



Anabel Pantoja, Nagore Robles, Dulceida, Madame de Rosa, Melyssa Pinto... entre los invitados



BELÉN RUEDA
Casa a su hija en una emotiva boda



EXCLUSIVA

La romántica y divertida boda de Susana Molina

Todos los secretos, los detalles y las imágenes de un 'sí, quiero' que se convirtió en una cumbre de 'influencers'

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram
O escanea el código QR:



ENTREVISTA EXCLUSIVA

WILLIAM LEVY:
"Estoy disfrutando mucho, es mi mejor momento"



Armenia 2,00€ Bélgica 4,40€ Francia 5,00€ Alemania 5,00€ España 5,00€ Italia 5,00€ Portugal 5,00€ Suiza 4,80€

Escanéame

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



#YoLeoSemana

WWW.SEMANA.ES

TODA LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN ESTÉS DONDE ESTÉS



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana_revista



ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:



PÁGINA
20

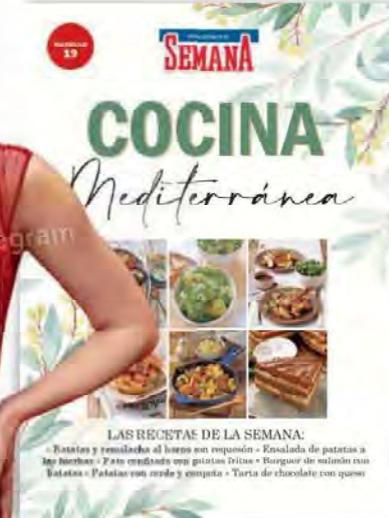
KATE MIDDLETON, EN EL CUMPLEAÑOS DEL REY CARLOS III.



PÁGINA
78

BARBARA REY: "DEL DINERO DE LOS ESPAÑOLES VIVEN OTROS, NO YO".

y además no te pierdas...



Fascículo 19
*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL



- 4 El enlace de Susana Molina y Guille:** la boda más romántica y emotiva.
- 24 Raphael conquista Mérida** en su regreso más emocionante.
- 30 William Levy:** "Me metí en una discusión y ya. No fue para tanto".
- 42 Álex Adróver y Patricia Montero:** un reencuentro de lo más apasionado.
- 44 Rafa Nadal** se divierte en familia.
- 66 Ania Iglesias:** "Mi madre no se murió hasta que no me vio en paz".
- 70 Fabiola Martínez** disfruta de una noche muy especial.
- 72 Televisión:** noticias, entrevistas, recomendaciones....

- 76 Tereti Campos** firma la paz con Lydia Lozano y Belén Rodríguez.
- 82 Sergio Ramos y Pilar Rubio:** reencuentro apasionado en Los Ángeles.
- 84 Ana Boyer y Fernando Verdasco,** escapada en familia a Ibiza.
- 86 La Princesa Leonor,** maniobras en la recta final.
- 88 Inés de Suecia:** el bautizo de la 'reina' de la casa.
- 88 Belén Écija,** radiante en su bohemia boda con Jaime Sánchez.
- 98 Así hemos cambiado:** La Infanta Cristina.



PÁGINA
34

ÚRSULA CORBERÓ, EN LA FIESTA DE NETFLIX.



Susana Molina y Guille Valle, la boda más romántica y emotiva

El 13 de junio y tras cinco años de relación, la influencer y su novio se dieron el 'sí, quiero'





La pareja celebró una ceremonia civil en una finca cercana a Madrid junto a 200 invitados, entre ellos rostros tan conocidos como Anabel Pantoja, Nagore Robles o Dulceida

Susana lució un vestido desmontable de Claro Couture, con una base de crepé de seda, sobre el que llevaba una túnica de organza de seda con bordados de encaje de chantilly.



Los recién casados con sus mascotas, Bruno y Bertín, que también se vistieron de gala para la ocasión.

CINCO años después de aquel 13 de junio de 2020 en el que Susana Molina (35), conocida como Susana Bicho en Instagram, y Guille Valle (31) se conocieron en una fiesta, la pareja selló su amor con una boda clásica, pero nada convencional, de la que SEMANA ha sido testigo en exclusiva.

Rodeados por doscientos invitados, familia y amigos más cercanos, entre ellos muchas de las influencers más seguidas de nuestro país, como Anabel Pantoja, íntima de la novia, Susana y Guille vivieron con nervios, pero sobre todo con mucha emoción y alegría, el día más especial de sus vidas.

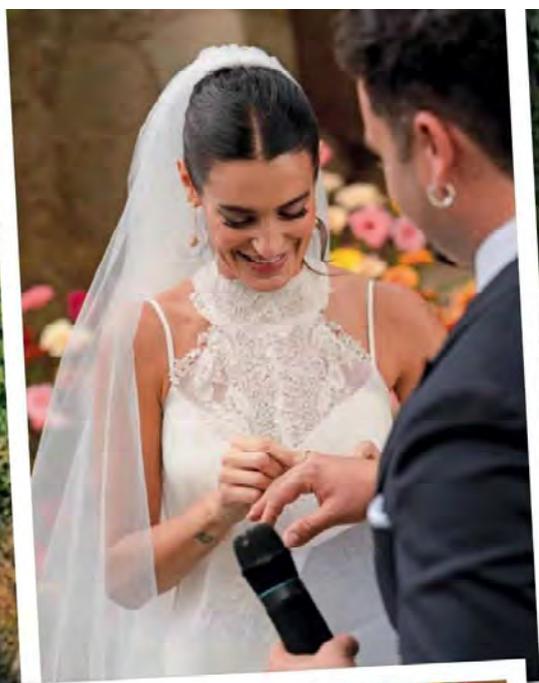
Preparativos

Cuatro horas antes del inicio de la ceremonia, prevista para las seis de la tarde, Susana Molina comenzaba los preparativos en una de las habitaciones de la gran casa de la finca El Gasco, en Torrelodones, localidad cercana a Madrid.

Al lado de Susana estaba su madre, María José, que tuvo un papel destacado en la boda. La influencer aseguraba que estaba muy tranquila, en cambio, era su progenitora quien se mostraba mucho más inquieta: "Estoy ansiosa y feliz, y también más nerviosa que ella. Es mucho más calmada que yo y no necesita consejos, al contrario, me los da ella a mí", nos aseguraba.

Susana diseñó una boda a su medida, en la que quedó reflejada su personalidad bohemía en cada uno de los detalles, comenzando por su propio look nupcial.

El traje fue un diseño de Beatriz Claro, directora creativa de la firma Claro Couture. Y no defraudó a nadie. La influencer lució ▶▶▶



La ceremonia estuvo repleta de momentos emotivos. Las lágrimas de Guille nada más ver a Susana, los votos con los que se declararon su amor y los constantes besos y abrazos de los novios.





Susana llegó a la ceremonia flanqueada por su madre, María José, y su hermano, Kike.



Guille lo hizo junto a su madre, Carmen, y su hermana, Marta.

►►► un vestido desmontable con una base de crepé de seda con escote en uve y tirantes espagueti, con cortes en nesga de chantilly en muselina, y sobre ese vestido una túnica en organza de seda con bordados en chantilly francés en el delantero y la espalda con tiras en vertical, abierta en los laterales y con cola: "Lo había probado, pero al ponérmelo ahora así veo que luce mucho más. Me siento muy cómoda y libre", nos aseguró Susana nada más verse con su vestido momentos antes de salir hacia el "altar".

Acompañó el vestido con el clásico velo de tul y unos zapatos metalizados de la marca Uniq Shoes, con punta cuadrada, cintas finas en el empeine con hebillas de cristallitos y tacón ancho trapezoide.

Las joyas

Como únicas joyas lució unos pendientes largos de oro amarillo con perlas y brillantes, el anillo de pedida con un brillante y un colgante con un pequeño rubí que le había regalado su suegra la víspera de la boda, que estaba realizado a partir de una pulsera de su madre.

Para rematar su look nupcial eligió un ramo silvestre de margaritas y cosmos, volátil y etéreo acorde al romántico y bohemio vestido.

En el maquillaje optó por la frescura y naturalidad, centrando la atención en su mirada, con tonos cálidos y un suave delineado difuminado, con los labios en un rosa amarronado y el colorete rosado, mientras que para el peinado eligió una coleta media pulida con raya al medio y ondas voluminosas.

El hilo conductor de la boda fue el color, la alegría y la naturalidad, pero con un toque de sofisticación, y así estuvieron decorados los

tres espacios al aire libre en los que se desarrolló toda la celebración.

El rincón elegido para la ceremonia, que comenzó a las siete menos cuarto de la tarde, estaba decorado con gerberas, con ocho sencillos bancos de madera colocados de forma asimétrica a cada lado del pasillo y con un rústico banco de forja para los novios.

Como manda la tradición, el novio fue el primero en hacer el paseillo, flanqueado por su madre y su hermana, entrando bajo los sonos de la canción *A Thousand Years* de Christina Perri.

Solo dos minutos después, aparecía radiante y con una gran sonrisa Susana, del brazo de su madre y su hermano, con la música de *Young and Beautiful* de Lana del Rey como telón de fondo.

Nada más verla Guille no pudo reprimir las lágrimas y al encontrarse se fundieron en un intenso abrazo. Una emoción que contagió a muchos de los invitados.

Maestro de ceremonias

Un tío de Guille ejerció de maestro de ceremonias, haciendo hincapié en el amor, la lealtad, la amistad y la responsabilidad como pilares de la vida en pareja. También tuvo un especial recuerdo para el padre del novio, fallecido hace años.

Dos amigos de Susana y otros dos de Guille hablaron durante la ceremonia, junto con la hermana del novio y la madre de la novia, quien aseguró al borde de las lágrimas: "Mi hija es la mejor hija del mundo. Amiga, hermana y, en ocasiones, hasta un poco madre para mí y para Kike. Todo lo bueno que le pasa no es cuestión de suerte".

El momento cumbre llegó con los votos y el in- ►►►



Melyssa Pinto, Nagore Robles y Anabel Pantoja fueron las primeras en felicitar a la novia: "Ha sido todo muy bonito y el lugar es de ensueño. Les deseo que sean siempre tan felices como lo son ahora", nos dijo Anabel



SUS AMIGAS INFLUENCERS

Susana posa con sus amigas influencers. De izquierda a derecha: Melyssa Pinto, Marta Riumbau, Natalia Beciu (conocida en Instagram como La tita Nati), Madame de Rosa, Anabel Pantoja, Dulceida, Nagore Robles, Bruna Manzoni, Carla Flila, y Alba Paul, mujer de Dulceida.



Susana estuvo arropada por varias de sus colegas de profesión, que, además, son grandes amigas. Todas brindaron por la felicidad de la pareja: "Les deseo un amor para toda la vida, que ya quedan pocos de esos", dijo Melyssa Pinto

►►► intercambio de anillos, unas alianzas clásicas de oro amarillo con un brillante y grabadas en su interior con el nombre de cada uno y la fecha de la boda.

