más despacio,** para así dar tiempo al cuerpo a digerir los alimentos; evitaremos picos de glucosa.
 - 8. Moverse después de comer y hacer ejercicio de manera regular.** Una caminata de 15 minutos mejora la digestión y estabiliza la glucosa; y la actividad física en general ayuda a mantener unos niveles óptimos.
 - 9. Atención al estrés.** Los niveles altos de cortisol pueden alterar la glucosa.
 - 10. Mantener una buena higiene del sueño,** porque dormir mal puede aumentar la resistencia a la insulina. Es útil seguir una rutina de relajación.



Di adiós a los ultraprocesados, a la grasas saturadas, e incluye en tu dieta alimentos como la fruta, rica en fibra y con otros muchos beneficios.

¿TE QUEDA TURRÓN U OTRO DULCE NAVIDEÑO?

No es necesario que los tires, intenta dárselos a alguien que se lo pueda permitir o puedes seguir comiéndolos siempre que los dosifiques. Porque el azúcar es necesario para el cuerpo, aunque ahora nuestro organismo esté de resacón. Prueba a registrar lo que comes.



Sabías que..?

EL CAMBIO DEL RELOJ INTERNO EN MAYORES DE 60 AÑOS obliga a variaciones en el sueño para alcanzar la longevidad. Según la estadounidense National Sleep Foundation, a partir de los 60 se necesitan “entre 7 y 8 horas de sueño cada noche para regenerarse lo suficiente y estar en forma para la vida cotidiana”.

ÚLTIMAS NOTICIAS



ONCE MILLONES DE ESPAÑOLES NO HACEN DEPORTE

En España viven más de 48 millones de personas, por eso resulta tan chocante que 11 millones declaren que nunca hacen ejercicio. Es uno de los datos de la última “Encuesta de Condiciones de Vida” del Instituto Nacional de Estadística (INE). De ella se desprende, además, que 1 de cada 4 hombres y casi 1 de cada 3 mujeres no alcanzan los mínimos de actividad física recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS).



COLAPSO DE LA SANIDAD POR CULPA DE LA GRIPE

La situación durante las navidades ya ha sido alarmante, pero los Reyes, la última de las fiestas que los españoles hemos celebrado, ha sido el remate. Las Urgencias de los hospitales madrileños y de Cataluña se han visto colapsadas y la epidemia no ha terminado. Es más, los expertos esperan que la situación empeore y sigamos con la gripe y otros virus respiratorios durante todo el mes de enero.

20

MINUTOS DE SIESTA AL DÍA TIENE “BENEFICIOS INMEDIATOS”,

según el neurólogo Gurutz Linazasoro, de la Policlínica Gipuzkoa. Una información dada por hecho por muchos en España y que él viene a ratificar. Además, opina que el horario de invierno es más favorable al organismo debido a que “permite un descanso nocturno más prolongado”.

Ir al súper sale más caro. Productos esenciales como el pan, la leche, los huevos o el aceite de oliva han pasado del 2% al 4%.



Sobrellevar la temida cuesta de enero

TRAS LAS NAVIDADES, LOS BOLSILLOS ESTÁN VACÍOS. TOCA APRETARSE EL CINTURÓN PARA SUPERAR ESTA ETAPA, CON SUBIDAS DE PRECIOS. LA PLANIFICACIÓN RESULTA ESENCIAL.

Es un clásico posnavideño. Tod@s, en distinta medida, nos enfrentamos ya a la cuesta de enero. Desde la Asociación Española de Consumidores ofrecen algunas recomendaciones para sobrellevar este periodo.

- Planificar la economía doméstica**, adecuando los gastos a los ingresos familiares y elaborar un presupuesto.

- Revisión crítica de los gastos**, eliminando los que no sean imprescindibles.
- Consumo responsable de suministros**: electricidad, gas y agua.
- Priorizar el pago en efectivo** para tener un mayor control del gasto.
- Evitar el consumismo**, centrándonos en adquirir productos necesarios y que representen un ahorro real.

- Planificación de la compra**, haciendo una lista ajustada al presupuesto.
- Comparar precios**: Valorar la relación calidad/precio antes de una adquisición.
- Uso de Internet**: Aprovechar las ofertas del "ecommerce" para ahorrar.
- Educación financiera familiar**, para implicar a tod@s en la importancia del ahorro y la gestión económica.
- Visualizar el ahorro**: Registrar y observar el ahorro semanal o mensual motiva a hábitos de consumo responsables y a priorizar los gastos de toda la familia.



Electricidad

EL IVA, DEL 10% AL 21%
Sí, ha subido el precio de los alimentos básicos al 4%, pero preocupa casi más el IVA de la electricidad, que volverá a ser del 21%. Eso sí, se mantiene la prohibición de interrumpir este suministro (así como el de agua y gas) para los consumidores vulnerables, que tendrán un descuento del 50%, que bajará al 42,5% en julio. Para los consumidores vulnerables severos será del 65% y del 57,5% desde julio.



Vivienda

POR LAS NUBES
Los precios de venta siguen al alza, aunque de forma más moderada que en 2024, y subirán entre un 4% y un 6%, en parte debido a la baja oferta de viviendas. Por su parte, los alquileres subirán casi un 9%; el Instituto Nacional de Estadística (INE) ha publicado un nuevo índice para frenar las subidas abusivas.

TU AÑO ESTRELLA

Todo lo nuevo para estrenar 2025 a lo grande

COSMO GIRL

ENERO/FEBRERO 2025 Nº 389
3,95 € IVA INCLUIDO
CÓDIGO EAN 4 001 0176

HAPPY NEW SEX
TENDENCIAS Y
ACCESORIOS PARA
DISFRUTAR MÁS

STAR TRICKS
LOS MEJORES
TRUCOS DE
BELLEZA DE
LOS FAMOSOS

**SALTE CON
LA TUYA**
NEGOCIAR COMO
UNA AGENTE DEL FBI
ES (MISIÓN) POSIBLE

**MARÍA
BECERRA**
«Me gusta lo que
veo cuando me
miro en el espejo»

EXTRA FUTURO
ASÍ SERÁ TU AÑO
SEGÚN EL TAROT
Y LOS ASTROS

**Let's
play!**

Juega y gana con los
minivestidos de fiesta,
los abrigos fabulosos y el
maquillaje superglossy



**ADEMÁS, 'BEST SELLER'
DE MEGAN MAXWELL**
¡Elige tu favorito!

POR SÓLO 3,95 €

¿Alimentos que queman grasas?

SÍ, HAS LEÍDO BIEN. NO TODOS LOS ALIMENTOS SON IGUALES, Y HAY ALGUNOS QUE AYUDAN A EQUILIBRAR TU ORGANISMO E INCLUSO ¡A QUEMAR LA GRASA! TE DESCUBRIMOS CUÁLES SON.



Lo sabemos, tras las Navidades el pantalón aprieta un poco más, algún exceso hemos cometido y es el momento de ayudar a nuestro cuerpo a perder los kilos extras. Pero lejos de pasar hambre te proponemos alimentos que son termogénicos, es decir, que activan el metabolismo durante la digestión, aumentando el consumo de energía del cuerpo para procesarlos. Toma nota de cuáles son e incorpóralos en tu dieta saludable:

-Té verde. Son muchos los beneficios del té verde, generalmente asociados a su función antioxidante, pero también contiene catequinas, que aumentan la temperatura de la célula ayudándola a desprenderse de su grasa.

-Piña. Siempre es recomendable para una dieta ligera por varios motivos: es saciante, rica en fibra y es diurética. Además, la bromelina que contiene hace que se quemen más calorías durante su digestión de las que aporta.

-Arroz integral. Es muy saciante. Contiene fibra y ayuda al metabolismo a trabajar activamente, y de este modo contribuye a eliminar calorías.

-Canela. Ayuda a reducir los niveles de azúcar en sangre y evita los picos de insulina después de comer; esto hace que los niveles de glucosa se mantengan estables y reduce la sensación de hambre.

-Legumbres. Su alto contenido en proteínas hace que el organismo gaste más calorías en digerirlas. Además, la fibra y el almidón que contienen benefician el tránsito intestinal y producen un efecto laxante.



Preguntamos a...

NORMA RUIZ

¿Te gusta cocinar?

Me encanta, aunque ahora tengo menos tiempo. Me encanta reunirme con mis amigos y si tengo que encargarlo, lo encargo.

¿Con la intolerancia al gluten es más rollo?

No creas. Evito rebozados y fritos, que nunca me sentaban bien. Es comer de todo pero en su justa medida.

¿Qué te gusta comer mientras ves tu serie favorita?

Las palomitas me encantan. Ver una peli, en casa o en el cine, sin palomitas para mí es muy triste (risas).

¿Has hecho algún curso de cocina?

Hice uno detox con una chica que se llama La Maris. Me enseñó muchas recetas top. Súper sanas.



Dra. Amaya Jiménez Baños
Especialista en medicina estética, antienvjecimiento y nutrición.

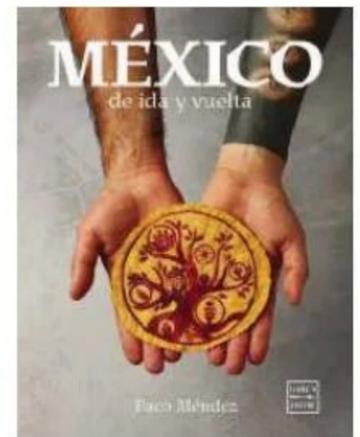
La experta responde

¿ES RECOMENDABLE HACER UNA DIETA DETOX TRAS LAS FIESTAS?

Si estas Navidades te has excedido con la alimentación y has aumentado algún kilo, recomendamos volver a tu dieta habitual rica en verduras, proteínas, frutas y legumbres. Y, si quieres, puedes realizar algún día a la semana una dieta de choque que incluya mucha verdura y fruta.

GASTRONOMÍA MEXICANA

Paco Méndez nació en Ciudad de México y pasó por el laboratorio que fue El Bulli. Con estas dos bases se atreve a recopilar recetas caseras de su país natal, ingredientes autóctonos y un recetario muy amplio en el que caben muchas más recetas que las que nos vienen, a bote pronto, a la cabeza. Un lujo de continente y contenido. planetadelibros.com



la oferta estrella

2,99€



CALDO DE COCIDO
Con el frío una sopa siempre viene bien y, además el caldo como ingrediente forma parte de multitud de recetas como guisos o estofados de carne. Lidl tiene un pack de 4 bricks de caldo, de 1 litro cada uno, por 2,99 €. Sin gluten, sin colorantes ni conservantes.

Receta económica

Arroz con tirabeques y anacardos

- 250 g de arroz integral
- 200 g de tirabeques
- 200 g de habas
- 60 g de anacardos
- 1 cebolla
- 1 tomate
- aceite de oliva
- sal y pimienta



1. Si las vainas son frescas, pelar las habas, lavar y cortar las puntas de los tirabeques. Lavar también el arroz, con agua fría y la ayuda de un colador.
2. Pelar y picar la cebolla. Poner una cazuela al fuego con 4 cucharadas de aceite. Añadir y sofreír la cebolla. Cuando esté transparente, agregamos el arroz.
3. Añadir agua hasta cubrir el arroz. Tapar y dejar cocer 7 minutos. Añadir los tirabeques y las habas, el tomate pelado y troceado y la pimienta molida. Mezclar y dejar cocer 20 minutos más hasta que el arroz quede bien cocido. Por último, servir con los anacardos.

El precio es de 1,80 € / ración

Veganuary: ¿aceptas el reto?

ESTA ONG TE ANIMA A REDUCIR TU CONSUMO CÁRNICO DURANTE EL MES DE ENERO PARA QUE DISMINUYAN LOS GASES DE EFECTO INVERNADERO. ¿TE APUNTAS?

El movimiento Veganuary nació en el Reino Unido en 2014 y tiene como objetivo proponernos un reto: ¿serías capaz de reducir tu ingesta de carne durante el mes de enero para combatir el cambio climático? En España es el segundo año que se celebra y su directora, Amanda Romero, explica su misión: "Invitamos a afrontar la chocante realidad sobre cómo nuestras elecciones alimentarias impactan al Planeta". Recordemos que al menos un 25% de las emisiones anuales de gases de efecto invernadero corresponden al sector de la alimentación.

-La deforestación para el pastoreo destruye hábitats naturales. La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO por sus siglas en inglés) estima que en el mundo hay más de 28 mil millones de cabezas de ganado. El terreno

que se requiere para que estos animales puedan pastar equivale a 1,5 el tamaño de México.

-Gasta mucho agua: Para producir un kilo de carne se requieren entre unos cinco y veinte mil litros de agua, según el Instituto de Ingenieros Mecánicos. A nivel mundial, la huella hídrica global de la producción ganadera representa el 29% de la huella hídrica de toda la producción agrícola.

-Diferencias significativas. Es importante conocer que las emisiones de CO2 de la gran mayoría de los productos de origen vegetal son de diez a cincuenta veces menores que en la mayoría de productos de origen animal. Factores como la distancia de transporte, la venta, el empaquetado o las prácticas agrícolas específicas son pequeños "detalles" en comparación con la importancia del tipo de comida que adquirimos y consumimos.