Los votos

La influencer fue la primera en declarar su amor: "No te voy a prometer un para siempre superbonito, pero sí te voy a prometer un para siempre real, porque si algo hemos aprendido juntos es que amar no solo es estar cuando las cosas son fáciles, sino comprometerse cuando las cosas se complican. Y eso hicimos, elegimos en medio del caos, cuando lo fácil era soltar. Por eso prometo ser tu apoyo cuando te falten fuerzas, recordarnos siempre que somos un equipo, aunque la mayoría de veces no pensemos igual. Porque nuestro amor es eso, saber escuchar, esperar, entender y tener mucha paciencia".

Los votos de Guille, que memorizó a diferencia de la novia, también estuvieron cargados de emotividad: "Cuando nos conocimos me fijé en ti por lo guapa y espectacular que eres, pero me enamoré cuando vi realmente cómo me querías, cómo me cuidabas y cómo querías a los tuyos. Nunca he conocido a nadie con un corazón tan grande como el tuyo y ahí me di cuenta que eras la mujer de mi ►►►

Los 200 invitados se sentaron en mesas redondas adornadas con diferentes centros escultóricos de candelabros, flores y fruta.

La cena se celebró frente a la casa de la finca bajo una arbolada adornada con luces y flores de tallo largo creando la sensación de un cielo floral



Uno de los momentos más emotivos fue cuando Susana le entregó un ramo a su abuela, Quiteria.

▶▶▶ vida... Soy la persona más feliz del mundo por ser hoy tu marido y envejecer para siempre juntos. Quería mandar un abrazo a cuatro personas que hoy no están aquí, pero estoy seguro que les gustaría, que son mi abuela Marita, mi abuelo Pepe, mi abuela Maruja y mi padre", terminó Guille sin poder contener de nuevo las lágrimas.

Unas lágrimas que contagiaron a todos los invitados, antes de corear el tradicional "vivan los novios", y lanzar una lluvia de flores a los recién casados.

A continuación llegó el cóctel, amenizado con la música en directo de una solista afro, donde los invitados degustaron ostras, pulpo, gildas, taco de atún rojo, steak tartar, huevos de codorniz, risoto de setas y parmesano, Gyoza de carrillera...

Y pasadas las nueve y media de la noche comenzó la cena, para la que la novia se quitó la capa de encaje, dejando ver su vestido de tirantes.

Los novios entraron bailando entre todas las mesas de los invitados que ondeaban las servilletas al ▶▶▶



DANACOL PRESENTA

#MENOPAUSIA ~~INVISIBLE~~

Un experimento social que da visibilidad a la menopausia y a los síntomas invisibles que son un riesgo para el corazón.



DESCÚBRELO AQUÍ



La novia, junto a su madre y su abuela, a quienes está muy unida.

▶▶▶ aire, al animado ritmo de *Unwritten*, de Natasha Bedingfield.

El banquete se sirvió bajo una arboleda, decorada con luces y flores de tallo largo creando la sensación de un cielo floral, donde se colocaron las 20 mesas, adornadas con centros escultóricos, cada uno diferente, con candelabros, flores y frutas. Se utilizó una vajilla *vintage* y copas *Belle Epoque* brocadas, sobre un mantel blanco de lino que tenía pintado a mano en rojo el nombre de cada uno de los invitados.

Mesa presidencial

Los novios estaban sentados en el centro, en la mesa presidencial, con la madre y la hermana del novio; la madre la novia con su pareja; el hermano de la novia con su pareja; y la abuela de la novia, Quiteria, sin duda la persona más orgullosa y feliz de todas, como nos dijo su nieta.

El menú, servido por Lhardy, consistió en ravioli de txangurro con jugo de carabineros, jarrete de ternera lacado con crema de patata y para terminar *soufflé* como se sirve en Casa Lhardy. No hubo tarta nupcial.

Sin damas de honor

Susana no quiso llevar damas de honor, pero sí tuvo un detalle muy significativo con sus amigas. Encima de sus platos, catorce de ellas se encontraron un pequeño ramo, réplica del suyo, con una carta manuscrita en la que indicaba a cada una lo especial que era su amistad. Además, decidió cambiar el tradicional detalle a los invitados por una donación a una protectora de animales de Jumilla (Murcia).

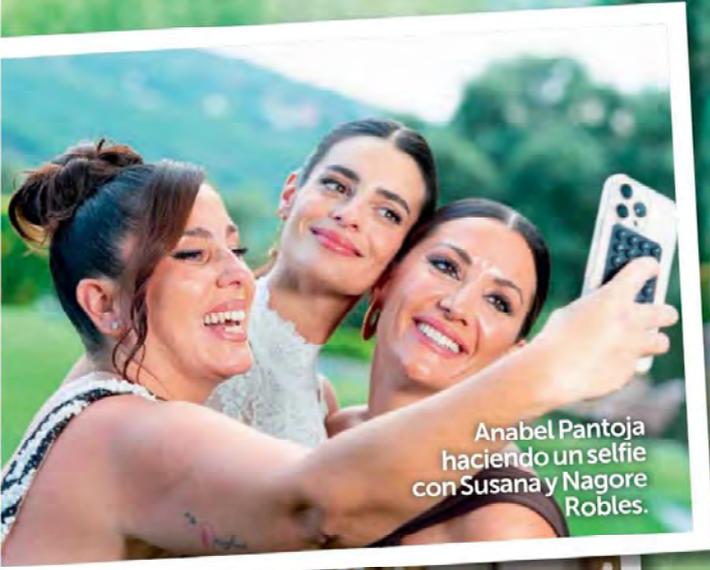
Durante la cena se volvió a escuchar la música en directo de la solista del cóctel, que hizo que algunas ▶▶▶

Susana dio solo dos consignas a Beatriz Claro para diseñar su vestido: comodidad ante todo y no ser la típica novia clásica.

LOS PREPARATIVOS PARA UNA NOVIA RADIANTE

Cuatro horas antes de la ceremonia la novia comenzó con los preparativos. Eligió un maquillaje luminoso, fresco y natural, y un peinado con una coleta media ondulada y raya al medio. Como joyas, llevó unos pendientes de estilo *vin-tage* y las clásicas alianzas. Para completar el *look* nupcial, optó por unos zapatos muy tendencia metalizados.





Anabel Pantoja haciendo un selfie con Susana y Nagore Robles.



La pareja, muy cariñosa en un momento de la cena.



Anabel no podía faltar en el día más importante de su gran amiga Susana y Guille.



▶▶▶ de las invitadas, desde Anabel Pantoja a Dulceida o Nagore Robles, ya se animaran a comenzar la fiesta.

La felicidad de Anabel

Anabel Pantoja, acompañada por su pareja, David Rodríguez, no podía estar más feliz ante el gran día de su amiga: "Ha sido una ceremonia muy bonita, muy emotiva y el lugar me parece de ensueño. Les deseo que sean siempre tan felices como son ahora", aseguró.

Y también nos dio su primera impresión al ver a Susana vestida de novia: "Ha sido una sorpresa porque me he perdido las pruebas del vestido. Ese vestido solo puede ponérselo ella y lucirlo ella. Está muy elegante".

La emoción de Nagore

Nagore Robles, que acudió con Carla Flila, fue otra de las más emocionadas: "Ha sido una ceremonia superemotiva, estábamos todos sonriendo y llorando a la vez desde el primer momento que vimos a Guille llorar. Susana está preciosa, brillante, feliz, disfrutona y muy tranquila. Les deseo que les vaya todo como ahora, que sigan teniendo el mismo amor y el mismo respeto".

Dulceida y Marta Riumbau también destacaron el amor de la pareja y ambas pidieron que pronto se animen a traer un 'primito' a Aria y Julieta, sus respectivas hijas.

Melyssa Pinto, que llegó en coche con Mario Casas, pero él no se quedó a la boda, tuvo el mejor de los deseos para los recién casados: "Me encantan las bodas, estoy muy emocionada. Solo les puedo desear un amor para toda la vida, que ya quedan pocos de esos".

Pasada la tensión de la ceremonia y antes de ▶▶▶



Lara Tronti y Hugo Pérez, que coincidieron con Susana en *La Isla de las tentaciones*.



Charlie Montoya, hermano gemelo de Gonzalo, exnovio de Susana.



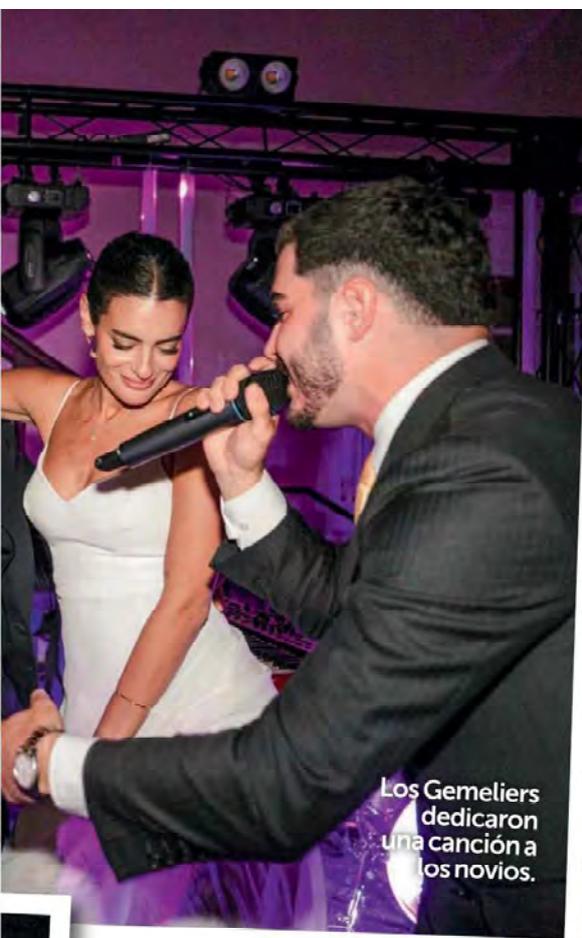
Susana y Guille abrieron el baile con la canción *Bailemos*, de Dani Fernández.



Melissa Pynto bailando con la música en directo de Villaboy Band.



Anabel Pantoja fue una de las más animadas en la pista de baile.



Los Gemeliers dedicaron una canción a los novios.



Para la fiesta, Susana se cambió de vestido por otro diseño de Claro Couture bordado y con falda de tul.

▶▶▶ disfrutar de la fiesta, Susana Molina nos dedicó las primeras palabras como 'mujer casada': "Yo estuve todo el proceso muy tranquila, pero justo en el momento que vi a Guille llorar me puse muy nerviosa y se me pusieron los ojos llorosos. Le di un abrazo y le dije 'te quiero'. Creo que me he saltado el protocolo treinta y cinco veces dándole besos y abrazos, pero en ese momento era lo que me salía".

Y sobre las lágrimas de su flamante marido: "Es muy sensible y yo sabía que le iba a pasar, además, han nombrado a su padre. Ray, el maestro de ceremonias, es una persona muy importante para él y yo sabía que le iba a pasar".