**El animal de granja
menos contaminante
es el pollo: 9,7 kilos
de gases
invernadero por
kilo de comida**



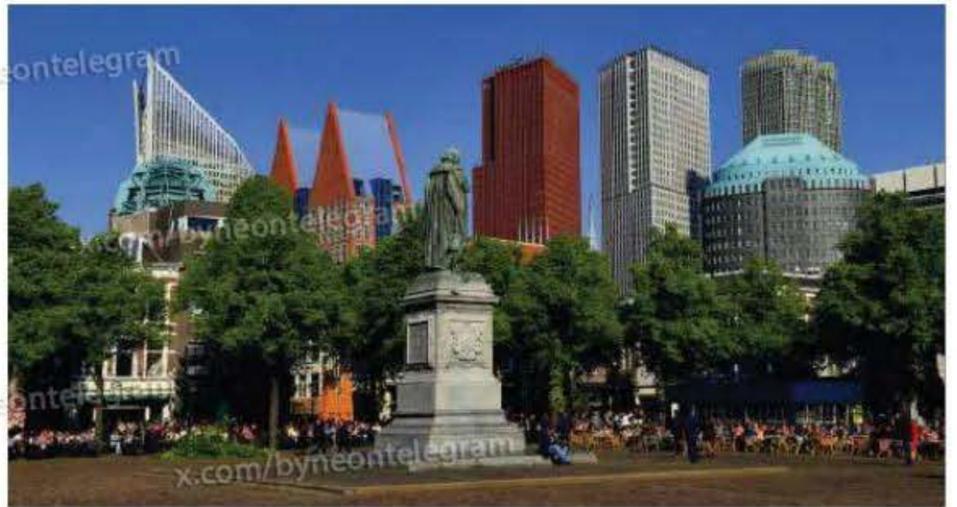
Optar por las
verduras es
una excelente
elección, pero
sin renunciar a
las proteínas; no
todas proceden
de la carne.

ESTÁ PASANDO



EL PLANETA SE CALIENTA: LA GRAN AMENAZA

Antonio Guterres, secretario general de la ONU, ha lanzado su mensaje anual para hablar de los mayores retos de 2025, que tiene un objetivo fundamental: reducir nuestras emisiones. “Después de una década de calor mortal, el mundo tiene que abandonar este camino a la perdición, no tenemos tiempo que perder: hay que reducir de forma drástica las emisiones”, insistió.



LA HAYA PROHÍBE ANUNCIOS DE LA INDUSTRIA FÓSIL

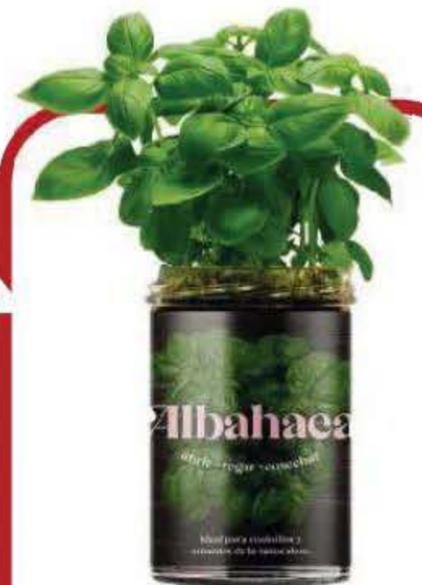
La ciudad neerlandesa se ha convertido en la primera del mundo en prohibir en espacios públicos los anuncios que promocionen productos basados en combustibles fósiles y los servicios con altas emisiones de dióxido de carbono, como vuelos y cruceros. Aunque la decisión había sido tomada en septiembre del año pasado, la medida entró en vigor el 1 de enero de 2025.

Oferta
estrella

90%

**DE COCHES
ELÉCTRICOS**

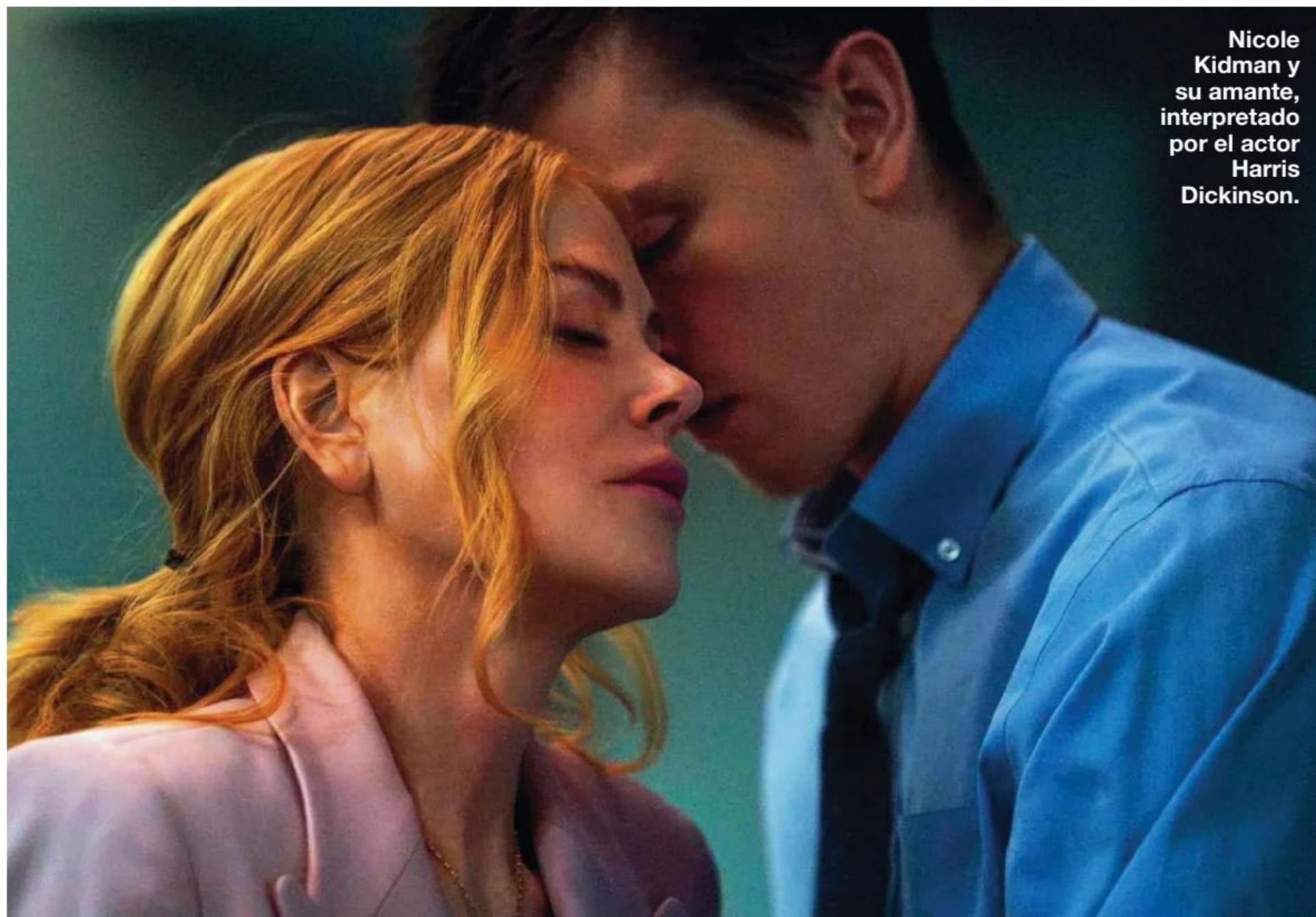
Noruega ha conseguido que el 90 por ciento de los vehículos que se compren sean eléctricos gracias a peajes gratis y exención de IVA.



**Resetea propone
un kit para cultivar
albahaca en tu
cocina. En Amazon**

14,90 €

CINE



Nicole Kidman y su amante, interpretado por el actor Harris Dickinson.

Babygirl

NICOLE KIDMAN INTERPRETA A UNA ALTA EJECUTIVA QUE SE EMBARCA EN UNA TÓRRIDA AVENTURA CON SU JOVEN BECARIO.

17 enero Director: Halina Reijn. Intérpretes: Nicole Kidman, Harris Dickinson, Antonio Banderas, Sophie Wilde. **Drama erótico.**

En el pasado Festival de Venecia, la neerlandesa Halina Reijn presentó "Babygirl", una cinta que habla sin tapujos sobre la represión de la sexualidad femenina. Nicole Kidman interpreta a Romy, una alta ejecutiva que inicia una ardiente aventura con su joven becario, Samuel, a espaldas de su marido Jacob, papel al que da vida nuestro Antonio Banderas. Romy invertirá su rol habitual en el trabajo, pasando de ser quien da las órdenes a disfrutar siendo sometida en la cama. Kidman asegura estar muy orgullosa de la película: "Lo que me interesaba

del proyecto es que era una historia de sexo contada por una mujer a través de su mirada. Yo sólo podía ponerme en manos de una mujer con ese material. El proceso fue tan profundo como revelador". Por su parte, Antonio Banderas explicó en la rueda de prensa: "Los humanos somos prisioneros de nuestros propios instintos. No hay nada 'democrático' en la naturaleza. No pedimos nunca nacer ni ser humanos, o jirafas, o plantas. Esta mujer (Reijn) habla de ello con tanta libertad, en tiempos en los que nos etiquetan en cajas y en movimientos".



¿SABÍAS QUE...?

MUY PRODUCTIVA

En Hollywood, cuando cumples 40 y eres mujer, los papeles empiezan a escasear. Nicole Kidman, afortunadamente, no ha corrido esa suerte y a sus 57 primaveras no para de encadenar proyectos. Para 2025, la australiana estrenará la serie "Margo's Got Money Troubles", junto a Michelle Pfeiffer. Kidman también ejerce aquí de productora.

OCIO



DANI ROVIRA SE ESTRENA EN MADRID

El Teatro La Latina estrena el 27 de enero el nuevo espectáculo de Dani Rovira, "Vale la pena", que llega por primera vez a Madrid tras una exitosa gira por la geografía española. El espectáculo es una creación del cómico y actor, que aborda con talento y sin tapujos conceptos como la tristeza, el duelo o la pena, y lejos de estigmatizarlos, intenta dignificarlos y darles la importancia que tienen en nuestras vidas. teatrolalatina.es



¿QUÉ HARÍAMOS SIN ELLOS!

El Ayuntamiento de Madrid celebra las Fiestas de San Antón, las fiestas del patrón de los animales, que este año podrás disfrutar del 15 al 17 de enero. Disfruta de esta bonita tradición junto a tus amigos animales: las bendiciones en la iglesia de San Antón, las vueltas y la compra de panecillos y muchas más actividades. esmadrid.com

NO TE PIERDAS

libros/ música



"Y DEJÉ DE LLAMARTE PAPÁ"

El 2 de noviembre de 2020, Caroline Darian recibe la noticia de que su padre está bajo custodia policial ya que acaban de descubrir que, a lo largo de una década, ha drogado y promovido que decenas de hombres violaran a su madre. El libro recoge el testimonio único de la hija de Gisèle Pelicot: cómo su familia convirtió un trauma inimaginable en una lucha colectiva. Seix Barral.

"ATRACÓN"

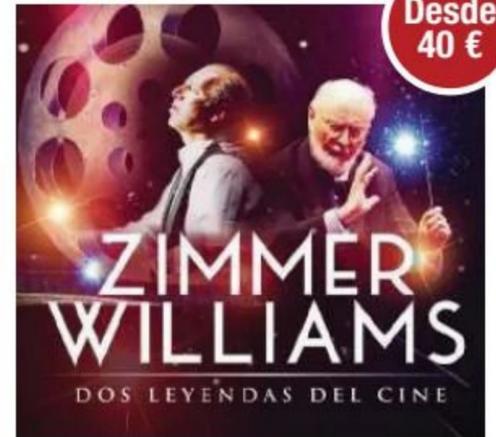
En los años 90, la publicación de "Generación X" convirtió a Douglas Coupland en uno de los autores más leídos de toda una generación. Después de más de una década concentrado en su trabajo como artista audiovisual y gráfico, el autor regresa con una novela hecha de 60 microrrelatos pensados para leer en "modo atracón". Alianza Voces.



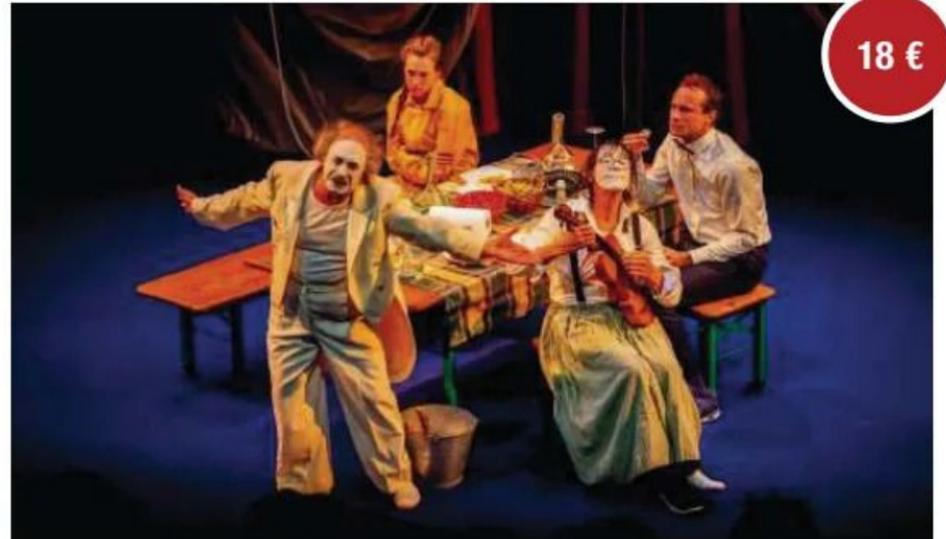
OFERTAS DE LA SEMANA

MÚSICA DE CINE EN SEVILLA

El 18 de enero, en el Teatro de la Maestranza, sonarán las partituras más icónicas de John Williams y Hans Zimmer. Un homenaje a los dos maestros de la mano de la Hollywood Symphony Orchestra. Sonarán melodías de "Harry Potter", "El Rey León", "Star Wars" o "Salvar al Soldado Ryan". teatrodelamaestranza.es



Desde 40 €



18 €

UNA FAMILIA Y SU AMOR POR EL TEATRO

El Teatro de la Abadía en Madrid acoge "Travy", un espectáculo de Oriol Pla que rinde homenaje a su propia familia: los Pla-Solina o la "Familia Travy", que ha entendido siempre el teatro como una forma de ser y de vivir. Pla estará en el escenario junto a sus padres y hermanos. teatroabadia.com

MÁLAGA, TODO LUZ

El Festival de las Linternas recoge más de 600 piezas de gran tamaño hechas a mano e iluminadas por más de 4000 puntos de luz. Una experiencia inmersiva que se celebra en el Parque del Oeste de Málaga hasta el 15 de febrero. Este espectáculo único en España está inspirado en el tradicional Festival de las Linternas chino. Una actividad para toda la familia. festivaldelaslinternasmalaga.es



Desde 12 €



Desde 3 €

RECUERDO A TERESA GIMPERA

Pocos meses después de su desaparición, la Filmoteca de Cataluña homenajea a un icono de la moda y la publicidad que dio un toque de modernidad a la España de los sesenta, y desarrolló una larguísima carrera cinematográfica, una carrera irregular que cuenta con casi doscientos títulos. filmoteca.cat

LAS SERIES ESPAÑOLAS MÁS ESPERADAS



“SU MAJESTAD” ¿A QUIÉN SE PARECERÁ?