La gran fiesta

Tras la cena llegó la hora de la fiesta. Susana y Guille abrieron el baile con la canción *Bailemos*, de Dani Fernández, cantada en directo por el grupo Villaboy Band, que se en-

cargó de amenizar la velada junto con el Dj. Ardiya, amigo de los novios, hasta altas horas de la madrugada.

Entrada la noche, Susana cambió su vestido nupcial, por un vestido mini con bordados de chantilly, escote de ojales en el delantero y falda de tul, inspirado en los looks disco de Italia de los años 60, también un diseño de Claro Couture, que combinó con unas bailarinas plateadas para seguir bailando hasta la madrugada.

Y para los más animados, todavía quedaba la recena a base de hamburguesas, que llegaron por sorpresa en bandejas de la mano de 'atraca-dores de *La casa de papel*'. Un guiño a la popular serie que rodó algunas de sus escenas en esa finca.

Todo un fin de fiesta de película para una boda y una amor de película.

Sonia Montero

Fotos: De la Huella que Dejas y Alberto Bernárdez

La princesa Kate, espectacular para conmemorar el cumpleaños de Carlos III

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram
 Ó escanea el código QR



Elegantísima y recuperada del cáncer, la princesa de Gales de nuevo fue el centro de atención durante el Trooping the Colour, con permiso de sus tres hijos



La imagen histórica con el saludo desde el balcón de Buckingham: los reyes Carlos y Camilla con los príncipes de Gales y sus tres hijos.

HACE justo un año que la princesa Kate Middleton reaparecía en este mismo acto, el Trooping the Colour. Entonces llevaba seis meses ausente de la vida pública a causa del cáncer que padecía, pero desde entonces, afortunadamente, todo ha cambiado.

Este evento se realiza desde 1748 para conmemorar oficialmente el cumpleaños del monarca británico, independientemente de la fecha real (el rey Carlos lo celebra el 14 de noviembre), siempre el segundo fin de semana de junio, para aprovechar el buen tiempo en Londres. Y esta edición ha servido para

confirmar la gran evolución de la princesa Kate, la más popular de la Familia Real británica, que estaba radiante.

Elegancia clásica

Vestida con un elegante abrigo turquesa con detalles en blanco de Catherine Walker y un tocado de Juliette Botterill, la princesa de Gales

recordaba mucho a su suegra, Lady Di. No en vano, la diseñadora también era una de las favoritas de la recordada *princesa del pueblo*. Unos pendientes de perlas de la reina Isabel II completaban su look triunfador.

En esta ocasión su esposo, el príncipe Guillermo, inició el desfile militar a ▶▶▶



Kate Middleton (43), en un carruaje descubierto junto a su hija Charlotte.

PRINCESA KATE

▶▶▶ caballo, sustituyendo a su padre (76), quien no pudo debido a su enfermedad. En su lugar, los reyes Carlos y Camilla desfilaron en carruaje descubierto.

Saludo desde el balcón

De igual forma lo hizo Kate acompañada por sus tres hijos, los príncipes George (de casi 12 años), Charlotte (10) y Louis (7). La pequeña iba vestida en un color similar a su mamá. En cuanto al benjamín, conocido por sus gestos y travesuras, se mostró más comedido y 'solo' nos mostró su graciosa sonrisa con los dientes mellados.

Hacia sol en la capital británica, por lo que las calles se llenaron de gente. Como siempre, los royals acabaron su recorrido en el palacio de Buckingham, con la tradicional salida al balcón para saludar a su pueblo y presenciar el desfile aéreo de la escuadra de Flechas Rojas.

La princesa Ana y su esposo, Timothy Laurence; los duques Eduardo y Sophie de Edimburgo; el duque de Kent y los duques de Gloucester completaban la lista de invitados Windsor. Ni rastro del príncipe Andrés y menos del príncipe Harry y Meghan Markle, que ni estaban ni se les esperaba. ■



Una bonita imagen de los príncipes de Gales y sus hijos antes del evento. Guillermo lucía un brazalete negro tras la tragedia de Air India en Ahmedabad.



El duque de Kent, primo de la reina Isabel II; la princesa Ana y su marido.



Los duques de Gloucester y los duques de Edimburgo, también en el balcón de Buckingham.



La princesa Kate volvió a derrochar estilo con un vestido-abrigo de Catherine Walker y un tocado de Juliette Botterill.

LAS FOTOS MÁS TIERNAS POR EL DÍA DEL PADRE



El domingo 15 de junio se celebró el Día del Padre en Reino Unido. Un día después del Trooping the Colour se festejaba esta fecha tan especial y los príncipes de Gales compartieron estas dos nuevas fotos de la familia para felicitar a Guillermo. En la primera George, Charlotte y Louis posan en el campo y en la segunda se echan encima de *daddy* para achucharle sin contemplaciones.



SIGUE SIENDO AQUEL

Raphael conquista Mérida en su regreso más emocionante

Seis meses después de ser diagnosticado con un linfoma cerebral, el artista volvió a los escenarios y lo hizo por la puerta grande

"HA sido un escándalo". Esa fue una de las frases más repetidas al terminar el concierto. Y no es para menos. Raphael (82) reapareció por todo lo alto en el majestuoso Teatro Romano de Mérida con su gira *Raphaelísimo*, tras haber superado un linfoma cerebral que le ha mantenido alejado de los escenarios durante seis meses. Nadie esperaba que el cantante volviera tan pronto, tan fuerte y tan emocionado. Pero lo ha hecho. Y lo ha hecho como solo él sabe: brillando.

"Estoy feliz de volver. Esta gira es un regalo para mí y para todos los que han estado ahí durante este tiempo difícil", dijo visiblemente emocionado ante un público que se rindió ante él desde el primer minuto. Una ovación de más de cinco minutos dio la bienvenida al artista de Linares que eligió *La noche*, un tema con 58 años

de historia, para abrir una noche inolvidable. "Gracias por esperarme", dijo, conmovido.

El momento más emotivo llegó al final cuando Raphael interpretó cinco de sus temas más icónicos: *En carne viva*, *Qué sabe nadie*, *Yo soy aquel*, *Escándalo* y *Cómo yo te amo*. El público, totalmente entregado, le dedicó, una vez

más, una ovación de más de diez minutos que emocionó profundamente al querido cantante.

Su gran apoyo

Un esperado regreso que también ha sido un reencuentro familiar. El cantante ha estado arropado por dos de sus hijos, Manuel (46) y Alejandra (50), quien acudió

acompañada por sus hijos, Manuela y Carlos. Todos ellos disfrutaron de una noche mágica e irrepetible en la que Raphael volvió a demostrar que está hecho de una pasta especial. "Él es feliz haciendo esto en el escenario y ya, por fin, la vuelta. A retomar, que es lo que a él le gusta. Todos muy contentos", expresó Manuel. ■



El cantante se reencontró con su público en el Teatro Romano de Mérida, en el marco del prestigioso Stone & Music Festival.

“TRINE DYRHOLM
ESTÁ SOBERBIA”

- *Variety*

“UN DRAMA FAMILIAR
SOFISTICADO, REALISTA
Y UNIVERSAL”

- *Cineuropa*



un instante,
un nuevo comienzo

volver a ti

trine dyrholm david dencik

Una película de jeanette nordahl

SNOWGLOBE presenta en coproducción con HOBAD & LEMMING FILM BELGIUM con TRINE DYRHOLM, DAVID DENCIK, JOHANNE LOUISE SCHMIDT, BJØRNX STORM & LUNA FUGLSANG SVELMO
dirección de casting ANJA PHILIPPARTIANTE de dirección GRETA VARTS diseño de vestuario CATHERINE MARCIAUD maquillaje MARIE MESSIEN compositor NATHAN LARSON diseño de sonido KRISTIAN EYONES ANDERSEN
diseño de producción MROD AJ DANIELSEN edición RASMUS GIZT-JOHANSEN dirección de fotografía SHADI CHAABAN productores asociados JOHNNY ANDERSEN, LILJA OSK SNOORABÖTTUR, DAVID CLARKENS, ALEX VERDOPPE
productores ejecutivos TORKE FINNIS, TRINE DYRHOLM coproductores KIMBA YOUSEF, ERIC GALANUS, DINES PHILIPP, LEONTINE PETIT productores EVA JAKOBSEN, KATRIN PORS & MIKKEL JERSEN idea de JEANETTE NORDAHL
guión RASMUS DITZEL & JEANETTE NORDAHL dirección JEANETTE NORDAHL

FINANZIADO POR SIDAPE Fotografía: Thomas Hovind Andersen, David Stiller WWW.AVALON.MC

27 DE JUNIO SOLO EN CINES

Konstantin de Bulgaria se separa

● El príncipe Konstantin de Bulgaria (57) y María García de la Rasilla (55) han decidido "darse un tiempo" y llevan meses viviendo separados. La noticia se ha conocido justo antes de celebrar su 31 aniversario de boda. La pareja tiene dos hijos, Umberto y Sofía (26).



Matías Prats Jr. se estrena como padre

● Cuando acaban de celebrar su segundo aniversario de boda, Matías Prats Chacón (40) y la reportera de *El programa de Ana Rosa* Claudia Collado (33) ya son padres de su primer hijo, al que, por supuesto, han llamado Matías para seguir la tradición familiar.



Mar Flores, una abuela top

● Nadie diría que ya es abuela. Mar Flores celebró sus estupendos 56 años el pasado 11 de junio y la vimos dando un paseo por la calle con un look muy natural y sin maquillar. En medio del huracán mediático provocado por el juicio de los hermanos de su hijo Carlo Costanza, Mar trata de mantenerse alejada, disfrutando del verano y de su nieto. No obstante, este año es un poco especial, ya que está haciendo obras en la casa de Madrid, en la que reside con sus hijos pequeños y que compartió con su exmarido, Javier Merino. Este, por cierto, ha asegurado que Mar es una madre "estupenda y perfecta", respondiendo a las críticas que ella recibió por parte de su primer marido, Carlo Costanza.



Paloma Lago, novedades en su caso

● Tras denunciar que había sido agredida sexualmente y sometida a una sumisión química, se ha sabido que en las pruebas toxicológicas que se realizaron a Paloma Lago (58) no aparecen sustancias que confirmen este hecho. También, según *El programa de Ana Rosa*, fue el propio Alfonso Villares (55) el que llamó a la hermana de Paloma para decirle que no se encontraba bien y ella le pidió a su hijo que fuera a casa de su tía. Fue este el que llamó a la ambulancia estando todavía presente Villares. También, según el programa de Telecinco, Paloma no interpuso la denuncia por 'agresión sexual' contra el consejero de la Xunta hasta cuatro días después de los hechos. Por el momento, continúa abierta la investigación a la espera de que se celebre el juicio.