Anna Castillo, en Prime Video desde el 27 de febrero

Tiene un aire a uno de los retratos reales que hizo Velázquez, pero no. Es la foto promocional de “Su Majestad”, serie de Borja Cobeaga y Diego San José protagonizada por Anna Castillo, aquí haciendo un caballito con una moto, vestida con cuerpo de malla de Versace y falda de Dior. En la ficción que Prime Video estrenará el próximo 27 de febrero interpreta a la princesa Pilar, quien de forma repentina y precipitada se convertirá en futura reina, teniendo que demostrar que no es la irresponsable, insolente, vaga e inútil que el país cree. Ernesto Alterio da vida a su secretario.



“SUPERSTAR”: EL MUNDO DE TAMARA

Nacho Vigalondo y Los Javis, tras la apuesta de Netflix

“No cambié” fue el gran éxito de Tamara. Un fenómeno inclasificable como ella misma y los que la rodeaban, a principios de la década de los 2000. Ingrid García Jonsson se convierte en la artista ahora conocida como Yurena, en la foto con Rocío Ibañez (Margarita Seisdedos) y el director Nacho Vigalondo. Los Javis producen esta ficción de Netflix que todavía no tiene fecha de estreno.

OJO A “CUANDO NADIE NOS VE” Maribel Verdú, a las órdenes de Enrique Urbizu en este thriller para Max

El director de “Gigantes” cambia su mundo de hombres para centrar la intriga en dos mujeres, una guardia civil y la otra agente del ejército de EE. UU. que tratarán de resolver una serie de crímenes durante la Semana Santa de Morón de la Frontera, con una de las mayores bases militares estadounidenses en el extranjero. Al frente del reparto están Maribel Verdú y Mariela Garriga. Max estrenará esta adaptación de la novela homónima de Sergio Sarria en la primera mitad de 2025. El canal también emitirá dos prometedoras series españolas: “Pubertat”, de Leticia Dolera, y “Furia”.



FESTÍN EN “LA FAVORITA 1922”

O cuando Mediaset España decidió apuntarse al carro de las series de época

Bambú Producciones, responsable de éxitos como “La Promesa” y con Ramón Campos a la cabeza, firma esta ficción protagonizada por Verónica Sánchez (en el centro de la foto de abajo) y Luis Fernández, entre otr@s, porque el reparto es muy femenino. Está ambientada en un restaurante del Madrid de los años 20 y se estrenará a principios de este año, sin concretar. Todo apunta a que se verá en Telecinco, como “Ella, maldita alma” y “La agencia”.





COMEDIA ROMÁNTICA CON "A MUERTE"

Verónica Echegui y Juan Amargós, juntos en Apple TV+

Dani de la Orden, realizador del exitoso filme "Casa en flames", dirige su primera serie, sobre un apocado treintañero con cáncer en el corazón que se reencuentra con una alocada amiga de la juventud que está embarazada. Juan Amargós y Verónica Echegui les dan vida. En Apple TV+ desde el próximo 5 de febrero.



"PERDIENDO EL JUICIO"

El drama legal de Elena Rivera en atresplayer

El próximo 23 de marzo se estrena esta ficción sobre Amanda (Elena Rivera), una prestigiosa abogada cuya vida da un vuelco cuando sufre un grave estallido de TOC en medio de un juicio. Como otras producciones de atresplayer, luego irá a Antena 3. En la plataforma también se verán "FoQ. La Nueva Generación", el próximo 16 de febrero; o "Mariliendre", ya en abril.



"ENA" ES LA REINA VICTORIA EUGENIA

Kimberley Tell protagoniza la ficción histórica de TVE

En algún momento de 2025 veremos esta producción basada en la novela homónima de Pilar Eyre y guionizada por Javier Olivares. En ella, se narra la vida de la reina Victoria Eugenia, esposa de Alfonso XIII, bisabuelo de Felipe VI. En este año, la Corporación también ofrecerá "Asuntos internos" y "Weiss & Morales", coprotagonizada por Miguel Ángel Sívestre.

"LA VIDA BREVE" DE LUIS I

Una comedia histórica para Movistar Plus+

La plataforma nos traslada a 1724 para recrear el reinado más corto de la Historia de España, con Javier Gutiérrez en la piel de Luis I. También interviene Leonor Watling y la idea es que se estrene en febrero. Movistar Plus+ también emitirá "La canción", el próximo 8 de mayo, sobre el triunfo de Massiel en Eurovisión; "El centro"; "La caza. Irati"; "Los sin nombre" etc.



LÍOS POR LA "CUSTODIA COMPARTIDA"

La comedia dramática de Javier Fesser para Disney+

El 24 de enero llega la primera serie dirigida por Javier Fesser y protagonizada por Lorena López y Ricard Farré. Cuenta en clave de comedia dramática cómo una pareja, tras separarse de mutuo acuerdo, debe volver a casa de sus respectivos padres mientras tratan de mantener una relación cordial por su hija de cinco años.

AUTODEFINIDO



		COMPUESTA DE CIFRAS		QUE OCUPA UN LUGAR POR LA FUERZA		BALANZAS	
		PLATO GRANDE Y HONDO					
		BARRIO ..., SERIE DE TV		EXPRESA AFIRMACIÓN O CONFIRMACIÓN		PRENDA PARA PROTEGER LA ROPA	
		SONIDOS DE ALEGRÍA					
MÁS O MENOS		ESCUCHAD	PRON. PERSONAL		TECLA DE ENCENDIDO		INFORMACIÓN ANTICIPADA
PIEZA DEL AJEDREZ		ENGAÑO, EMBUSTE	... NEESON, ACTOR		GENIO DEL BOSQUE		
				PELO DE ANIMAL			
				ATIENDO, CUSTODIO			
FUNDAMENTAL						ANTES DEL V	
CADENA ..., EMISORA						... DE MILÁN, EQUIPO	
			SÍMBOLO DEL ORO		RINGLERA		
			FLUIDO DE LA PLANTA		INSECTO JOVEN		
LIRÓN, MARMOTA						MADRE DE JUANA LA LOCA	
12.ª LETRA			OTORGA		GESTO NERVIOSO		
AUDIODESCRIPCIÓN			COBALTO		... BARAS, BAILAORA		
		MARTIN ..., CINEASTA					
		ÓPERA DE BIZET					
DESCANSO				RAMA LARGA SIN HOJAS			CIERTO ROEDOR
PAÍS DE LOS PERSAS				CIUDAD CALIFORNIANA			
			PARTE DE LA COCINA		DOMINIO DE BRASÍL		
			ACUDÍ, ASISTÍ		POCO POBLADA		
FASE DEL SUEÑO	... PONS, CANTAUTOR			100 M²			
	EL QUE REVISAR TEXTOS			SU APELLIDO			
		RECEPTÁCULOS DE TELA	EL ... DICTADOR, FILME		TECLA DE ALTERNATIVA		
					CONDIMENTO		
CON DESNIVELES						RASPAR CON UN INSTRUMENTO CORTANTE	
PILA PARA BAÑARSE			COL., HABLAR MUCHO				INTERPRETO EL TEXTO
... PICÓN, SALSA CANARIA	DIM. DE ROSARIO				CONTRACCIÓN		
	INDICA BURLA				CIUDAD REAL		
			ACRÓNIMO DE NORDESTE		MERCADO COMÚN EUROPEO		
LIBRE DE ESTORBOS			CÁNIDO ASTUTO				

SUDOKU

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

★★

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

★★

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

BINARIO

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

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

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

SOPA DE LETRAS

Agrupar las letras restantes tras resolver el juego.



- | | | |
|----------|----------|--------|
| AGUA | FIRMA | SOMERA |
| AMIANTO | FRIGO | TATE |
| ANTE | GOZADA | TITÁN |
| CACHÉ | INCISIÓN | VIDRIO |
| CAYENA | JEFA | YERNO |
| CEÑO | LAVANDA | |
| DECANTAR | LORZA | |
| DIDO | PENUMBRA | |
| ESCOLTA | POCILLO | |

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

EL HORIZONTAL

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

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| 1 Impulso irresistible | 6 Abrir hendiduras |
| 2 De la manera que sea | 7 Contagiar, contaminar |
| 3 Amparar a un delincuente | 8 Antónimo de compleja |
| 4 Del norte (f.) | 9 Con charcos o cenagales |
| 5 Precipitación de hielo | 10 Defraudar, desfalcar |

	1	3		5	2		8	4	6	4	
2	5	9	7	9			8	2	12	6	
	3	2	3	5			12	8	12		
		4	3	9	12		2		6		
	5	1	12	6	3			6	4		
6	6	1	12	8			6	12			
	7	8	3	9			10	6			
8	11	2		5	8		10				
	9		6	3			3	9	11	9	
10	7	6	10		2		11	6	12		

CRUCIGRAMA

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

Horizontal 1 Dormirse un poco. **2** Porción. Tipo de lámpara. **3** Andalucía. Nacida en Estocolmo. **4** Rizo. Su símbolo es \$. **5** Acudir. Religión monoteísta. Cierta preposición. **6** Persona pesada. Despedida francesa. **7** Remueven la tierra de cultivo. Hendidura ordinariamente reforzada en sus bordes. **8** Muy hondo. Sufijo de valor ordinal. **9** Presente en el dialecto andaluz. Mamíferos carnívoros americanos. **Vertical 1** Tiras que sirven de sujeción para el cinturón. **2** Corte en una superficie. Precede a la c. **3** Banda australiana de rock. Tierra, patria. **4** Séptima nota. Enredarse. **5** Deposites. Señor de la casa, propietario. **6** Tiene 193 Estados miembros. Fibra textil natural. **7** Tiempo de existencia. Disco de vinilo de larga duración. **8** Elogio, adulación. **9** Que existe. Voz para llamar la atención. **10** Adverbio despectivo. Control de mercancías. **11** Denota estado intermedio. Artículo determinado.

SOLUCIONES

CRUCIGRAMA

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

EL HORIZONTAL

10	M	A	L	V	E	R	S	A	R
9	P	A	N	T	A	N	O	S	O
8	S	E	N	C	I	L	L	A	
7	I	N	O	C	U	L	A	R	
6	A	G	R	I	E	T	A	R	
5	G	R	A	N	I	Z	A	D	A
4	N	O	R	T	E	N	A		
3	E	N	C	U	B	R	I	R	
2	C	O	M	O	Q	U	I	E	R
1	I	N	E	C	E	S	I	D	A

SUDOKU

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

AUTODEFINIDO

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

BINARIO

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

Si te ha gustado esta selección de juegos, no te los pierdas, estos y muchos más, ¡cada mes en tu quiosco, en la amplia gama de revistas de pasatiempos Megastar! ¡Seguro que te van a encantar!



Diversión sin fin

www.megastarediciones.es



Muy sonriente con falda midi estampada de Slow Love, 60 €; camisa de encaje de la misma firma, 39,99 €; pañuelo con flecos de Pedro del Hierro, 39,99 € y botas altas de la misma marca, 199 €.



ACTRIZ

ANDREA DEL RÍO

“Me encanta trabajar en una serie de época”

Tímida, moderna y con muchas ganas de seguir aprendiendo. Así es una de las protagonistas de “La Promesa”, la ficción diaria de La 1 con un Emmy Internacional. Da vida a Teresa, la sufrida sirvienta de este exitoso “Downton Abbey” a la española.

Con un total look de Hoss Intropia: jersey de mezcla, 119 €; pantalón vaquero, 89 €; cinturón, 49 €, y botines de ante, 169 €. Los pendientes de aro son de Luxenter, 39,90 €.

Poco a poco, Andrea del Río se ha ido abriendo camino en la ficción nacional. Su paso por series como "Servir y proteger" y otros trabajos en televisión la han hecho un rostro reconocible para los fans de las series diarias, que la han disfrutado en "La Promesa", de TVE, ganadora de un Emmy Internacional como Mejor Telenovela, con más de quinientos capítulos, y donde la actriz encarna a la criada Teresa Villamil.

-Aunque ha pasado mes y medio, ¡felicidades por el premio Emmy!

-¡Muchas gracias! Seguimos emocionados e ilusionados. A mí me llegó la no-

ticia cuando estaba durmiendo, como a las cuatro de la mañana (del pasado 26 de noviembre). Empecé a recibir mensajes al Whatsapp, una hora y media antes de levantarme para ir a grabar.

-"La promesa", "Servir y proteger"... y estuviste en "Amar es para siempre". Lo tuyo son las series diarias, de tarde.