CUMPLEN AÑOS



54 EVA ISANTA
19-6-1971



58 NICOLE KIDMAN
20-6-1967



46 CHRIS PRATT
21-6-1979



54 PEDRO ALONSO
21-6-1971

Almudena Cid, muy feliz en su 45 cumpleaños

● El pasado 15 de junio, la exgimnasta cumplió 45 años disfrutando de la bonita costa de Almería junto a su pareja, el exfutbolista Gerardo García Berodia. Este la felicitó con un mensaje de lo más romántico: "Hoy cumple años la mujer más maravillosa y cariñosa del mundo. Todos los días valoro y doy gracias de tenerte a mi lado. No dejas de sorprenderme con la capacidad de ayudar, dar luz y hacer feliz a tantas personas todos los días".



Brad Pitt y su novia, Inés de Ramón, de cena en Nueva York

● El actor se encuentra en plena promoción de su nueva película, *F1*, pero siempre encuentra tiempo para dedicarle a su novia. Brad Pitt (61) e Inés de Ramón (32) salieron a cenar a

un restaurante de Nueva York, luciendo sus mejores galas. Brad ha recuperado la tranquilidad junto a esta guapa empresaria dedicada a la joyería, con la que comenzó a salir hace casi tres años.



Bardem habla de la depresión de Penélope

● El actor, que comparte cartel con su amigo Brad Pitt en *F1. La película*, ha desvelado un detalle que no conocíamos de su mujer, Penélope Cruz (51). La oscarizada actriz sufrió una depresión postparto después de dar a luz a su primer hijo, Leo, en 2011. "Como hombre, has acompañado a esa persona, pero no has pasado por lo que ella ha pasado. El embarazo no fue tan malo. Fue la depresión posterior. No era capaz de manifestarlo y era muy nuevo para ella. Desafortunadamente, no pude comprender la dimensión de lo que era. Pero, más tarde, lo hice. Es una mujer increíble, valiente, fuerte y hermosa por haber podido compartirlo", ha contado Javier Bardem (56).

PREMIADOS 2025

Los mejores productos merecen ser premiados con TROFEO DEL HOGAR



William Levy: "Me metí en una discusión y ya. No fue para tanto"

El protagonista de *Café con aroma de mujer* quita hierro al episodio sucedido en abril y por el que terminó entre rejas

LLEVA unos días de lo más ajetreados, sin apenas un minuto libre. William Levy (44) está en plena promoción de su nueva película *Bajo un volcán*, y se le acumula el trabajo. Aún así, aunque parece un poco cansado, no pierde la sonrisa cuando recibe a SEMANA en un céntrico hotel de Madrid para hablar de este proyecto, pero también de su vida.

Los últimos meses no han sido fáciles para el actor cubano afincado en Miami, sobre todo tras los incidentes que en abril acabaron con él en la cárcel. Fue solo una noche y tras verse involucrado en una trifulca en un

William acaba de estrenar la película *Bajo un volcán*, en la que coincide con Maggie Civantos y Adriana Torrebejano.



bar; sin embargo, él prefiere quitar hierro al asunto. "Es una experiencia más en la vida. Ahora formo parte del club de los artistas que tienen problemas policiales", dice con humor.

El protagonista de *Café con aroma de mujer* explica así lo sucedido: "No fue nada grave, como se ha especulado. Estábamos tomando un trago un amigo mío y yo y a la hora de pagar la cuenta él, con todo su derecho, pensó que algo estaba de más. Empezó a discutir con una persona que estaba en la barra y yo me meto en medio. Llegó la policía y nos dejaron ir, pero la forma de decirlo fue muy fuera de lugar", recuerda. William le recriminó el tono a los agentes, que acabaron deteniéndolo. Tras pasar la noche en veta en comisaría quedó en libertad tras pagar una fianza de 500 dólares y ahora está a espera de juicio.

La que se lió con el incidente que viviste en Florida...

No pasa nada, mi trabajo es lo importante y es el que habla de mí, lo demás no importa y además no fue para tanto. La gente exagera mucho, me metí en una discusión y al final... Es algo que le puede pasar a cualquiera.

¿En qué momento te encuentras ahora?

En uno fantástico, estoy muy bien y emocionado haciendo cosas que me encantan, proyectos que me gustan mucho. Lo estoy disfrutando y creo que estoy en mi mejor momento.

Y estrenas película, *Bajo un volcán*, una historia de

amor y acción donde das vida al capitán de la UME Mario Torres. ¿Te has preparado de alguna manera?

Pues la verdad es que yo pensé que estaba en forma y listo, hasta que empezamos a trabajar. Porque, por ejemplo, usar las botas de la UME (Unidad Militar de Emergencia) no es nada fácil; pesan mucho, de hecho, había momentos en que me dolían las rodillas y no sé si eran las botas o el caminar tanto... Además dar vida a un personaje como Torres era una responsabilidad, vi videos de la UME, observando cómo llevan a cabo las misiones, hablé con ellos y ellos nos facilitaron mucho el trabajo.

"La gente exagera mucho. Solo me metí en una discusión", nos cuenta Levy

A pesar de todo asegura que está en un momento "fantástico": "Estoy disfrutando mucho de lo que hago. Creo que estoy en mi mejor momento"

¿Eres de los que preparan a conciencia un papel o te dejas llevar por la intuición?

Soy los dos, aunque a mí más que preparar, me gusta entender el personaje, de dónde viene, porqué, sus motivaciones... Pero también soy muy intuitivo y me gusta improvisar, y eso es algo en lo que el director, Hugo Martín Cuervo, nos dio mucha libertad a todos los actores. Eso nos ha dado la ▶▶▶



William Levy está separado de Elizabeth Gutiérrez, con la que tiene dos hijos, Christopher, de 19 años, y Kailey, de 16.

▶▶▶ oportunidad de disfrutar mucho en el rodaje.

¿Qué disfrutas y sufres más? ¿Las escenas físicas o las sentimentales?

Las amorosas se hacen un momento y sigues, pero las físicas... Esas eran todo el tiempo, día a día, y fue muy exigente. Esta es una película muy comercial, que te va a animar, te hará reír y llorar, que te emocionará... Porque toca muchos temas y porque la historia transcurre en medio de una tragedia.

El actor nos desvela que va a trabajar con su hija en su próximo proyecto: "Tenemos una relación muy linda y somos amigos"

¿El ser productor añade presión?

Yo opino al principio, a la hora de poder crear un proyecto juntos, que es algo que además me emociona, elegir el equipo... Ya luego, el llevar todo a cabo ya es otro asunto, ahí me mantengo al margen y me dedico a actuar.

¿Te planteas dirigir?

Sí, es algo que me gustaría hacer en un futuro.

Hay otro proyecto que saldrá en breve, Arcadia, también rodado en Tenerife, te van a nombrar hijo adoptivo de la isla...

Es que Tenerife tiene mucho encanto, una gente maravillosa, paisajes hermosísimos y una comida espectacular.

¿Este es el proyecto en el que ibas a trabajar con tu hija, Kailey?

Sí (nos lo dice después de pensárselo un rato y con-

El actor está disfrutando mucho de nuestro país. Reconoce que rodar en Tenerife es un sueño. ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram
O escanea el código QR:



sultar con su representante, que está unos metros).

Y a la hora de rodar, ¿qué está por delante? ¿El compañero o el padre?

Ya veremos. Hay que esperar a comprobar cómo nos llevamos en el set. Pero mi hija y yo tenemos una relación muy linda y somos muy

amigos en la vida real y eso es lo importante.

Compaginas vida profesional y personal.

Me organizo y tengo seis meses de trabajo y seis de descanso. Hago dos o tres proyectos y luego me dedico a estar con mis hijos. Es algo que llevo haciendo desde los

últimos seis años hacia acá y me va muy bien porque antes perdía mucho tiempo de estar con ellos y ahora no, disfruto siendo su papá y valoro más el tiempo que paso con ellos y el que paso rodando, así que consigo equilibrarlo muy bien.

Raquel Martínez

Ayuda eficaz contra estas molestias del colon irritable

¿Diarrea? ¿Dolor abdominal? ¿Flatulencia?

Diarrea, dolor abdominal o flatulencia recurrentes son una realidad que muchas personas conocen muy bien. Explicamos lo que a menudo se esconde detrás de las dolencias y lo que realmente ayuda.

Nuestro intestino es una verdadera maravilla: en una longitud de unos seis metros, descompone los alimentos en componentes vitales como vitaminas, enzimas y oligoelementos.



Ayuda eficaz con la bifidobacteria *B. bifidum* HI-MIMBb75

A los 75 años, el órgano más grande de nuestro cuerpo ha procesado alrededor de 30 toneladas de alimentos. A pesar de su gran rendimiento, el intestino también es muy sensible. Muchas personas sufren repetidamente dolencias como diarrea, dolor intestinal o flatulencia. Según los expertos, la causa

suele ser una barrera intestinal dañada. A través de la más mínima lesión penetran sustancias nocivas y agentes patógenos en la pared intestinal, lo que puede causar las típicas molestias intestinales. Ahora hay una ayuda eficaz: Kijimea Colon Irritable PRO, disponible en farmacias sin receta médica.

Efecto-Parche PRO

El secreto de Kijimea Colon Irritable PRO: sus bifidobacterias especiales inactivadas térmicamente y con Efecto-Parche PRO. Las bifidobacterias se adhieren como un parche protector a las áreas dañadas de la pared

intestinal. Así, esta puede recuperarse y está protegida contra nuevas irritaciones. De esta forma, pueden reducirse la diarrea, el dolor abdominal y la flatulencia.

Eficacia clínicamente probada

Un estudio a gran escala sobre el colon irritable demuestra la eficacia de Kijimea Colon Irritable PRO: las molestias intestinales recurrentes como diarrea, dolor abdominal y flatulencia se alivian significativamente con la cepa *B. bifidum* HI-MIMBb75 inactivada térmicamente. Además, la calidad de vida de los afectados mejoró considerablemente. Pregunte directamente en su farmacia por Kijimea Colon Irritable PRO.

Kijimea Colon Irritable PRO

- ✓ Con Efecto-Parche PRO
- ✓ Mejora significativamente las molestias intestinales
- ✓ Más calidad de vida

Para su farmacia:
Kijimea Colon Irritable PRO
(CN-195962.1)



www.kijimea.es

Kijimea Colon Irritable PRO cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios. Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable. CPS/2008CAT

KIJIMEA®

DE LA CIENCIA. PARA TU SALUD.

GRAN DÍA

Los nombres más destacados del panorama audiovisual español se dieron cita en esta glamourosa fiesta en la que todos lucieron su mejores galas en rojo y negro

Cita en Madrid de grandes estrellas

La plataforma Netflix celebró por todo lo alto su décimo aniversario en España

Úrsula Corberó (35) con un vestido rojo de la diseñadora turca Dilara Findikoglu.



Eugenia Martínez de Irujo (56) y su marido Narcís Rebollo (55).



Ester Expósito (30), con vestido midi de Jacquemus.



Georgina Rodríguez (31), con un vestido corsé de Dolce&Gabbana.

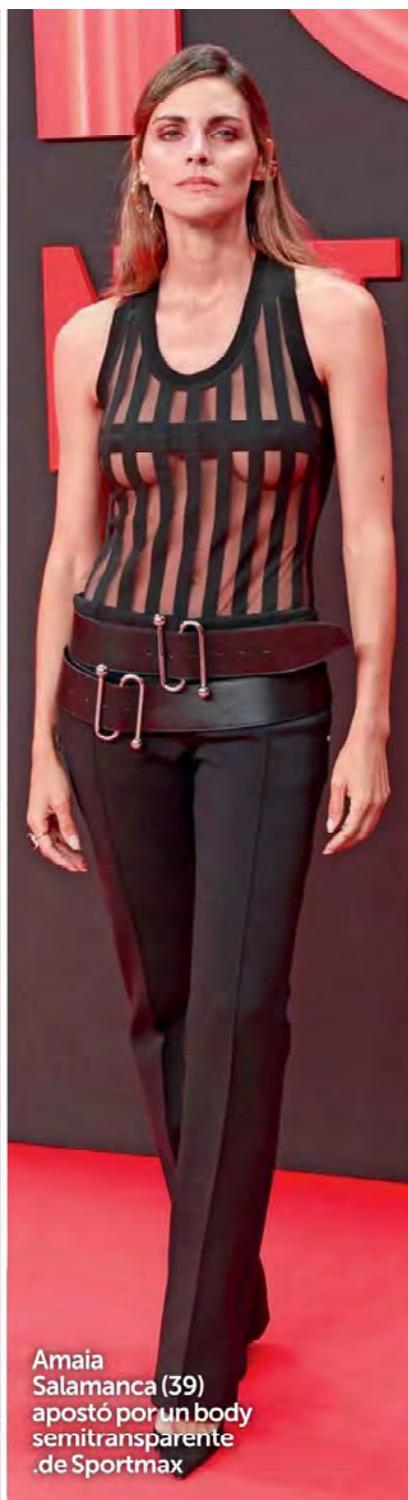
UNA década de éxitos se merece una gran celebración, por eso, la plataforma Netflix tiró la casa por la ventana en una súper fiesta organizada para conmemorar su décimo aniversario, que realmente tendrá lugar el próximo octubre.

Con la Puerta de Alcalá de Madrid como telón de fondo, una alfombra roja de 200 metros sirvió para el desfile de algunas de las estrellas más rutilantes del panorama audiovisual español.

Actores, actrices, cantantes, modelos, rostros televisivos, deportistas e in- ▶▶▶



La actriz Hiba Abouk (38) luciendo un minivestido de Magda Butrym de escote asimétrico.



Amaia Salamanca (39) apostó por un body semitransparente de Sportmax



Clara Lago (35), con minivestido de Zac Posen.

►►► flucers, nadie quiso perderse esta espectacular fiesta en la que pusieron la música artistas como Amaia, Rigoberta Bandini, Pablo Alborán, Omar Montes o Yurana, entre otros.

El *dress code* pedía rojo y negro (los colores de la plataforma) y casi todos los invitados lo cumplieron, con algunas excepciones, pero lo que sí hubo fue un au-

téntico duelo de estilos de algunas de nuestras actrices más famosas, quienes lucieron sus mejores galas y pasaron la mayoría de ellas sin sus parejas habituales. Blanca Suárez, Úrsula Corberó, Kira Miró, Amaia Salamanca, María Hervás, Ana Mena... se dejaron a sus chicos en casa.

Impactante como suele ser habitual llegó Georgina Rodríguez, una de las estrellas



La actriz madrileña María Hervás (38).



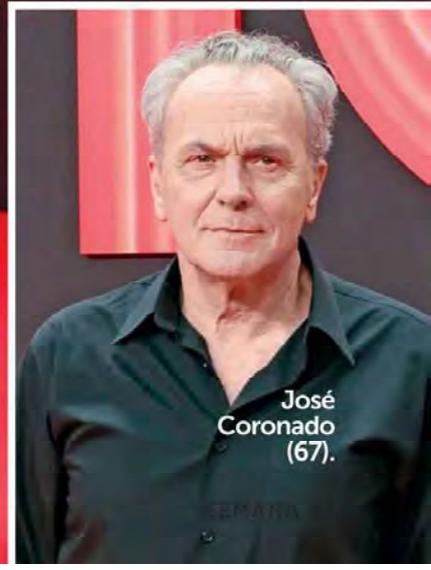
La actriz canaria Kira Miró (45) eligió un modelo de la firma Maje.



La cantante Ana Mena (25) con un look lencero y asimétrico.



Álex González (44).



José Coronado (67).



Marta Flich (46) con su marido, el escritor Edu Galán (46).

SE SALTARON EL DRESS CODE

Las presentadora de Mediaset Marta Flich y el actor Martiño Rivas fueron de los pocos que se saltaron el dress code que pedía vestir de rojo y/o negro.



El actor gallego Martiño Rivas (40).



María Patiño (53) y su marido, el actor Ricardo Rodríguez (47).



Belén Esteban (51) eligió un favorecedor vestido-mono.



La influencer María Pombo (30) con un corsé y falda de tul: "Este look está fuera de mi zona de confort", comentó.



El portero del Real Madrid Thibaut Courtois (33) con su mujer, Mishel Gerzig (28).



Blanca Suárez (36), con un sobrio vestido negro de escote asimétrico.



La modelo Lucía Rivera (26).



La actriz Goya Toledo (55) y su marido, el músico Graig Ross.

Ted Saranchos y Diego Ávalos directivos de Netflix, junto a algunas de las estrellas de su fiestón de aniversario.



▶▶▶ de Netflix con su *reality*, y con su maquillador y su peluquero a pocos metros de ella para cuando necesitara un retoque. La pareja de Cristiano Ronaldo se mostró encantada por poder saludar a su buena amiga, Belén Esteban.

Por su parte, la colaboradora de *La familia de la tele* no tuvo reparos en comentar la delicada situación por la que atraviesa su programa: "Yo me quería ir pero no me

han dejado. Lo he pasado mal como creo que cada uno lo ha pasado a su manera. Vamos con mucha ilusión y que sea lo que tenga que ser".

Triunfadores

Pero no sólo las chicas brillaron esa noche, el plantel de estrellas masculinas tampoco era desdeñable y por la alfombra roja desfiló desde Miguel Ángel Silvestre hasta Álvaro Morte pasando por

Martiño Rivas, Manu Ríos, Paco León, Pablo Alborán, Álex González, Pedro Alonso, Luis Tosar, Los Javis, Javier Gutiérrez... sin olvidar a deportistas como Iker Casillas (sin compañía) y Thibaut Courtois, con su esposa.

Lo cierto es que hacía mucho tiempo que no se veían tantas estrellas juntas, algo que no resulta sorprendente teniendo en cuenta que algunos de los grandes éxitos de Netflix son españoles,

como *La casa de papel*, *Las chicas del cable*, *El cuerpo en llamas*, *La chica de nieve* o *Paquita Salas*, por lo que no faltaron casi ninguno de los protagonistas de estas series. Además, unos días antes del evento, la plataforma firmó un acuerdo para seguir apostando por la producción española, lo que sin duda es una buena noticia para el sector.

Fotos: Agencias



'La casa de papel', 'Las chicas del cable', 'El cuerpo en llamas' o el reality de Georgina con algunos de los grandes éxitos españoles de la plataforma

En la fiesta del décimo aniversario se dieron la mano rostros veteranos como Carmen Machi o Luis Tosar con jóvenes talentos ya consolidados como Ester Expósito o Manu Ríos

Álex Adróver y Patricia Montero: un reencuentro de lo más apasionado

Tras regresar de 'Supervivientes', el actor disfrutó de una escapada en familia a la Costa del Sol, donde recibió mimos y cuidados por parte de su mujer

DESDE que se enamoraron durante el rodaje de la serie *Yo soy Bea* (Telecinco), allá por 2008, apenas se habían separado, por eso, para Álex Adróver (46) y Patricia Montero (36), los algo más de tres meses que el actor ha estado concursando en *Supervivientes* han sido hartos complicados. En este tiempo, la actriz y profesora de yoga ha animado a su marido sin tregua para que llegara hasta la final, pero no pudo ser... Una lesión en la rodilla obligó al actor a abandonar el concurso. Sin embargo, como no hay mal que por bien no venga, por fin Álex ha podido reencontrarse con su mujer y sus dos pequeñas y, para celebrarlo, han disfrutado de una escapada a la Costa del Sol.

Curar las heridas

Como se puede apreciar en estas imágenes que les ofrece SEMANA, la pareja recuperó el tiempo perdido dedicándose apasionados besos, abrazos y caricias. La actriz besó con mimo las cicatrices que Álex mostraba en su pecho, secuelas del concurso, mientras él se dejaba querer. Y es que el cariño de sus tres chicas es la medicina que Álex necesita para recuperarse. ■



EL AMOR DE LOS SUYOS ES LA MEJOR MEDICINA



Besos, abrazos, caricias, mimos... Álex y Patricia recuperaron el tiempo perdido.



20 KILOS DE DIFERENCIA

Si alguien duda del hambre y las calamidades que pasan los concursantes de *Supervivientes* solo tiene que ver el antes y el después de **Álex Adróver** en su paso por el concurso. Nada menos que 20 kilos ha perdido el actor durante su experiencia en Honduras. Su rostro enjuto, cubierto por una barba poblada, y sus costillas marcadas hacían que pareciera una persona totalmente diferente a la que entró.



La pareja formalizó su matrimonio legalmente poco antes de que Álex partiera para Honduras

UN LUGAR DE ENSUEÑO

El numeroso grupo familiar posando delante del emblemático castillo de la Bella Durmiente.



Rafa Nadal se divierte en familia

Todos se lo pasaron en grande en Disneyland Paris

YA relajado, sin la presión de la competición, Rafa Nadal (39) aprovecha al máximo el tiempo para estar con su familia y hace unos días, todos vivieron momentos muy especiales que no olvidarán.

Junto a su mujer, Xisca Perelló (36), su hijo Rafa Junior, que cumplirá tres años en octubre; sus padres, su hermana, Maribel; sus tíos y otros familiares pasaron un estupendo día recorriendo un lugar de magia y ensueño, el parque Disneyland Paris. "Hace unos días, me conmovió profundamente la despedida que recibí en Roland Garros. Terminé diciendo gracias, Francia, gracias,

París, y es difícil decir más. París siempre está en mi corazón y, como parte de eso, Disneyland Paris también ha sido especial. El momento mágico continuó, y tenía que ser, una vez más, en uno de mis lugares favoritos. Gracias por el gran momento que me permitieron pasar con mi familia para poner un hermoso broche de oro, a lo que, una vez más, fue un momento muy especial para mí", dijo el tenista mallorquín, quien añadió que esperaba volver pronto.

Y seguramente lo hará cuando nazca su segundo hijo, un nacimiento previsto para este verano, ya que Xisca ya luce barriguita de siete meses. ■



El tenista y Mickey Mouse se profesan admiración mutua.