-Sí, esta última fue uno de mis primeros trabajos, pero hace mucho tiempo. Es bastante diferente entrar con un personaje con principio y fin a hacerlo de forma indefinida, digamos, como la sufrida Teresa (un personaje que salió de "La Promesa" y que ha vuelto).

-En "Servir...", como la inspectora Alicia Ocaña, te curtiste.

-¡Hice más de quinientos capítulos! Nunca había interpretado un protagonista, y menos en una diaria. Siempre digo que es de los sitios donde más he aprendido a nivel personal y profesional.

-Una familia, vaya.

-Completamente, hasta con grupos de Whatsapp. Si es que pasas más tiempo trabajando que en tu casa. Compartes mucha intimidad. Son formatos tan absorbentes, que lo que compartimos es diferente a lo que el resto del mundo está viviendo. Eso una bastante.

-¿Todos tus amigos son actores?

-No, mantengo a mis amigas de toda la vida, del cole, de Zaragoza, y cada una se dedica a una cosa... y luego claro que tengo muchas amistades de la profesión, no solo actrices y actores.

"Armando del Río es mi tío y Paula del Río es prima, pero Iria del Río no es de la familia. ¡Qué apellido!, ¿no?"

-Hablas de Zaragoza, donde naciste, pero tú ya estás instalada en Madrid, ¿la ciudad es ya tu casa?

-Total. Obviamente, la tierra marca, tengo allí familia, y las amigas están todas distribuidas por el mundo. Voy con frecuencia. Pero es que tengo 33 años y llevo en Madrid desde los 18; es mucho tiempo. De niña pensaba: "cuando sea mayor de edad estaré en Madrid". Así que ese deseo tiene mucho peso.

-Del Río es un apellido que tienen unos cuantos actores. Acláranos si tenéis algún parentesco.

-Armando del Río es mi tío por parte de madre. Mi primer apellido es Navasa, que me encanta, pero me sonaba más como a abogada y el del Río me parecía más sonoro, más artístico. Y luego tengo otra prima que es actriz, Paula del Río.

-Y está por ahí Iria del Río.

-Pues Iria no es familia. Desde luego, ¡qué apellido!, ¿no?

-¡Qué genes más buenos!

-Gracias por la parte que me toca.



Combatiendo el frío invernal con un abrigo de Laura Bernal (c. p. v.); jersey de cuello vuelto de Gaudí, 89 €; pantalón de punto de Zara, 29,90 €; y botines de Magrit, 350 €.

-¿Has trabajado alguna vez con tu tío o con tu prima?

-Los dos estuvieron en "Servir y proteger", pero yo no tenía trama con ellos.

-¿Os veis, quedáis...?

-Mi prima vive en Barcelona, yo voy allí unas dos veces al año y nos vemos. A veces viene ella a Madrid. Y con Armando también me veo, en celebraciones familiares y cosas así.

-Volviendo a tu familia de ficción. ¿Te gusta estar en una historia de época?

-Hice algún episódico cuando estaba empezando, en "Gran Hotel", y me encanta hacer series de época, por todo, como indagar en el trasfondo del momento, a nivel humano o histórico ("La Promesa" se ambienta en la provincia de Córdoba, a principios del siglo XX); lo hago incluso para los castings.

-Se ve que estás muy metida en todo lo relativo a tu profesión.

-Sí, acabo de ver las series "Querer" y "Los años nuevos", que me han fascinado. Y en los últimos meses he visto mucho cine español, todos los estrenos

-¿Qué haces en tu tiempo libre?

-Cosas bastante sencillas: compartir tiempo con mi gente; ir al cine, si es acompañada, estupendo, pero sola lo disfruto un montón, y las películas en versión original; pasear; hacer deporte, que me ayuda a calmar la mente; leer... Y cuando tengo menos trabajo o vacaciones más largas elijo actividades, las últimas fueron acuarela, un reciclaje de interpretación y clases de canto. Tengo pendiente un curso de fotografía, montar a caballo y la cerámica.

-¿Cómo estás viviendo el fenómeno fan que lleva aparejado "La Promesa"?

-Me hace mucha ilusión. Yo soy muy tímida, cuando me siento cómoda y tengo confianza me suelto, pero al principio... A veces, cuando me piden una foto o me felicitan, lo agradezco, pero me pongo yo más roja que la otra persona. ▶

"Hago cosas bastante sencillas: compartir tiempo con mi gente, ir al cine, pasear, hacer deporte, leer..."



Andrea lleva un traje de Alba Conde: chaqueta de raya diplomática, 340 € y pantalón a juego, 185 €. La cadena es de Luxenter, 79,90 €.

► -¿Qué tipo de gente se te acerca?

-De todo. La serie la ven personas de alrededor de cincuenta años, más mayores, y chavales y chavalas.

-¿Has sido o eres fan de algún famoso?

-Rodrigo Sorogoyen, por ejemplo, me encantaría que me llamara, y Fernando León de Aranoa (risas). Me hubiese maravillado conocer a Audrey Hepburn y Marion Cotillard es otra actriz a la que adoro. En "La Promesa" trabajé con alguien a quien siempre he admirado, Joaquín Climent (Rómulo, el mayordomo), maravilloso actor y persona.

“En el amor estoy alegre, en paz y tranquila. He pasado unos meses de revoltijo, de estar mala, y ahora me encuentro bien”

-De Audrey Hepburn van a estrenar un musical. ¿Te ves en ese género?

-Los musicales me imponen. He dado clases de canto e intento estar lo más preparada posible, pero no tengo un don innato. Y aunque yo soy muy de drama, estaría bien probar con una comedia.

-Teresa, tu personaje en la serie, sufre mucho por amor. ¿A ti cómo te va?

-Estoy alegre, en paz y tranquila. Me ha salido solo (risas). He pasado unos meses de revoltijo, de estar mala, y en estos momentos me encuentro bien, contenta, con una calentura en el labio.

-Al lado de tu casi mítico lunar.

-Sí, mi luna, mi lunar. De niña siempre estaba disfrazada y me pintaba dos pecas y al cabo de los años me empezaron a salir y tengo una arriba y otro debajo del labio. A veces me cuesta convivir con ello, aceptarlo, me veo el perfil diferente. Convivo con esa inseguridad.

Belén Alonso

Fotos: Beatriz Velasco

Estilista: María Álvarez

Maquillaje y peluquería: Javier Reyes

Agradecimientos. Hotel Barceló Imagine.

C/ Agustín de Foxá, 32. 28036 Madrid

Teléfono 917 32 70 19.

barcelo.com/es-es/barcelo-imagine/



En plan sesentera con este vestido con perlas de Zara, 39,95 € y mocasines de Tod's, 550 €.



CITA EN...

Andrea gana en las distancias cortas. Es cariñosa, atenta, y sabe disfrutar. Así la vimos en el reportaje en el Barceló Imagine, cerca de la estación ferroviaria de Chamartín. Un hotel donde, además de alojarse, se puede disfrutar de su cocina, con platos como los Vegan Callos Madrileños, una propuesta castiza y saludable. La experiencia está disponible los viernes en el turno de almuerzo bajo reserva previa.

Mi belleza al descubierto

Nada más levantarme...

Tengo la piel muy sensible y el maquillaje de la tele me la seca e irrita, y entonces la cuido mucho con crema hidratante y contorno de ojos.

Algún tratamiento especial...

Me hago una especie de peeling químico que limpia bastante la piel y que se puede aplicar dos veces en semana. Además, aporta brillo y luminosidad. Siempre que puedo intento hacerme

tratamientos hidratantes, nutritivos, y lo noto bastante.

Empleo algún gadget...

Tengo un Foreo (un dispositivo para limpiar la cara, entre otras utilidades) y muchas veces lo utilizo por la mañana, a veces le pongo hidratante y otras mascarillas...

Cuidas tu cuerpo...

Hago deporte, lo necesito, y entreno entre tres o cuatro días a la semana. También cuido la alimentación y las horas de sueño.



Topicrem HYDRA+Crema Tintada Color Claro SPF50, de 40 ml, 21,70 €.

KAIDAX
Densidad & Crecimiento capilar, 60 cápsulas, 37,40 €.



Topicrem THEAVIT Sérum Renovador, de 30 ml, 42,60 €.

Topicrem UH Leche Ultra-Hidratante Corporal Nacarada, de 200 ml, 16,20 €.



PASIÓN POR EL RUNNING

RUNNER'S
WORLD

5
ZAPAS
PARA VOLAR
EN 2025

ENTRENO
INVISIBLE
GUÍA DEFINITIVA
PARA MEJORAR
TU DESCANSO Y
RENDIR AÚN MÁS

SUPÉRATE
ATRÉVETE CON
EL ULTRATRAIL

REFUÉZATE
ENTRENA Y GANA
RESISTENCIA

MEDITA
FORTALECE ASÍ
TU MENTE

DISFRUTA
HAZ AMIGOS
A LA CARRERA

DESIRÉE VILA
UN AÑO
IMPARABLE

INVIERNO 2025
Nº 237 - 3,95 € CUBIERTAS 4,10 € SIN IVA
8 433042 674104 00237
RUNNERSWORLD.COM/ES

YA A LA VENTA

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



Julio (51) y Ariadna (38) viven juntos en Miami. Se conocieron por amigos comunes.

Julio Iglesias Jr. y Ariadna amor sobre ruedas

El hijo de Isabel Preysler disfruta de su vida en Miami junto a la modelo cubana, con la que inauguró 2025 montando en bicicleta.

Después de los excesos navideños, nada mejor que empezar el año practicando deporte. Julio Iglesias Jr. cogió la bicicleta para darse un paseo por

Miami con su amor, la cubana Ariadna Romero. El músico y la modelo pedalearon despacio para poder hablar mientras movían las piernas, ambos con un estilismo tan moder-

no como informal. El pasado mes de mayo celebraron su primer aniversario y parece que su historia de amor va por muy buen camino. De hecho, el hijo de Isabel Preysler no

descarta ni boda ni convertirse en padre. Ella ya tiene un niño pequeño. "Me he encontrado con un hijo, y ya crecidió", bromeó Julio hace unos meses.

Agencia

La actriz y el modelo empezaron a salir en febrero de 2024 y desde entonces no se han separado.



Lara Dibildos y Carlos Maturana ¡ya viven juntos!

Casi un año después de empezar a salir, la actriz y el modelo han dado un paso más en su relación. Él se ha instalado en el piso que ella tiene en el centro de Madrid.

Se llevan catorce años de diferencia; él tiene 39 y ella 53, pero eso no ha sido inconveniente para que Lara Dibildos y el modelo

Carlos Maturana consoliden su historia de amor. De hecho, todo empezó como un tondeo, después de que la actriz rompiera definitivamente con

Cándido Conde-Pumpido, en febrero de 2024, pero a día de hoy podemos asegurar que su amor funciona tan bien que incluso han decidido probar

con la convivencia. De hecho, desde hace unas semanas, Carlos está instalado en la casa que la actriz posee en pleno Paseo de la Castellana y

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR





¡Que no falte **de ná!**

Lara y su chico hicieron la compra en un centro comercial de las afueras y con el maletero cargadito llegaron a casa de la actriz. ¡Llevaban de todo!



que ha heredado de su madre, Laura Valenzuela, que falleció el 17 de marzo de 2023.

Uno más en casa

Precisamente cuando llegaban de hacer una gran compra en un centro comercial de las afueras de Madrid, les pillamos descargándolo todo: servilletas, bebidas, fruta... ¡qué no falte de nada! Lara ha confesado recientemente, que tras pasar el peor

año de su vida después de la muerte de su madre, ahora se encuentra muy feliz tanto a nivel profesional, donde prepara nueva obra de teatro, como en lo personal. "Carlos y yo nos entendemos muy bien y además se lleva estupendamente con mis dos hijos, Fran, de 25 años, hijo de Fran Murcia y Álvaro, de 17, de Escassi, que para mí es fundamental", ha dicho Lara.

Agencias

Victoria Federica

“En casa están muy contentos de que participe en “El Desafío”

Sus padres, la infanta Elena y Jaime de Marichalar, parece que su abuela Doña Sofía y el resto de la Familia Real, le han dado el visto bueno. La influencer solo tiene halagos para su aventura televisiva y dice sentirse orgullosa de haberse superado a sí misma.

Dos días antes del estreno de “El Desafío 5”, Antena 3 presentó el programa, y la estrella fue Victoria Federica de Marichalar y Borbón, a falta de Genoveva Casanova, que se sintió indispuesta a última hora... Vic, como todos la llaman, ha ganado confianza, al menos respecto a su visita a “El hormiguero”, en septiembre del año pasado. La alientan sus jefes y compañeros, además de la Familia Real. Porque preguntada sobre cómo se habían tomado los suyos el que participa-

ra en el programa, soltó. “En casa están muy contentos de que participe en “El Desafío”, y felices por mí”. Su abuela, la reina Sofía, también estaría encantada, ya que es fan del concurso.

A la nieta del emérito, recién llegada de Abu Dabi, donde Don Juan Carlos celebró a lo grande su 87 cumpleaños, se la veía contenta: “El Desafío” ha sido un regalo. No me arrepiento nada de hacerlo. Intentaron que participara otra vez y estar ahora es la mejor decisión que he tomado. Yo creo

que cada semana me voy soltando un poco más. Llegué un poco asustada, no estaba en mi zona de confort, pero todos me hicieron sentir como en casa, como en familia. Me lo he pasado súper bien”.

¿Señales de madurez?

Recuerda, eso sí: “Entré muy desubicada. La evolución ha sido sorprendente también para mí. Al final del programa no me imaginaba que iba a estar tan suelta”. Y está orgullosa de lo que ha aprendido de sí misma: “Me he superado mu-

chísimo. He hecho cosas que en mi vida haría, y menos en televisión. Me he propuesto retos (ha sido la primera mujer en pedir hacer una prueba de fuego), algunos superados, y les he sorprendido”.