MODA

El bikini o bañador que mejor te sienta

BELLEZA

Los retoques de Isabel Preysler a examen

NUEVO

TRUCOS

LOS CONSEJOS DE LA ORDENATRIZ

Así debes cuidar y mantener tu traje de baño

Y ADEMÁS

Pasatiempos, ocio, horóscopo, recetas saludables...

SALUD

COLESTEROL EN LA MENOPAUSIA

un enemigo que debes vigilar

El bikini o bañador que mejor te sienta

Este verano, dar con el bañador o bikini perfecto pasa por conocer tu silueta y elegir diseños que favorezcan de verdad. ¡Apunta los trucos que mejor funcionan según tu cuerpo!



Alba Carrillo (38)

NO OLVIDES QUE LAS RAYAS DE TU BAÑADOR O BIKINI NUNCA DEBEN SER EXCESIVAMENTE GRUESAS



Carla Pereyra (37)

Rayas con intención

Las rayas verticales alargan la silueta y ayudan a equilibrar proporciones. Un bañador con este estampado puede suavizar las caderas y definir la cintura con un solo gesto.



►Zalando. 51€



►El Corte Inglés. 39,99€



►Mango. 35,99€

Escote potenciado

Cuando el diseño incluye aros, el resultado cambia por completo: el pecho se realza, se mantiene en su sitio y el escote gana estructura. Si además incorpora tirantes, el bikini suma puntos en comodidad.



►Robin Collection. 75€



►Abercrombie. 85€



►Sfera. 27,98€



Nieves
Álvarez
(51)

Efecto reductor

El bikini de talla alto sigue ganando terreno entre las mujeres mayores de 50 años. Su efecto reductor, el aire *vintage* y la comodidad que ofrece lo convierten en el aliado imprescindible para disimular tripita con estilo.

Liso o estampado, este corte realza la figura sin necesidad de renunciar a las tendencias.



►H&M.
33,98€



►Etam.
52,98€



►COS.
74€



Los tops de bikini tipo balconette son los que mejor sujetan y realzan el pecho grande

RECUERDA:
SI LA BRAGUITA
DE TIRO ALTO
TIENE FRUNCES
LATERALES,
AFINA LA SILUETA
AÚN MÁS



Sassa de Osma (36)

Estilo cromático

Lejos de sumar volumen, un bañador bien estructurado con tonos intensos puede realzar la figura y aportar luz al rostro. La clave está en elegir un corte limpio y un tejido ligero que se adapte sin marcar.



► MonBali. 111€



► Mur Swimwear. 128€



► Marysia. 395€

Los diseños de color vibrante se han ganado un lugar en las maletas más elegantes

Silueta compensada

Minimalista pero infalible. El bikini de triángulo realza el pecho con naturalidad y aporta equilibrio visual a la silueta. Ideal para escotes pequeños o para quienes buscan un efecto sutil sin renunciar al confort.



Eugenia Silva (49)



► Mango. 37,98€



► Sfera. 27,98€



► H&M. 37,98€





Mar Saura (49)

EL BAÑADOR NEGRO NO FALLA, ÚSALO COMO BASE Y JUEGA CON ACCESORIOS: CAFTÁN, SOMBRERO, JOYAS...

2 tallas menos

Sobrio, elegante y eficaz. El bañador negro sigue siendo el recurso más directo para estilizar la figura. Su efecto óptico afina, disimula y alarga visualmente sin necesidad de artificios. Cuanto más limpio el diseño, más potente el resultado.

El escote halter favorece los hombros, alarga el cuello y estiliza el torso



►Zalando. 39,99€



►Mango. 35,99€



►H&M. 35,99€



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



Paula Echevarría (47)

Adiós cartucheras

El estampado de lunares es uno de los más atemporales y favorecedores. Eso sí, si lo que quieres es esconder cartucheras y reducir caderas, decántate mejor por un bañador de talle bajo y en tonos neutros.

Para disimular zonas, procura que los lunares grandes estén donde quieras desviar la atención



► Dolce & Gabbana. 595€



► Next. 31€



► Reserved. 35,99€

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegam

Ó escanea el código QR:



LOS
BAÑADORES
CON PATRÓN
DE CORSETERÍA,
SUELEN INCLUIR
UN FORRO
REDUCTOR QUE
DEFINE LA FIGURA
Y SUJETA SIN
APRETAR

TRUCO:

Una de las estrategias clave para enmascarar una espalda ancha o unos hombros demasiado fuertes es trasladar la atención a otro punto. Y una opción perfecta son los trajes de baño con abertura central.

COCCINA

Mediterránea



LAS RECETAS DE LA SEMANA:

- Batatas y remolacha al horno con requesón
- Ensalada de patatas a las hierbas
- Pato confitado con patatas fritas
- Burguer de salmón con batatas
- Patatas con cerdo y compota
- Tarta de chocolate con queso

Batatas y remolacha al horno con requesón

Ingredientes

- 8 remolachas
- 4 boniatos o batatas
- 40 g de piñones
- 2 cucharadas de semillas de sésamo
- 2 cucharadas de semillas de sésamo negro
- 2-3 ramitas de menta fresca
- 400 g de requesón
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- sal
- pimienta negra recién molida

Preparación

Prepara **12 trozos de papel de aluminio**. Unta un lado del papel con aceite de oliva y envuelve la remolacha y los boniatos individualmente. Precalienta el horno a 180 °C. Hornea durante 40-45 minutos, hasta que las remolachas se puedan pinchar fácilmente.

Mientras tanto, tuesta los piñones en una sartén y luego pícalos. Tuesta también las semillas de sésamo y mézclalas con los piñones picados. Lava la menta, sécala bien y pica fi-

4 raciones / 30 minutos

namente las hojas. Mezcla con el requesón y el aceite de oliva y sazona con sal y pimienta.

Desenvuelve las remolachas y los boniatos, colócalos en platos y córtalos a lo largo. Sepáralos ligeramente, rellénalos con el requesón y espolvorea con la mezcla de piñones y sésamo.

Sabías que...



En la actualidad, los tubérculos son un alimento cotidiano en nuestra cocina, pero hasta hace pocos siglos no lo eran. Como es sabido, la patata llegó a Europa en el siglo XVI procedente de América tras el descubrimiento de Colón, al igual que otros tubérculos como la yuca o el boniato. La patata es el segundo alimento más consumido en el mundo y, solo en España, existen más de 100 variedades.

¿Cuáles son los tubérculos comestibles?

Los más comunes son la patata, el boniato o batata, la yuca, la remolacha, el ñame, la zanahoria, el rábano, el nabo, el colinabo, el jengibre y la cúrcuma. Tam-

bién se consideran tubérculos, por ser bulbos, el ajo y la cebolla.

Los tubérculos (la parte de la planta que crece bajo tierra) tienen un alto contenido en fibra y resultan saciantes, además, bien almacenados pueden durar mucho tiempo.

A la hora de cocinar, son muy versátiles: fritos, al horno, en purés o cremas, cocidos, asados... Las patatas fritas son el mejor acompañamiento para muchas carnes y pescados, y, en los últimos tiempos, se han popularizado hacerlas de boniato o batata, de color anaranjado.



Consejo

ESTA RECETA TAMBIÉN SE PUEDE PREPARAR SOLO CON PATATAS, PERO UTILIZAR REMOLACHA Y BATATAS LE DA UN TOQUE DIFERENTE DE SABORES Y DE COLORES



Ensalada de patatas a las hierbas

Preparación

4 raciones / 50 minutos

Lavar las patatas y cocerlas con piel en una cacerola cubiertas con agua con sal durante unos 20 minutos (no deben quedar demasiado blandas). Escurrirlas, pelarlas y reservarlas.

Mientras, pela las cebollas y córtalas en rodajas muy finas. Enjuaga las hierbas, sécalas y pícalas no muy finas. Mezcla el caldo con el vinagre, la sal, la pimienta y el azúcar.

En un cuenco, mezcla las patatas con la cebolla, las hierbas y el aceite de oliva y luego rocíe con el aderezo. Deja reposar al menos 20 minutos, sazónala al gusto y sírve.

Ingredientes

- 1 kg de patatas
- 2 cebolletas pequeñas
- 3-4 puñados de hierbas mixtas: eneldo, perejil, cebollino
- 1,5 dl de caldo de verduras
- 3-4 cucharadas de vinagre balsámico blanco
- sal
- pimienta negra recién molida
- 1 pizca de azúcar
- 3-4 cucharadas de aceite de oliva

ESTE ES UN ENTRANTE MUY FRESQUITO PARA EL VERANO



Pato confitado con patatas

Preparación

4 raciones / 1 h. 10 min.

Precalienta el horno a 180 °C. Sazona los muslos de pato con sal y pimienta. Colócalos con la piel hacia arriba en una bandeja para hornear y hornéalos durante unos 40 minutos.

Limpia y lava el puerro y córtalo longitudinalmente en tiras finas. Remoja en agua fría. Pela las patatas y córtalas en gajos. Pela y pica la cebolla. Calienta el aceite en una sartén grande y fríe las patatas, el tocino y la cebolla picada hasta que estén ligeramente dorados. Sazona con sal y pimienta.

Lava y centrifuga la mezcla para ensalada, mézclala en un tazón con el vinagre de frambuesa y el aceite de oliva y disponla en tazones pequeños. Coloca las patatas fritas en platos y los muslos de pato encima. Decora con las tiras de puerro escurridas y sirve con la ensalada.

Ingredientes

- 1 puerro (solo la parte blanca)
- 4 muslos de pato ya preparados
- sal
- pimienta negra recién molida
- 1 kg de patatas
- 1 cebolla
- 4 cucharadas de aceite
- 100 g de beicon en dados
- 150 g de ensalada mixta
- 4 cucharadas de vinagre de frambuesa
- 30 ml de aceite de oliva

PARA QUE LAS PATATAS FRITAS ENGORDEN MENOS, SUMÉRGELAS EN AGUA YA CORTADAS PARA QUE PIERDAN ALGO DE ALMIDÓN Y ESCÚRRELAS BIEN ANTES DE FREÍRLAS



Burguer de salmón con batatas

Preparación

4 raciones / 30 minutos

Pela las batatas y córtalas en bastones de un dedo de grosor. Escáldalas en agua hirviendo con sal durante 2-3 minutos y escúrrelas. Fríelos en tandas durante unos 4 minutos hasta que estén dorados. Escúrrelos sobre papel de cocina y sazónalos ligeramente con sal.

Para las albóndigas: corta el salmón en dados gruesos y pica hasta que quede ligeramente grueso. Lava y pica finamente los pimientos. Mezcla la mitad de ellos con el huevo, el eneldo y el rábano picante en el salmón. Agrega pan rallado hasta que la mezcla se pueda formar fácilmente. Sazona con sal, jugo de limón y pimienta y forma 4 albóndigas. Fríelas en aceite caliente durante 4-5 minutos por cada lado hasta que estén doradas.