Sobre si esto puede cambiar la imagen que de ella se tiene, opina: “Cada uno que piense lo que quiera. Yo estoy muy contenta con lo que he hecho. Espero sorprender a todos. No es mi objetivo, pero si quieren cambiar la idea que tienen de mí, yo encantada”.

Belén Alonso/Fotos: Agencias



Como una **piña**

Arriba, de izquierda a derecha: Roberto Brasero, Vic, Roberto Leal (presentador), Pilar Rubio (jueza), Manuel Díaz, Juan del Val (juez). Abajo, más concursantes: Susi Caramelo, Lola Lolita y Gotzon Mantuliz.



“Espero
sorprender a
todos. No es mi
objetivo, pero si
quieren cambiar
la idea que
tienen de mí,
yo encantada”

Para la rueda de prensa,
Vic lució una blazer
marrón chocolate,
con hombreras, de
IQ Collection. Debajo
llevaba una camiseta
blanca.

Dos días antes de sentarse con Motos, Genoveva no participó en la rueda de prensa de "El Desafío". Dijo encontrarse indispueta.



Genoveva Casanova reapparece sin hablar de sus fotos con Federico de Dinamarca

Por contrato no le quedó otra que sentarse en "El Hormiguero". Pablo Motos se lo puso fácil y no le preguntó por el escándalo mediático que protagonizó junto al rey nórdico.

Cuando se desveló su amistad con Federico de Dinamarca, Genoveva desapareció del mapa. La mexicana dejó de conceder entrevistas, pero no le quedó más remedio que aterrizar en "El Hormiguero" el jueves 9 de enero para promocionar su participación en "El Desafío". Pablo Motos no la puso en ningún aprieto, aunque Roberto Braser,

también invitado, recordó el revuelo mediático que sufría Casanova durante la grabación del programa. "Genoveva vino con un problema y con un montón de gente alrededor. Venía con gorra y parecía que llegaba de robar en el Louvre", bromeó Braser, un comentario que cortó Motos cambiando de tema y entonando un "no te preocupes" dirigido a la mexicana.

La exmujer de Cayetano Martínez de Irujo sí que se explayó hablando de sus problemas de salud, tras sufrir una embolia pulmonar en 2023. "Psicológicamente, te pega mucho darte cuenta de que has estado a media hora de irte. El poder disfrutar de tu familia o de tus amigos no tiene precio. Me cambió la vida", aseguró. La mexicana reconoció que participar en

"El Desafío" le había ayudado mucho en su vuelta a la normalidad. "Fue un cambio tremendo. Soy muy aventurera y me gustaba mucho la idea de ponerme retos todo el tiempo", explicó. Genoveva se ganó el cariño de sus compañeros y era la encargada de las fiestas después de las grabaciones. "Todavía tengo botellas de tequila", apuntó.

Foto: El Hormiguero

Tu mejor versión

ESPECIAL RETO MEN'S HEALTH VÍVELO EN 2025

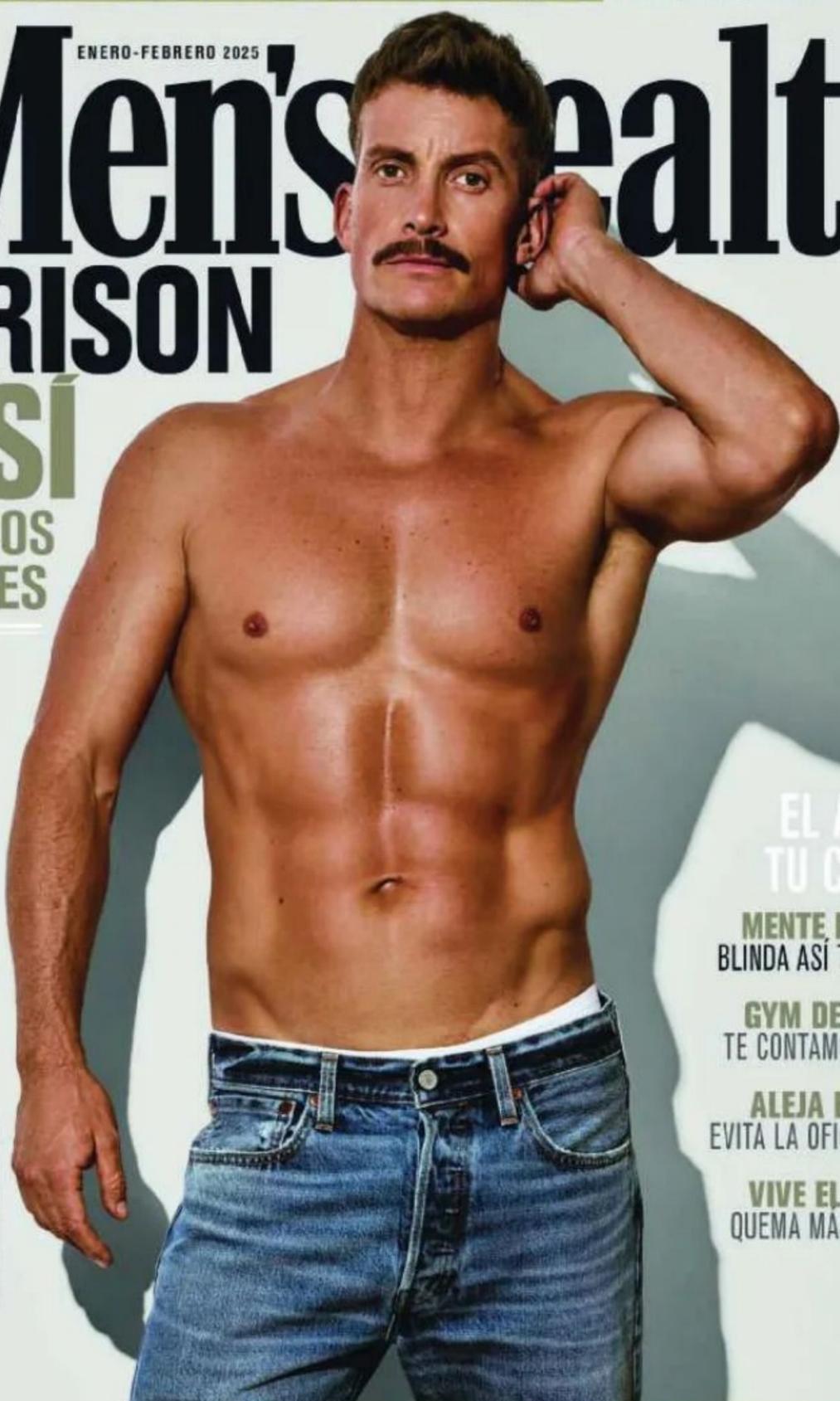
ENERO-FEBRERO 2025

Men's Health

GRISON

ASÍ

EN DOS MESES



EL AÑO DE TU CAMBIO

MENTE EN FORMA
BLINDA ASÍ TU CEREBRO

GYM DEL FUTURO
TE CONTAMOS CÓMO ES

ALEJA EL ESTRÉS
EVITA LA OFICINA TÓXICA

VIVE EL RUNNING
QUEMA MÁS EN MENOS

Nº 258 - 3,95 € - (CANARIAS 4,10 €)
00259
8 413042 674409
MENSHEALTH.es

FITNESS • EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS • NUTRICIÓN
MODA • BELLEZA • TECNOLOGÍA

¡Ya a la venta!



La actriz estuvo casada durante 13 años con Jacobo Martos, hijo mayor de Raphael. Con él Toni tiene dos hijos.



Toni Acosta estrena obra tras la enfermedad de Raphael

La actriz, que representa “Una madre de película”, en el teatro Bellas Artes de Madrid, evitó hablar del abuelo de sus hijos, al que han detectado un linfoma cerebral.



Su primer **monólogo**

En esta obra de teatro, Toni se mete en la piel de una madre que sufre el síndrome del nido vacío. “Es mi primera vez con un monólogo y al principio me costó, pero estoy feliz”.



Han pasado apenas unas semanas desde que Raphael se sintió indispuesto mientras grababa un especial de “La Revuelta” y tuvo que ser ingresado. Tras múltiples pruebas, al cantante, de 81 años, le diagnosticaron un linfoma cerebral del que ya está siendo tratado. Tony, que estuvo casada con su hijo mayor, Jacobo Martos, y tiene dos hijos con él, Nicolás, de 21 años, y Julia, de 17, ha sido una de las que ha estado a su lado, porque a pesar de su separa-

ción, siempre ha mantenido una excelente relación con sus ex suegros. Por eso, durante el estreno de su nueva obra de teatro, “Una madre de película”, en el Teatro Bellas Artes de Madrid, le quisimos preguntar por él. La actriz, muy amablemente declinó hacer declaraciones al respecto, pero sí nos habló de su nuevo proyecto, que podremos ver hasta el próximo 9 de febrero. En la obra, Toni da vida a Eva María, una madre con el síndrome del nido vacío: “Es una etapa,

porque yo creo que hay gente que piensa que no le va a pasar. Todos los que tenemos hijos, cuando se van, ahí se queda un vacío, que es el de los cuidados. Estás acostumbrada a tenerlos permanentemente en la cabeza, los horarios, lo que comen, lo que no comen y, de repente, no están”, dice.

Un entrenamiento

A ella esto todavía no le pasa “del todo” porque su hija, Julia, todavía vive con ella, pero su hijo estudia fuera de España.

“Yo he hecho un poco eso que llaman autoficción. He utilizado mi experiencia, pero mi personaje solo tiene un hijo. Esto me está sirviendo de entrenamiento, sí, porque el mío va, viene, ¿sabéis? Tiene 20, todavía no ha volado del todo, y la niña es más pequeña”.

Toni estuvo casada con Jacobo Martos de 2002 a 2015. Fue entonces cuando comunicaron su separación, aunque siempre han mantenido una excelente relación.

Adriana y Filiberto forman una bonita pareja que ahora se ha dado a conocer, aunque llevan saliendo un tiempo.



Adriana Abascal y Filiberto de Saboya

primera pareja sorpresa del año

La exmodelo mexicana y el príncipe italiano “oficializaron” su noviazgo en el desfile flamenco de Rocío Peralta, en Sevilla, donde en ningún momento ocultaron su relación.

La noticia saltó en el desfile con el que la diseñadora Rocío Peralta presentaba su nueva colección, en la Fábrica de Artillería de Sevilla. Adriana Abascal era una de las encargadas de lucir uno de los nuevos diseños, en homenaje a Dalí. En su vuelta a la pasarela, la exmodelo mexicana brilló con un traje negro de flamenca, con labios y ojos bordados. Y viéndola con orgullo (como acompañante, no como invi-

tado) estaba su nuevo amor: el príncipe Manuel Filiberto de Saboya. La pareja llevaría saliendo un tiempo, aunque ha sido ahora cuando ha trascendido su relación. Después del desfile, la flamante pareja era pillada mientras charlaba de manera íntima y se dirigía al cóctel que allí había preparado, donde charlaron animadamente con todos los presentes. Escenas donde derrochaban química y complicidad. Tam-

bién estuvieron en el espectáculo flamenco posterior, de Samara Carrasco.

Sus pasados amorosos

Adriana, de 54 años, estuvo casada con el magnate televisivo Emilio “El Tigre” Azcárraga, fallecido en 1997, y luego se casó con el expresidente de Telefónica Juan Villalonga, con quien tuvo tres hijos. Separados en 2009, contrajo matrimonio con el empresario francés Em-

manuel Schreder, con el que estuvo de 2013 a 2021 e inició una relación con el galerista Maxime Falkenstein.

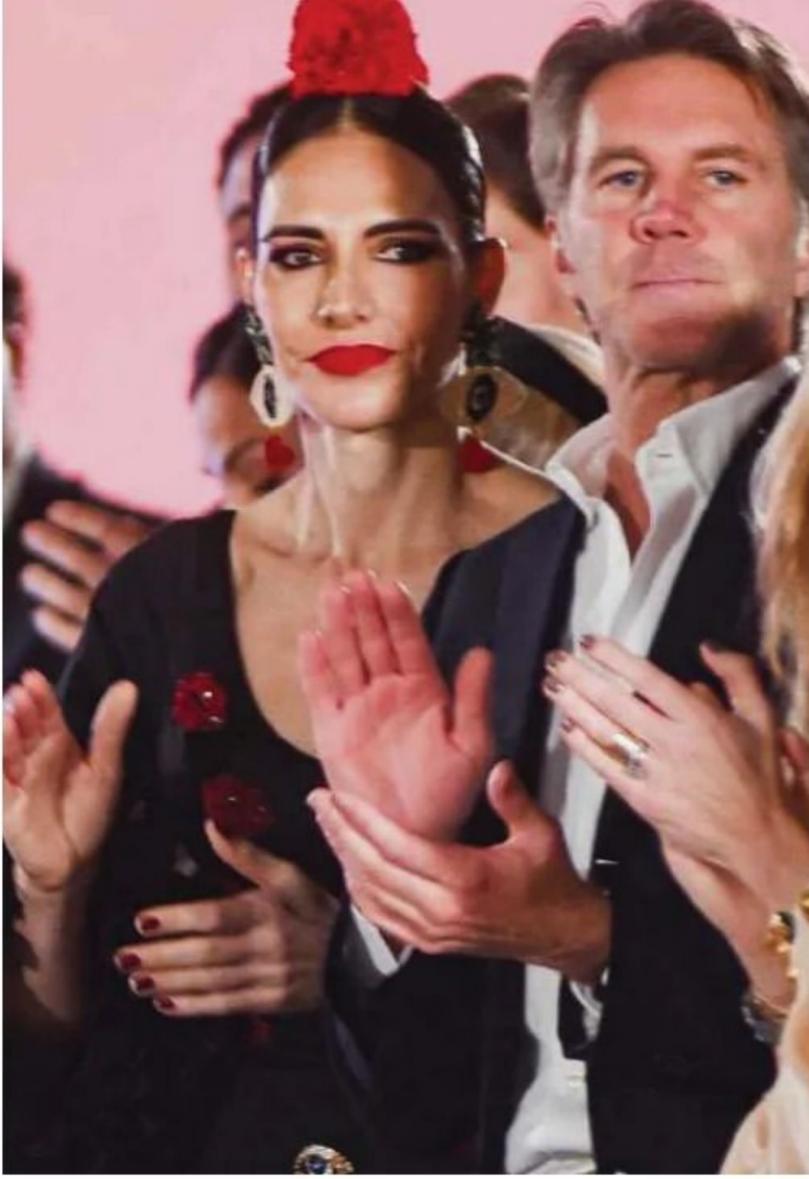
Manuel Filiberto tiene 52 y es padre de dos hijas con la actriz francesa Clotilde Courau, de la que se habría separado hace un tiempo. Hijo único del fallecido Humberto II de Saboya, es el representante de la casa real italiana, ha participado en realities, es un habitual en IG...

Fotos: Agencias

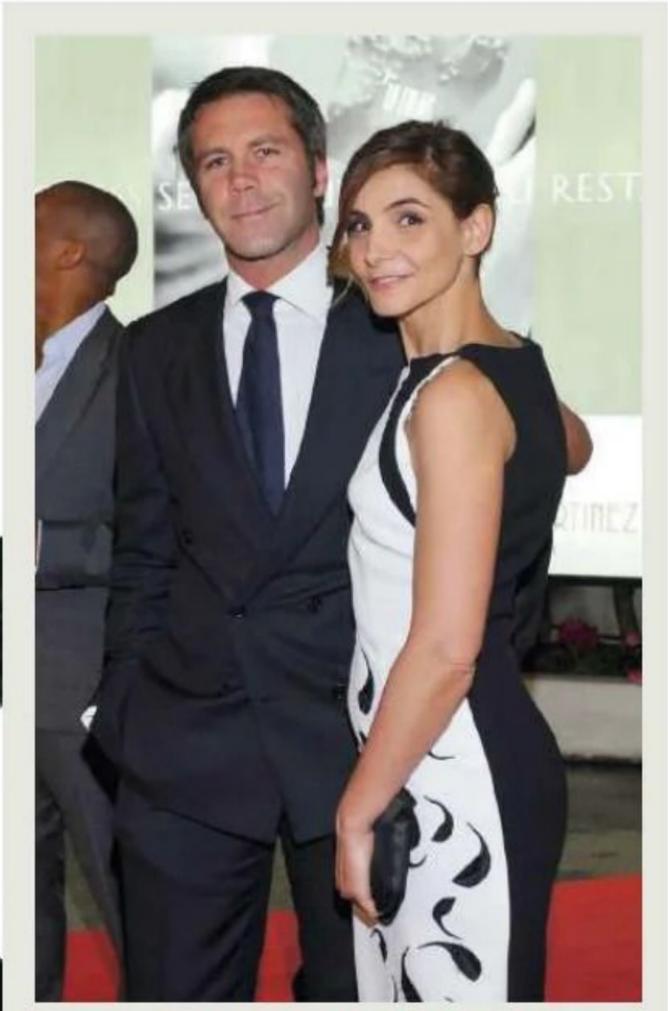


Vuelta a las **pasarelas**

Espectacular en el desfile de Rocío Peralta con un traje flamenco negro, con ojos y labios bordados, de la colección "Homenaje a Dalí. La perseverancia de los sueños".



Los novios en el "front row", viendo el resto del desfile. Manuel Filiberto fue en calidad de acompañante, no como invitado.



CLOTILDE COURAU, SU EX

Manuel Filiberto, autoproclamado gran maestro de las Órdenes Dinásticas de Italia, se casó con la actriz francesa Clotilde Courau hace 21 años. Les presentó Alberto de Mónaco y tienen dos hijas en común. Llevarían separados hace un tiempo, y ya no se les veía juntos en Instagram.



“Maestros de la costura”
presenta su edición
con famosos

Palomo Spain, María Escoté y Lorenzo Caprile repiten como jueces y Raquel Sánchez Silva de presentadora en la versión con “celebrities”, 12 valientes que se las verán con los retales y la máquina de coser.



Después de seis temporadas de “Maestros de la costura”, TVE estrenará en breve su edición más especial. Doce famosos aprenderán el oficio de diseñar y coser para enfrentarse después a la valoración del jurado, compuesto como siempre por María Escoté, Palomo Spain y Lorenzo Caprile. Raquel Sánchez Silva también repite como presentadora y este año la novedad radica en que habrá un juez invitado en cada entrega.

Mónica Cruz, Pilar Rubio, Edu Soto, Eduardo Casanova, María Esteve, La Terremoto de Alcorcón, Óscar Higares, Rosa López, Laura Sánchez, Carmen Farala, Canco Rodríguez y Silvia Superstar son los 12 aprendices que han participado en este reto. “Nos han dejado con la boca abierta”, aseguró Caprile, que destacó también la valentía de todos ellos. El ganador de esta primera edición se llevará 50.000 euros para donar a la ONG que elija y el famoso maniquí de cristal del programa.

La vuelta de Pilar

Para la presentación del concurso, todos los protagonistas eligieron unos estilismos súper originales, pero el que más llamó la atención fue el de Carmen Farala, ganadora del programa “Drag Race España”. La joven llegó con un vestido cosido y diseñado por ella misma y reconoció que había disfrutado mucho en “Maestros de la costura”. “He aprendido que soy mucho más valiente de lo que pensaba”, explicó. A Pilar Rubio la veremos en este espacio y en “El Desafío” de Antena 3, en cuya quina edición repite como jurado.

De izquierda a derecha, Palomo Spain, María Escoté, Lorenzo Caprile y Raquel Sánchez Silva.



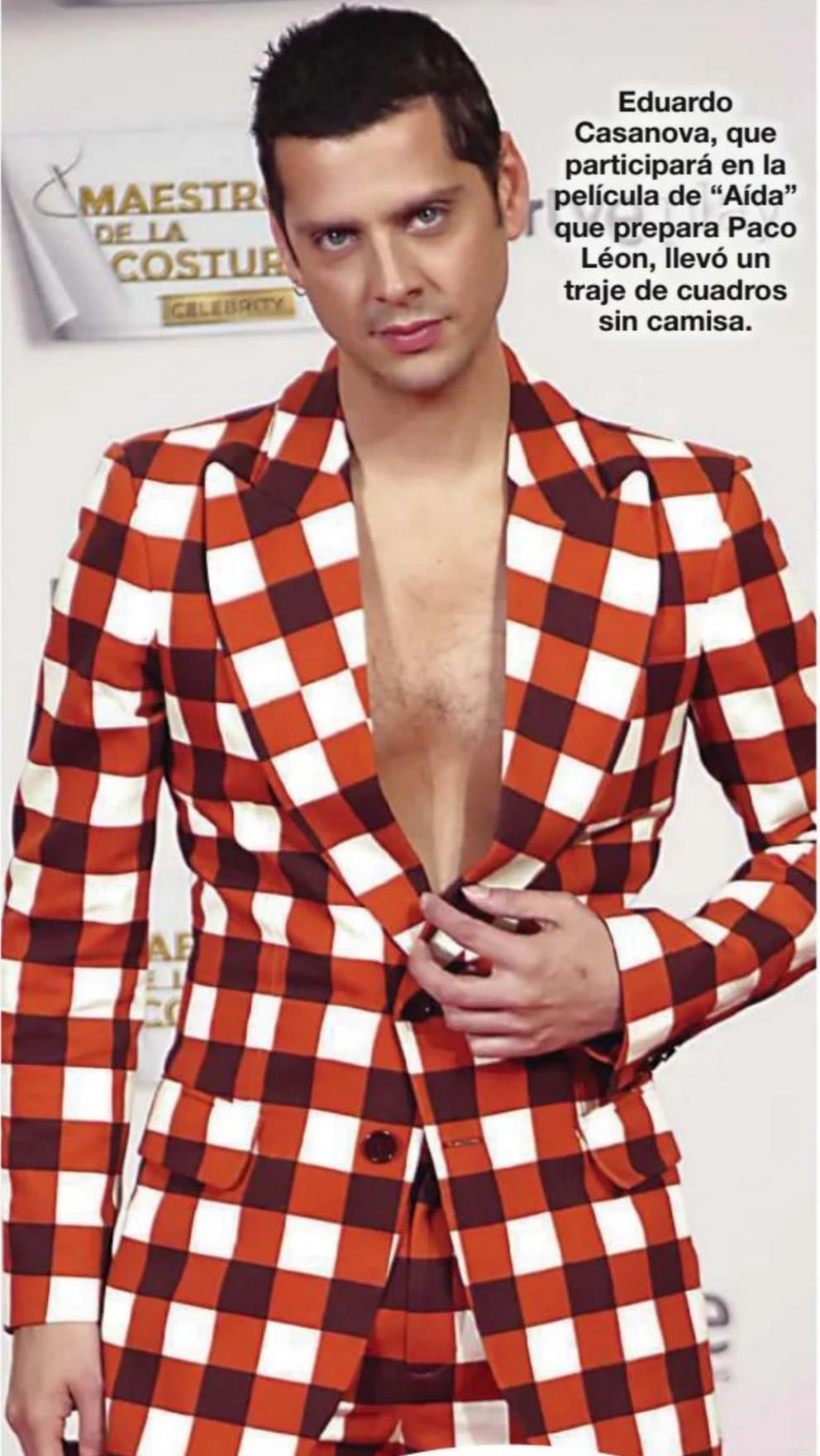
ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
© 2023 Neon 47



CARMEN FARALA
PARTE
COMO UNA
DE LAS
GRANDES
FAVORITAS



Carmen causó sensación con un look creado por ella. La Terremoto de Alcorcón optó por un vestido de recortes.



Eduardo Casanova, que participará en la película de "Aída" que prepara Paco León, llevó un traje de cuadros sin camisa.

Junto a sus hijos



Pilar Rubio confesó que sus cuatro niños han estado muy pendientes de sus progresos. "Para tenerles involucrados con lo que estaba haciendo, les decía "venga que te voy a hacer un disfraz o un pijama", dijo.



La cantante Silvia Superstar reconoció que la experiencia ha sido "muy dura, pero maravillosa".



Laura Sánchez explicó que le encantaría vestir a la reina Letizia.

Muy **camaleónica**

Es increíble los cambios de look que protagoniza Rosa López. Así se presentó en la alfombra roja, con gafas de pasta y prendas "oversize".

POR PRIMERA VEZ, LOS APRENDICES COSERÁN A MEDIDA PARA DOS DE LOS JUECES Y SE ADENTRARÁN EN EL TALLER DE PALOMO SPAIN

► La mujer de Sergio Ramos reconoció que se había preparado al máximo para dar lo mejor de sí: "Si me meto en un proyecto y es algo que me encanta, le dedico todo mi tiempo. Ha sido difícil de gestionar a nivel personal. Creía que estaba preparada para todo, trabajar horas, bajo presión... pero esto ya es otro nivel".

Sin traje de luces

Mónica Cruz también se mostró feliz ante esta nueva aventura: "En el programa yo no

me llevaba bien ni con las máquinas ni con el tiempo, pero nos hemos acabado entendiendo. Es un formato en el que se ve todo, si te cabreas, si gritas... Lo bueno es que entre nosotros siempre ha habido mucho compañerismo". Laura Sánchez, pareja del torero Manuel Escribano, reconoció que no se atrevería a coser un traje de luces: "¡Eso tiene muchas puntadas! Pero ya en esta vida yo no voy a decir de este agua no beberé".



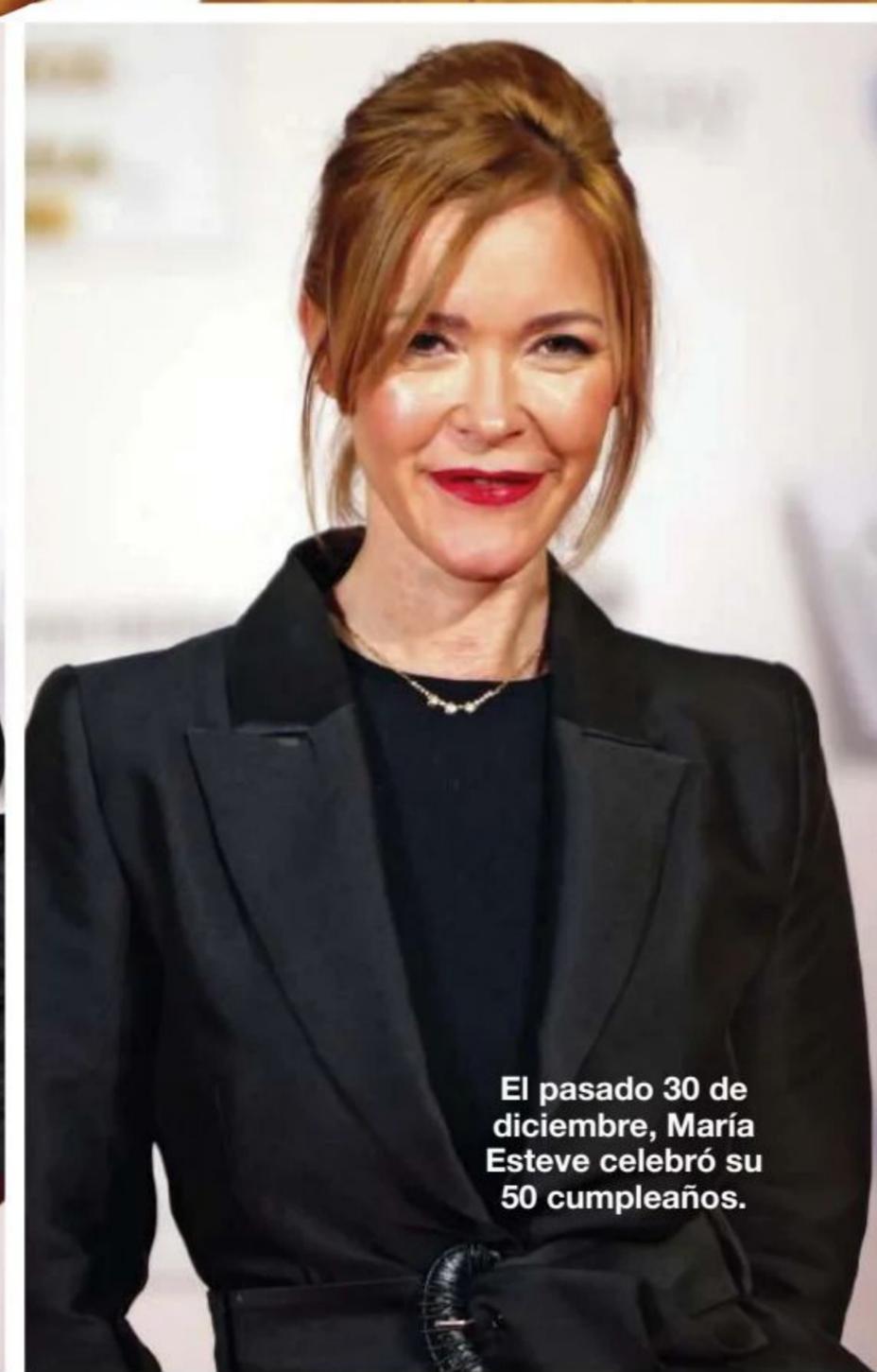
Canco Rodríguez aseguró que antes del programa "nunca había enhebrado una aguja".