Pela la cebolla morada y córtala en tiras finas. Lava y corta los tomates. Mezcla ambos con los dados de pimiento restantes y la lechuga. Rocía con aceite de oliva y vinagre y sazona con sal y pimienta.

Corta los panecillos por la mitad y tuesta los lados cortados al gusto. Mezcla la mayonesa con la mostaza y úntala en la parte interior de los panecillos. Coloca las hamburguesas de salmón con la ensalada encima, cierra los panecillos y sírvelas con las patatas fritas de boniato.

Ingredientes

PARA LAS ALBÓNDIGAS:

- 400 g de filete de salmón listo para cocinar, sin piel
- 3 pimientos morrones pequeños (amarillo, rojo, verde)
- 1 huevo
- 1 cucharada de eneldo recién picado
- 1 cucharadita de rábano picante
- 3-4 cucharadas de pan rallado blanco
- sal
- 1 chorrito de jugo de limón
- pimienta negra
- 2-3 cucharadas de aceite vegetal
- 1 cebolla roja
- 150 g de tomates cherry rojos y amarillos
- 1 puñado de lechuga
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharada de vinagre de sidra de manzana

• 4 panecillos de hamburguesa

- 2 cucharadas de mayonesa
- 2 cucharadas de mostaza de Dijon

• PARA LAS PATATAS FRITAS:

- 800 g de boniato o batata
- sal
- aceite vegetal para freír



Patatas con cerdo y compota

Preparación

4 raciones / 30 minutos

Para la compota:

Pica finamente las manzanas. Saltea brevemente en mantequilla en una cacerola, espolvorea con azúcar y añade el vino blanco. Tapa y cocina a fuego lento durante 4-5 minutos. Añade la mejorana, deja enfriar y vierte en cuencos pequeños.

Pela la cebolla y córtala en tiras. Lava el perejil, escúrralo y pica las hojas. Corta las patatas en rodajas y la carne en trozos grandes. Calienta la mantequilla clarificada en una sartén y fríe las patatas durante 5-6 minutos. Añade la carne asada y la cebolla y fríe durante 4-5 minutos.

Sazona con sal, pimienta y comino y espolvorea con perejil. Servir directamente de la sartén con la compota.

Ingredientes

PARA LA COMPOTA

- 3 manzanas ácidas
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharada de azúcar
- 50 ml de vino blanco seco
- 2 cucharaditas de mejorana picada

PARA LAS PATATAS ASADAS

- 1 cebolla
- 2 ramitas de perejil
- 750 g de patatas
- 300 g de cerdo asado del día anterior

- 2 cucharadas de mantequilla clarificada
- sal
- pimienta negra recién molida
- 1 pizca de comino molido

LAS PATATAS SIRVEN TANTO COMO INGREDIENTE PRINCIPAL PARA GUISOS O TORTILLAS COMO DE ACOMPAÑAMIENTO Y GUARNICIÓN



Tarta de chocolate con queso

Preparación

4 raciones / 30 minutos

Pulveriza las galletas con el rodillo, mézclalas con la mantequilla y el Jerez y fondea un molde de 20x5 cm. Cuece a horno medio 10 min. Remoja la gelatina en zumo de limón y agua (en total $\frac{1}{2}$ vaso).

Relleno: Bate el queso con mantequilla y azúcar, y añade la gelatina. Funde el chocolate 1 $\frac{1}{2}$ min. en el m.o., y añádelo a un tercio de la crema.

Cubre la base con la mitad de la crema y mézclala en la nevera. Después, añade una capa de chocolate, vuelve a guardar en la nevera y, cuando esté fría, añade otra de crema y así sucesivamente.

Cobertura: Fundir el chocolate con leche y mantequilla, cubrir la tarta y hacer estrías con un tenedor.

Ingredientes

- 200 g de galletas
- 4 cucharadas de mantequilla
- 2 cucharadas de Jerez dulce

RELLENO:

- 1/2 k de queso de Burgos
- 150 g de mantequilla
- 150 g de azúcar
- el zumo de 1 limón
- 6 hojas de gelatina
- 75 g de chocolate fondant

COBERTURA:

- 150 g de chocolate con leche
- 2 cucharadas de mantequilla

LA RECETA NO ES COMPLICADA DE ELABORAR PERO COMO HAY QUE ENFRIARLA EN LA NEVERA CADA VEZ QUE SE PONE UNA CAPA, REQUIERE MÁS TIEMPO

Spam telefónicos

Estas llamadas, además de molestas, pueden ser peligrosas. Te damos algunos consejos sobre cómo reaccionar cuando las recibas

DESDE hace varios años existen diversas normativas para proteger al usuario de los llamados 'spam telefónicos'. Está prohibido llamar en horario nocturno o en fin de semana, incluso algunos dispositivos móviles tienen funciones que bloquean estos spam. A pesar de eso, seguimos recibiendo estas llamadas, tanto en teléfonos móviles como en fijos. Por lo tanto, hay algunas cosas que debes tener en cuenta. **Por ejemplo, cada vez son más frecuentes las 'llamadas silenciosas', esas que cuando descuelgas el teléfono, no escuchas ninguna voz, suena como si te remitieran a otra operadora e incluso se corta la línea.** Estas llamadas, generadas por Inteligencia Artificial o sistemas automatizados,

sólo quieren comprobar si hay alguien en casa, es decir, si el teléfono está activo a esa hora para transferir la llamada a un operador humano que te quiere vender algo y si no hay personas disponibles, hacerlo en otro momento. **Ante estas llamadas tan irritantes, tenemos la tentación de colgar, pero no es aconsejable: eso significa que tu número está 'potencialmente receptivo' y lo seguirán intentando.** Es preferible, contestar brevemente a lo que te ofrecen diciendo que no estás interesado, evitando la palabra "sí" y, por supuesto, sin dar ningún dato personal ni bancario. Siempre está la opción de apuntarte a la Lista Robinson, un servicio gratuito cuya finalidad es evitar que recibas publicidad no deseada. Para apuntarte entra en su web.



Las ideas más nuevas

GAMA ANIAN DE CEBOLLA Limpieza en profundidad

● El champú de cebolla con biotina de Anian no solo limpia en profundidad, sino que estimula el crecimiento del cabello, fortalece la fibra capilar y aporta un brillo saludable, sin dejar rastro de olor a cebolla. anian.es



LIMPIADOR FACIAL DE JULIA BONET Elimina el maquillaje y las impurezas



● Gold Supreme Cleansing Oil, de Julia Bonet, es un aceite limpiador facial que elimina de forma eficaz el maquillaje y las impurezas. Su exclusiva fórmula lipófila con cuatro aceites botánicos enriquecida con oro y trufa blanca proporciona suavidad, tersura e hidratación inmediata y duradera.

perfumeriajulia.es

NURADERM Protección solar adaptativa

● Nuraderm lanza 4 productos para revolucionar la exposición al sol con la protección solar adaptativa: crema solar facial (50 ml), compacta y fácil de llevar y crema solar corporal (200 ml), ambas con SPF30 y SPF50. nuraderm.es



RENARE Repara y revitaliza

● La línea Renare, creada por la dr Ana Revuelta, repara y revitaliza desde la piel hasta el interior, estimulando la producción de colágeno para revitalizar los tejidos.

www.renare.es

Con sabor a mar

Recetas veraniegas

Te proponemos algunos platos frescos y sencillos de preparar utilizando productos de calidad y con los que podrás sorprender a tus invitados



Gulas con puerros caramelizados

INGREDIENTES

- 1 bandeja de La Gula® del Norte
- 4 puerros medianos
- 10 g de azúcar moreno
- 30 g de mantequilla
- 150 g de queso ricota
- 50 g de aceitunas negras sin hueso, picadas
- 30 g de pistachos pelados y troceados
- 15 ml de vinagre balsámico
- AOVE
- pimienta negra al gusto
- sal al gusto

PREPARACIÓN

En una sartén derretir la mantequilla a fuego medio. Una vez derretida, añadir los puerros con la parte cortada hacia abajo, espolvorear el azúcar moreno y cocinar durante 8 minutos, hasta que estén dorados y caramelizados. Dar la vuelta y cocinar 3 minutos más. Reservar.

En un bol pequeño, mezclar las aceitunas picadas, los pistachos, el AOVE, el vinagre balsámico, la sal y

4 RACIONES 20 MIN

la pimienta. Reservar. En una sartén antiadherente, calentar un poco de AOVE y saltear La Gula® del Norte durante 3 minutos, hasta que esté ligeramente dorada.

Para emplatar, extender una capa de queso ricotta en el fondo del plato, colocar los puerros caramelizados sobre el queso, verter el aliño de aceitunas y pistachos por encima y coronar con las gulas salteada.

PLATOS GOURMET

Creatividad en casa

Con la llegada del verano, apetece probar platos frescos, cargados de sabor y color. Esta temporada, La Gula® del Norte y Royal® proponen sorprender con deliciosos platos a la altura de los mejores restaurantes, pero desde la comodidad de casa, con opciones exquisitas, frescas y creativas, utilizando productos de calidad y con mucho sabor a mar, capaces de transformar cada momento sobre la mesa en toda una experiencia gastronómica. Sin duda, estas recetas son ideales para quienes buscar impresionar a sus invitados elevando sus platos, con propuestas que conquistarán hasta al paladar más exigente.

Tortitas de coles de bruselas con salmón ahumado

2 RACIONES 20 MIN

INGREDIENTES

- 80 g de Salmón Ahumado Suave Royal
- 100 g de coles de Bruselas blanqueadas y ralladas
- 100 g de harina de trigo
- 150 ml de leche
- 50 g de crème fraiche
- 20 ml de mantequilla derretida
- 3 g de levadura
- ralladura de limón
- 1 huevo
- pimentón ahumado
- tomillo
- pimienta y miel

PREPARACIÓN

En un bol, mezclar la harina, la levadura, el pimentón ahumado y la pimienta y remover bien. Añadir a la mezcla el huevo, la leche, la mantequilla derretida, la ralladura del limón y volver a remover. Incorporar las coles de bruselas ralladas y mezclar hasta obtener una masa homogénea.

En una sartén calentar un poco de mantequilla y cocinar las tortitas a fuego medio,

vertiendo pequeñas porciones de masa y cocinándolas 3 minutos por cada lado hasta que queden doradas.

Colocar las tortitas en un plato, añadir la crème fraiche y el tomillo fresco, después colocar el Salmón Ahumado Suave Royal por encima y decorar con miel al gusto.



Bacalao desmigado sobre base de remolacha y nectarinas

2 RACIONES 20 MIN

INGREDIENTES

- 200 g de Bacalao Desmigado Royal®
- 30 g de remolacha
- 30 g de chirivía
- 30 g de nabos
- 30 g de zanahorias
- 30 g de nectarinas
- 20 g de pepinillos y cebollitas en vinagre
- 30 ml de vinagre de vino blanco
- albahaca
- sal y pimienta
- 10 ml de miel
- 10 ml de AOVE

PREPARACIÓN

En un bol, mezclar y remover con una varilla de mano el vinagre de vino blanco, el AOVE, la miel, la pimienta y la sal (3 g).