Para Edu Soto ha sido una alegría participar. "Siempre ha sido una de mis profesiones frustradas", reconoció.



Mónica Cruz: "A mí me encanta la moda y ha sido fascinante aprender tanto".



El pasado 30 de diciembre, María Esteve celebró su 50 cumpleaños.

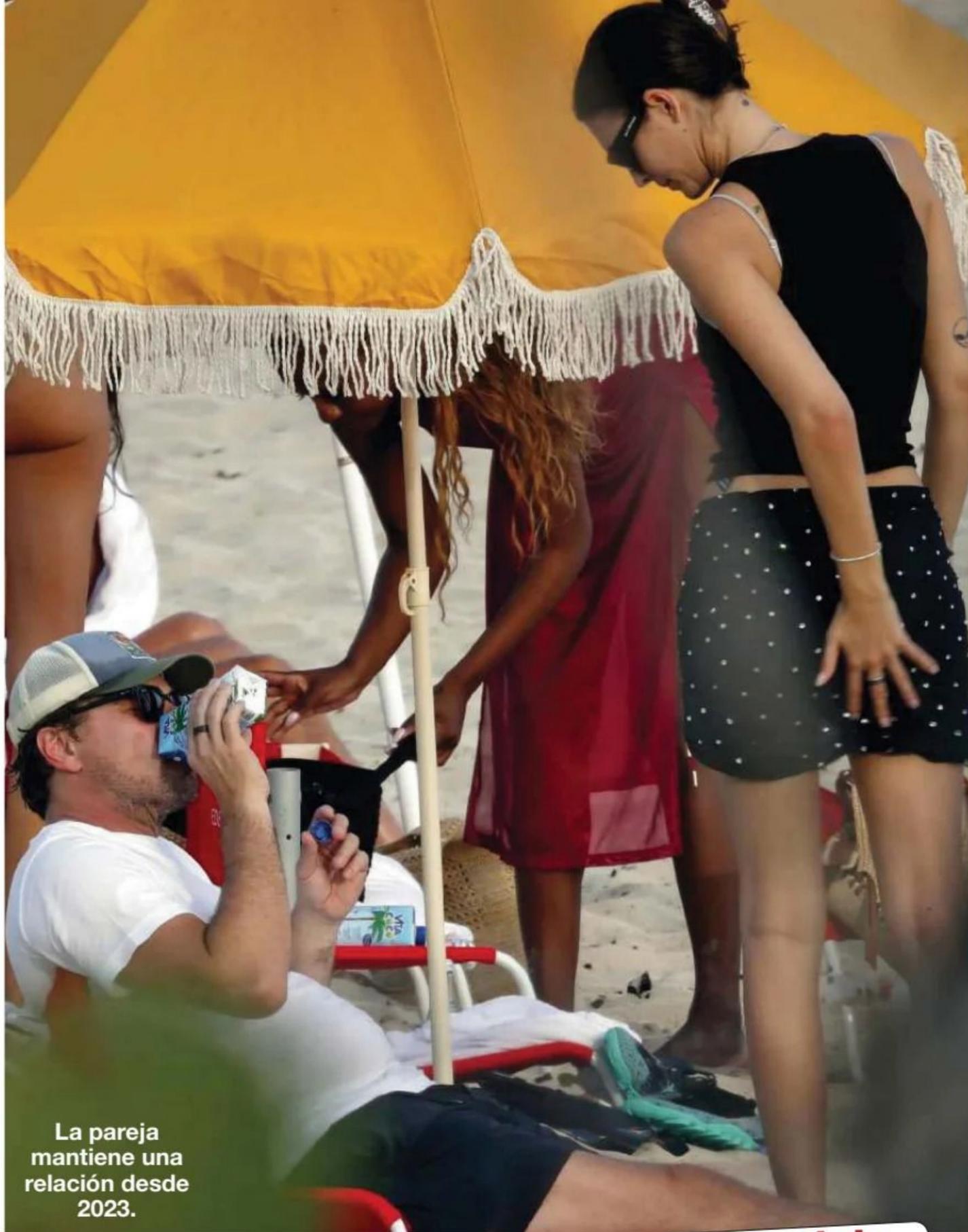


Leonardo DiCaprio rompe su regla de los 25

El actor ha pasado las vacaciones navideñas en las playas de St Barths junto a la modelo italiana Vittoria Ceretti, de 26 años. Ella ha roto la leyenda que dice que Leonardo no sale con chicas mayores de 25.

El protagonista de películas tan míticas como "Titanic" o "El lobo de Wall Street" padece alergia al compromiso. Su entorno reconoce que el actor no tiene ninguna intención de casarse nunca. Si revisamos su historial, está claro que le gustan las mujeres guapas (Gisele Bündchen, Bar Refaeli o Gigi Hadid están entre sus conquistas), pero hasta ahora todas ellas dejaban de interesarle cuando traspasaban la barrera de los 25 años. Su actual novia, la modelo italiana Vittoria Ceretti, ha roto esa

Las playas de St Barths son el lugar ideal para pasar las vacaciones navideñas.



La pareja mantiene una relación desde 2023.

Súper **modelo**

Vittoria lució un bikini gris y faldita negra anudada para jugar al pickleball.

regla y sigue a su lado a pesar de haber cumplido 26 el pasado mes de junio.

Navidades juntos

Han pasado juntos las vacaciones navideñas en las playas de St Barths. Fue en 2023 cuando Vittoria y Leo empezaron a salir, ella había estado casada tres años y tiene una trayectoria sólida con desfiles y portadas de revistas. Él estrenará película este verano ("One Battle After Another"), ¿irán juntos al estreno? ¿O 27 ya serán muchos años para Leo?

Agencias



THE PALEY CENTER
FOR MEDIA

PALEY
FOUNDA
MEDIA

Antes del anuncio del estreno, ahora paralizado, Meghan sufrió un bloqueo en redes. IG restringió por error las búsquedas del hashtag #WithLoveMeghan.

LEY

HE

ENT

OR M

DIA



Meghan Markle

retrasa su docuserie por los incendios

La duquesa de Sussex ha convencido a Netflix para que aplaze el estreno de su programa sobre estilo de vida, precisamente en el lugar asolado por el fuego.

Harry y Meghan han sido de los primeros en solidarizarse con los afectados por los incendios de Los Ángeles, ejerciendo de voluntarios de World Central Kitchen, la ONG del chef español José Andrés, que está sirviendo comidas en el Centro de Convenciones de Pasadena. Además, han ofrecido consuelo a víctimas y trabajadores y han donado ropa, artículos infantiles y otros productos esenciales. Según la revista "People", a través de su fundación Archewell también están buscando a otros voluntarios para proporcionar ayuda psicológica a corto y largo plazo. Incluso han ofrecido alojarse en su mansión de Montecito a los amigos que lo necesiten.

Postergado "sine die"

Todo esto es estupendo, una labor maravillosa que se suma a la de otras "celebrities", pero algunas voces opinaban que resultaba inoportuno que Megan estrenase la docuserie sobre su estilo de vida, precisamente en el lugar que está siendo asolado por las llamas, el 15 de enero. Tanto es así que ella ha pedido a Netflix que la retrase, y la plataforma de streaming ha considerado que había motivos y ha decidido postergar para otro momento "Con amor, Meghan". Verá la luz cuando haya mejores noticias respecto a los incendios que asolan Los Ángeles y zonas aledañas.

DM/Agencias y Netflix



ASÍ ES "CON AMOR, MEGHAN"

Antes de conocer al príncipe Harry, Meghan tenía un exitoso blog de "lifestyle" titulado "The Tig". Y esa es la temática de "Con amor, Meghan". Ella produce y conduce este nuevo trabajo en Netflix, en el que combina consejos prácticos y conversaciones enriquecedoras con nuevas y viejas amistades. Son 8 capítulos en los que ella y sus invitados (arriba con el chef Roy Choi) animan a ponerse manos a la obra en la cocina, en el jardín o en cualquier parte del hogar.



HORÓSCOPOS

MEJOR
SIGNO
DE LA
SEMANA



Miquel Valls

CAPRICORNIO

22-12 al 20-1

SALUD: Estos días, gracias a la influencia positiva de Saturno, vas a gozar de un buen humor contagioso, y eso te hace sentir bien contigo misma. Has encontrado el lado positivo de las cosas y eso te ayuda a tener buen ánimo y a querer rodearte de los tuyos.

AMOR: No tienes la necesidad de tener pareja, pero la influencia de Venus te hace conquistar a quien te propongas. No quieres ataduras. Disfrutar de la vida es el objetivo que te has marcado este nuevo año.

FORTUNA: Aunque has estado inquieta por el trabajo, según el Dos de Oros empiezas una etapa de mucha estabilidad. Es el momento de planificar ese viaje...

ARIES

21-3 al 20-4

SALUD: Vas a notar que se te van a hinchar los tobillos esta semana. Debes poner en práctica una tabla de ejercicios. Por lo demás, no vas a tener problemas y vas a tener un ánimo positivo.

AMOR: Una ex pareja se ha tomado muy en serio volverte a conquistar. Debes dejarte llevar, porque según me indica el Tres de Copas esta vez puede ser la definitiva. Si tienes pareja, debo decirte que el final de la relación está muy cerca, y la decisión la vas a tomar tú como casi siempre en tu vida amorosa. Así me lo indican las cartas.

FORTUNA: Siempre quieres tener la razón y en esta ocasión no es así. Has metido la pata, y ese es el motivo por el que tus compañeros se han alejado de ti, en tu mano está.

TAURO

21-4 al 20-5

SALUD: Esta semana vas a tener dolor de cabeza. Tienes que relajarte, esto se debe a que estás muy activa. Te quieres mantener siempre ocupada, y eso impide que descanses lo suficiente. Las infusiones pueden ser una buena solución.

AMOR: Te has propuesto no separarte ni un momento del día de tu pareja. Esto está resultando positivo para fortalecer vuestra relación. Pero no descuides tus amistades, no te cuelgues demasiado de él, mantén tu independencia. Si no tienes pareja, esta semana conocerás a alguien.

FORTUNA: Debes empezar a ahorrar porque te esperan gastos importantes. Igual tienes que pedir dinero a un familiar, que te lo va a dejar sin problema.

VIRGO

24-8 al 23-9

SALUD: Si quieres volver a sentirte bien, lo que debes hacer es reconducir tu dieta y tener una alimentación más equilibrada. Durante las últimas semanas no has dejado de abusar de todos los caprichos que se te han antojado y es hora de controlarse.

AMOR: Gracias a la influencia del Sol estas semanas vas a derretirte por tu pareja. Pero debes estar atenta porque lo bonito siempre se acaba: en unos meses va a aparecer una persona del pasado que haga tambalear los cimientos de vuestra relación. Tienes que estar prevenida.

FORTUNA: Vas a recibir la notificación de una multa que no esperabas. Aunque creas que es injusta, no te va a servir de nada reclamar.

LIBRA

24-9 al 23-10

SALUD: Aprovecha estos días para relajarte, especialmente si sufres de falta de sueño. Hay algo que te agobia desde hace algún tiempo, no está en tus manos, así que intenta dejar de pensar en ello y tu salud te lo agradecerá.

AMOR: Gracias a la influencia de la Luna en tu signo, una nueva relación va a hacer que te sientas como si te abrieran un mundo de posibilidades. Si hace tiempo que tienes pareja, estos días disfrutarás de unos momentos muy mágicos que no vas poder olvidar en mucho tiempo.

FORTUNA: Tu economía está muy saneada, pero esto no quiere decir que te dediques a gastar sin ningún control. El color amarillo y el número cinco te darán suerte.

ESCORPIO

24-10 al 22-11

SALUD: Si notas molestias estos días, puede ser por los nervios. Debes empezar a tomarte las cosas con más calma. Aprovecha para desconectar. Respecto a tu alimentación, debes empezar a controlar la sal en las comidas, ya que últimamente te estás pasando un poco.

AMOR: Según la influencia de Mercurio en el signo de Escorpio, esta semana vas a estar muy apática con tu pareja. Tampoco te viene mal que sea él el que tire del carro de la relación una temporada.

FORTUNA: Llevas tiempo con un proyecto en la cabeza. Te voy a dar un consejo: el próximo martes por la noche enciende una vela amarilla rodeada de siete monedas. Te dará mucha suerte.

SAGITARIO

23-11 al 21-12

SALUD: Tienes la tensión demasiado baja. Ese es el motivo de esos pequeños mareos que sufres. Debes poner solución y, si es necesario, llama a tu médico para que te dé algún remedio. Tu estado de ánimo se puede ver alterado por un disgusto familiar.

AMOR: En los últimos tiempos no estás prestando mucha atención a tu familia. Siempre has sido muy independiente, pero ahora un familiar cercano necesita de tu ayuda. Respecto a la relación de pareja, esta semana va a reinar la armonía después de discusiones casi diarias.

FORTUNA: Tienes las cosas claras y eso te va a ayudar a conseguir el éxito que te mereces. El número siete y el color rosa te darán suerte.

SCOPO

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

Por Nati Minerva.

GÉMINIS

21-5 al 21-6

SALUD: Te encuentras de maravilla, tanto por dentro como por fuera. De todas formas, si te da por comer en exceso, debes controlarte, porque tu objetivo es tener una figura estupenda. Si necesitas hacer un cambio de imagen en tu cabello, no lo dudes.

AMOR: Según el Tres de Espadas, esta semana vas a estar un poco distanciada de tu pareja debido a una discusión. Debéis sentaros para hablar, porque la culpa ha sido de los dos. Además, discusiones como ésta vais a tener muchas en los próximos meses.

FORTUNA: Tus asuntos profesionales o de estudios van por el camino adecuado. Según me indica el Dos de Oros vas a tener mucho éxito con un proyecto o examen.

LEO

23-7 al 23-8

SALUD: Si estás de vacaciones en la nieve, debes tener mucho cuidado con la piel y los labios. Debes abrigarte bien y usar productos adecuados para ti. Tu estado de ánimo será bueno.

AMOR: Te vas a convertir en el paño de lágrimas de un amigo o familiar. Eso hará que le quites tiempo a tu pareja. Si no tienes pareja, esta semana gracias a la influencia de Júpiter vas a conocer a alguien relacionado con tu trabajo, que despertará tu interés.

FORTUNA: Eres una persona generosa, pero no es el momento de prestar dinero aunque sea a un familiar cercano. No tienes problemas económicos, pero en unas semanas tendrás que hacer frente a un pago.

NUMEROLOGÍA

Para saber qué número somos, tendremos que sumar todos los números de nuestra fecha de nacimiento, simplificándolo en uno. Ejemplo: Fecha de nacimiento: 12-10-1995 Sumaremos: $1+2+1+0+1+9+9+5=28$; $2+8=10$; $1+0=1$. El resultado es el 1, por lo que éste será nuestro número natal.

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1 | Deberías cogerte unos días de descanso para recargar pilas. | 2 | Vas a conseguir arreglar un problema familiar. |
| 3 | Es un buen momento para dar rienda suelta a tus ideas. | 4 | Vas a conocer a una persona muy interesante en un viaje. |
| 5 | No debes cerrarte al amor. | 6 | Llegan buenas noticias en el terreno laboral. |
| 7 | Es el momento de iniciar un curso que actualice tu situación laboral. | 8 | Tu semana estará llena de pasión. |
| 9 | La llegada de un miembro nuevo a la familia te hará muy feliz. | | |

ACUARIO

21-1 al 18-2

SALUD: En los últimos días estás teniendo dolor de oídos. Has hecho bien en acudir a tu médico. Debes tomarte el tratamiento muy en serio para que ese dolor cese de una vez por todas y vuelvas a escuchar bien.

AMOR: Gracias al Sol ha aparecido en tu vida una nueva persona. Estás muy ilusionada, pero debes tener calma e ir poco a poco. Según el Cinco de Copas, esta relación va a ser duradera. Si tienes pareja, estos días va a reinar la pasión todos los días de la semana.

FORTUNA: Si te toca trabajar más de lo normal estos días, ánimo, pronto podrás compensarlo con unos días de descanso. Los números pares y el color azul te darán suerte.

PISCIS

19-2 al 20-3

SALUD: Has aprovechado estos días de descanso para recargar las pilas, porque además no has tenido ninguna preocupación. Esto te ha llenado de energía, pero esta semana no debes tener excesos en las comidas.

AMOR: Vas a desplegar todos tus encantos para conquistar a ese chico que llama tu atención desde hace tiempo. Vas a querer estar todo el día junto a él, pero tampoco debes agobiarle. Si tienes pareja y según el Tres de Espadas va a aparecer una persona que se meterá entre vosotros. Debes tener cuidado.

FORTUNA: Llevas tiempo dándole vueltas a una idea. Según me indica el Cinco de Oros es un buen momento para ponerla en marcha.



Chenoa

PEOR
SIGNO
DE LA
SEMANA

CÁNCER

22-6 al 22-7

SALUD: Según el Seis de Espadas te esperan días complicados. Debes de ser consciente que es importante aceptar el pasado y tener en cuenta que no eres la única que está sufriendo. Debes intentar oxigenarte. Además, ten cuidado con el frío y abrigate.

AMOR: Tienes que empezar a valorarte más. Estás en una etapa que necesitas estar sola un tiempo para poder conocerte mejor. Si tienes pareja, vas a tener unos días complicados por motivo de una discusión que se solucionará a finales de semana.

FORTUNA: Tu economía empieza a resentirse por tantos caprichos que te has dado en el último mes.

YO opino

por ángel antonio herrera

DIEZ
MINUTOS

DIRECTOR
Vicente Sánchez vsanchez@hearst.es

JEFA DE REDACCIÓN
Mar Cabanas mcabanas@hearst.es
JEFE DE DISEÑO
Ignacio Roldán iroldan@hearst.es

REDACCIÓN
Susana Jurado sjurado@hearst.es
María Larrocha mlarrocha@hearst.es
Belén Alonso balonso@hearst.es (R. Jefe TV.)
Mayte Rodríguez (Compras)

REDACCIÓN WEB:
webdiezminutos@hearst.es

Rosa María Prieto (Directora Digital) mprieto@hearst.es
Silvia Criado (Jefa de Sección) scriado@hearst.es
Magdalena Piñero mpinero@hearst.es
Daniel Reyes dreyes@hearst.es
Ignacio Herruzo iherruzo@hearst.es
Nora Cámara ncamara@hearst.es

DISEÑO
Miguel Ángel Ramírez maramirez@hearst.es
FOTOGRAFÍA

Fernando Roi, Ana Ruiz, Pablo Sarabia, Guillermo Jiménez
ASISTENTE REDACCIÓN

María José G. Pajares mjgarcia@hearst.es
REDACCIÓN: C/Agustín de Foxá, 4, 28036 Madrid
Tel.: 91 728 70 00.

C/ Consejo de Ciento, 334-336, 6º 1º, 08009 Barcelona
Tel.: 93 566 15 58.

EDITA: Hearst España S. L.
CONSEJERA DELEGADA
Cristina Martín Conejero

DIRECTORA EDITORIAL
Benedetta Poletti

DIRECTOR FINANCIERO Y OPERACIONES SUR EUROPA
Marcello Sorrentino

DIRECTOR DE MARKETING
José Ángel Morales

DIRECTOR DE CONTROL DE GESTIÓN
César Portilla

DIRECTOR DE ESTRATEGIA DIGITAL
Carlos Alonso

DIRECTOR DE DESARROLLO DE CONSUMIDORES
Manuel Poyato

DIRECTOR DE DIFUSIÓN
Guillermo Moreno

DIRECTORA DE COMUNICACIÓN
Eva Calle

DIRECTORA CREATIVA
Inmaculada Jiménez

DIRECTOR DE RECURSOS HUMANOS
Joaquín Millán

DIRECTOR DE PRODUCCIÓN
Carlos Bohúa

DIRECTOR DE HEARST STUDIO
Miguel Ruiz-Bravo Goytre

DIRECTOR DE INFORMÁTICA
Carlos Amorós

DIRECTOR DE ASESORÍA JURÍDICA
Ignacio Díaz

PUBLICIDAD:

DIRECTOR PUBLICIDAD Y SOLUCIONES DE COMUNICACIÓN:
Rubén Cordero

DIRECTORA AD INTELLIGENCE & OPS: Sandra Proserpi

DIRECTOR HEARSTMADE: Luis Quintana

DIRECTORA HEARST LIVE: Inés Pérez

DIRECTORA PUBLICIDAD INTERNAC. IMPORT: María Moruno
MADRID: C/ Agustín de Foxá, 4, 28036 MADRID.
Tel.: 91 728 70 00.

DIRECTORA COMERCIAL: Mª Luisa Ruiz de Velasco

DIRECTORA DE PUBLICIDAD: Gema Cardozo

COORDINADORA PRINT: Silvia García

DIRECTORA COMERCIAL DIGITAL: Nora Recio

DIRECTOR DE PROGRAMÁTICA: Ignacio Tomé

DIRECTORA DE PUBLICIDAD DIGITAL: Marta Conget

DIRECTOR DE PROGRAMÁTICA: Ignacio Tomé

COORDINADORA DIGITAL: Marta Gadea
BARCELONA: C/ Consell de Cent, 334-336, 6º 1º,
08009 Barcelona Tel.: 93 566 15 58.

DIRECTORA COMERCIAL: Luz Foca de Viñals

DIRECTORA DE PUBLICIDAD: Esther Sales

SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD DIGITAL: Leticia Martín

COORDINADORA PRINT/DIGITAL: Amparo Gasull
VALENCIA: Bárbara Sanchis. Tel.: 650829419

DIEZ MINUTOS es una publicación de
HEARST MAGAZINES INTERNATIONAL

DEBI CHIRICHELLA, President Hearst Magazines
JONATHAN WRIGHT, President Hearst Magazines International
KIM ST. CLAIR BODDEN, Development Svp/Editorial & Brand
Director.

IMPRESIÓN: Edición Normal : Comeco Gráfico / Grafinter.
Edición Pocket : Rotocobrih

DISTRIBUCIÓN: SGEL
ATT AL CLIENTE Y SUSCRIPCIONES:

Tel.: 91 112 62 60 de lunes a viernes 9.00 h a 14.00 h.
suscripciones@hearst.es

Carreles P. V. P.: 2,65 euros (sin IVA), incluidos gastos de transporte aéreo. Ceuta y Melilla: 2,50 euros (sin IVA),
incluidos gastos de transporte. Asociada a la Fed. Int. de Prensa Periódica, RIPP.

Control de la OJD.
Depósito legal: M-2992-1958 Printed in Spain
Depósito legal Edición Pocket: M-3368-2013



Cualquier forma de reproducción,
distribución, comunicación pública o
transformación de esta obra sólo puede
ser realizada con la autorización de sus
titulares, salvo excepción prevista por Ley.
Diríjase a CEDRO
(www.cedro.org) si necesita fotocopiar
o escanear algún fragmento de esta obra.

Ha estado doblemente en la tele **Genoveva Casanova** porque asomó con **Pablo Motos**, de promoción, y concursó en “El Desafío”. De modo que la tenemos en la tele, ella que siempre ha sido mujer de preferir la vida más bien oculta. Cuenta que ese programa sirvió de vitamina inesperada para el ánimo en una época difícil, una época que ha resumido con alegría **Roberto Brasero**, que la vio llegar en su momento al plató de grabación, con pasamontañas de emboscada: “Pensé que venía de robar en el Louvre, pero venía huyendo de los paparazzi”. Por “El Desafío”, en efecto, abandonó **Genoveva** su retiro, a finales de 2023, cuando ardía en la actualidad la publicación de unas fotos donde aparecía, en Madrid, junto al ahora **rey Federico de Dinamarca**. Y aquel empleo forzoso resultó un auxilio de entretenimiento, según ahora ella mismo nos confiesa, bajo el foco de entrevista en “El hormiguero”. Ha sido rival de portada de las grandes de la fama, desde **Carmen Martínez-Bordiú** a **Tita Thyssen**. Hoy es un naípe principal en la baraja de la aristocracia de las rubias solteras del horizonte.

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR



Genoveva charló con Pablo Motos sobre “El Desafío”, que presentó en “El hormiguero” junto a Manuel Díaz, “El Cordobés”, y Roberto Brasero.

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

PASIÓN POR EL MUNDO DEL MOTOR

CAR AND DRIVER

Nº327 • ENERO/FEBRERO • 3€ iva incluido (Cantitas 2,15€ SIN IVA)

8 413042 873020

30 años CAR AND DRIVER

AVALANCHA 2025
MÁS DE 20 LANZAMIENTOS CONFIRMADOS

GIGANTES
LOS MEJORES VENIDOS DE CHINA

FAMILIARES CON CARÁCTER
NUEVOS SKODA KODIAQ Y FORD KUGA, A EXAMEN

RESURRECCIÓN
MCLAREN RECUPERA EL TRONO F1

RENAULT 5

TECNOLOGÍA Y ESPÍRITU MODERNOS CON EL MEJOR LEGADO

Comparativas, novedades, tecnología...

¡TE APASIONARÁ!

Querida Energía:

HEMOS PASADO DE TRAERTE DESDE MUY LEJOS A SER AUTOSUFICIENTES

En IDAE cumplimos
40 años transformando
actitudes. Y hoy, entre
todos, le estamos dando
al país una nueva energía
para crecer y avanzar
como sociedad.*



GOBIERNO
DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA
TERCERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO
PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA
Y EL RETO DEMOGRÁFICO



IDAE
Instituto para la Diversificación
y Ahorro de la Energía