En un plato grande, colocar la remolacha, la chirivía, el nabo, la zanahoria y la nectarina en rodajas e incorporar los encurtidos.

Agregar el Bacalao Desmigado Royal® sobre los encurtidos y bañar la ensalada con un poco de la vina-greta y adornar con unas hojas de albahaca.



EL BACALAO ES UNO DE NUESTROS PESCADOS MÁS SABROSOS Y VERSÁTILES

Colesterol en la menopausia: cuando cuidarse ya no es opcional

Durante la menopausia, las mujeres suelen experimentar una subida del colesterol de hasta un 15%. Un cambio silencioso pero significativo, que puede aumentar el riesgo cardiovascular si no se detecta y controla a tiempo

DURANTE años, las mujeres presentan niveles de colesterol más bajos que los hombres. Sin embargo, tras la menopausia, esta tendencia se invierte. La disminución de estrógenos altera el equilibrio hormonal y provoca un aumento del colesterol malo y una mayor acumulación de grasa abdominal, incluso sin cambios en la alimentación o el estilo de vida. Este desequilibrio pasa muchas veces desapercibido, pero tiene consecuencias importantes: el riesgo cardiovascular se dispara justo en una etapa

en la que suele subestimarse. De hecho, las enfermedades del corazón son la primera causa de muerte en mujeres. ¿La buena noticia? Existen formas eficaces de mantener el colesterol a raya sin complicaciones.

En cifras

El objetivo es tener el colesterol total por debajo de 200 mg/dl. En cuanto al colesterol LDL (malo) debe ser inferior a 160 mg/dl. Pero también hay que tener en cuenta el colesterol HDL (bueno), que tiene que situarse en una tasa superior a 40 mg/dl en la mujer.

Mantenlo bajo control

El colesterol bueno se puede subir un poco con la práctica de ejercicio, pero viene más determinado por la genética. Sin embargo, el malo es posible bajarlo cambiando algunos hábitos. ¡Apunta!

1 Vigila tu dieta

Lo dicen los médicos: **con una dieta adecuada se pueden llegar a bajar los valores de colesterol malo hasta un 20%**. Aumenta el consumo de verduras, frutas, legumbres, frutos secos y cereales integrales. Pero sobre todo limita las grasas saturadas: embutidos, bollería industrial, mantequilla, fritos... Todos contienen altos niveles de grasas saturadas que reducen el colesterol bueno. Además, intenta cocinar siempre hervido, a la plancha o al horno.

2 No pares de caminar

Caminar es esencial para controlar el colesterol. Lo mejor es hacerlo manteniendo un ritmo lento e intenso para llegar a las

En los primeros 6 años tras la menopausia, los niveles de colesterol pueden aumentar hasta un 20% si no se modifica el estilo de vida

Ten en cuenta...

✓ Aunque en algunos casos puede provocar fatiga, mareos o pesadez, lo más habitual es que el colesterol pase desapercibido. Por eso, los expertos recomiendan una analítica anual a partir de los 45-50 años.

✓ Tras la menopausia, la grasa tiende a acumularse en la zona abdominal. Este cambio no es solo estético: está directamente relacionado con un mayor riesgo de colesterol alto y problemas cardíacos.

Danacol: así actúan sus esteroides vegetales

Danacol contiene esteroides vegetales, unas sustancias que bloquean parcialmente la absorción del colesterol en el intestino.

Diversos estudios han demostrado que tomar una botella al día puede ayudar a reducir el colesterol LDL (malo) entre un 7% y un 10% en unas tres semanas, siempre dentro de una dieta equilibrada.



120 pulsaciones por minuto. Media hora de caminata al día es una buena forma de empezar. Sin excusas. **También correr es otra gran opción. Puedes comenzar con 10 minutos diarios y aumentar el tiempo poco a poco** hasta mejorar la resistencia y la capacidad pulmonar.

3 Huye del estrés Según una investigación del University College de Londres las personas que experimentan más estrés y sufren respuestas más intensas de su organismo ante el mismo, tienen tres veces más probabilidades de elevar su nivel de LDL (colesterol

malo). Para evitarlo, es clave incluir una rutina de relajación al día. Puedes empezar con la meditación o probar con disciplinas como el yoga.

4 Adiós al tabaco Fumar daña las paredes de los vasos sanguíneos, lo que favorece la acumulación de depósitos de colesterol malo. **Dejar de fumar, sin embargo, tiene un efecto directo en la salud cardiovascular: disminuye la tensión arterial** y el riesgo de formar coágulos en la sangre. Apunta este dato: tras un año seguido sin fumar, el riesgo de cardiopatía coronaria es un 50% inferior al de una persona fumadora.

TUS ALIADOS

Alimentos que te ayudan

Arándanos

Pequeños, intensos y eficaces. Estos frutos son ricos en antioxidantes que aumentan el colesterol HDL (bueno), reducen la rigidez arterial y ayudan a controlar la presión sanguínea. Prueba a mezclar una taza de arándanos congelados junto con un yogur de vainilla. ¡Te encantará!



Avena

Este cereal contiene betaglucano, una fibra soluble que ayuda a reducir el colesterol LDL (malo) y a mantener estables los niveles de glucosa. Además, aporta energía duradera sin elevar el azúcar. ¿Una idea fácil? Cocínala con bebida vegetal y canela para un desayuno delicioso y saludable.



Pistachos

Una opción sabrosa para proteger el corazón. Aportan grasas insaturadas, fibra y fitoesteroles que ayudan a reducir el colesterol total. Además, tienen efecto saciante y se pueden tomar como snack entre horas o añadir a ensaladas. Un puñado al día marca la diferencia.



Berenjena

¿Te has fijado en cómo absorbe el aceite al cocinarla? Pues de la misma forma actúa con el colesterol. Eso sí, para que haga de 'esponja' debes tomarla cocida, con su piel y semillas. ¿Otro plus? La berenjena también contiene ácido clorogénico, una sustancia que evita que el colesterol malo se oxide.



Nueces

Ricas en ácidos grasos Omega 3 de origen vegetal, reducen el colesterol LDL (malo) y mejoran la salud de las arterias. También contienen antioxidantes y fibra. En resumen, corazón contento, y paladar también.



Isabel Preysler: las claves de su imagen perfecta

Es desde hace décadas una de las mujeres más elegantes de nuestro país y que mejor ha sabido sortear el paso del tiempo. Dos expertos en estética facial analizan su evolución

ISABEL Preysler siempre ha cuidado su imagen al detalle, pero en los últimos tiempos su rostro ha experimentado una transformación tan evidente como comentada. A sus 73 años, la 'Reina de Corazones' luce una piel más tersa, un óvalo facial más definido y unos labios visiblemente distintos. Y aunque nunca ha confirmado haberse sometido a cirugía estética, hay signos que apuntan a intervenciones concretas. Para entender cómo ha evolucionado su aspecto desde sus primeras

apariciones hasta hoy, el Dr. Edgar Quintero, cirujano plástico; y la Dra. Karen Wejbe, especialista en otorrinolaringología y medicina estética en Clínica Rementería, analizan con criterio todos los retoques que Isabel Preysler podría haberse hecho a lo largo de estas décadas.

1 **Lifting cérvico-facial: el gran aliado de la redefinición**

Uno de los procedimientos más evidentes, según el Dr. Edgar Quintero, es el lifting cérvico-facial completo. Esta intervención

actúa sobre el tercio medio e inferior del rostro, así como sobre el cuello, y permite reposicionar los tejidos profundos sin alterar la expresión. En el caso de Isabel Preysler, **el resultado sería una piel más firme, una línea mandibular más definida y una notable reducción de la flacidez.** La clave del éxito en este tipo de cirugías está en que el rostro conserve naturalidad, algo que (en opinión del especialista) se ha logrado con precisión quirúrgica.

2 **Mirada más abierta y rejuvenecida**

El cambio en el tercio superior del rostro también resulta llamativo. La Dra. Karen Wejbe apunta a **una posible combinación de blefaroplastia (para eliminar el exceso de piel en los párpados) y un lifting de cejas,** que eleva la mirada sin crear una expresión artificial. Este tipo de procedimientos no solo rejuvenecen la zona ocular, sino que suavizan las facciones y devuelven frescura a la expresión general del rostro.

3 **Una nariz afinada y más recta**

La nariz de Isabel Preysler también ha cambiado notablemente a lo largo del tiempo. Según el análisis del Dr. Quintero, **el refinamiento del dorso nasal, la elevación de la punta y el estrechamiento general de la estructura indican que ha habido una o varias rinoplastias.** El resultado no es solo estético, sino que también contribuye a suavizar el perfil y armonizar el conjunto del rostro. En este tipo de intervenciones, el reto consiste en no romper la identidad facial, algo que en su caso se ha logrado manteniendo un equilibrio entre sofisticación y naturalidad.

Transformación silenciosa

Pómulos más planos, labios más finos y una nariz distinta: el rostro de Isabel en sus primeros años muestra una belleza natural muy alejada de su imagen actual. El tiempo y ciertos retoques estratégicos han dado forma a una transformación que desafía el envejecimiento.





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

Carmen Navarro

.....



EL ARTE DE ENVEJECER CON ELEGANCIA

Si pensamos en una piel que represente la elegancia, la armonía y el paso del tiempo bien llevado, es inevitable que nos venga a la mente la imagen de Isabel Preysler. Siempre ha sabido mantener su rostro impecable, sin excesos ni transformaciones radicales. Su secreto no está en esconder el tiempo, sino en tratarlo con respeto y constancia. Porque una piel joven no es solo cuestión de edad, sino de cómo la cuidamos.

La prevención es clave. Por eso contamos con tratamientos imprescindibles para conseguir esos objetivos en edades maduras. Es el caso de Ultraformer MPT, ultrasonidos focalizados que reafirman en profundidad y ayudan a conservar ese óvalo facial definido que tanto envidiamos de Isabel. A mí me gusta definirlo como la selladora de firmeza.

Para aquellas pieles que buscan redefinir el óvalo y alisar arrugas trabajando la musculatura profunda, contamos también con un 'lifting natural' que potencia la absorción de activos como el ácido hialurónico y los antioxidantes, garantizando luminosidad y protección. Hablamos de *Wonder Face*. Su potente emisión neuromuscular tonifica los músculos faciales de frente, mejillas y mentón. La radiofrecuencia se encarga de calentar las capas profundas de la piel, estimulando la producción de colágeno y elastina. Conseguimos una piel más firme, reducir arrugas, mejorar la circulación sanguínea y un contorno facial definido.

Pero no olvides que los tratamientos en cabina deben ir de la mano de un buen cuidado en casa. Una buena rutina comienza por una limpieza eficaz pero respetuosa, un tónico equilibrante y una buena hidratación.

SÍGUELA EN SU BLOG:



4 Transformación del labio superior

Otro de los cambios más evidentes en el rostro de Isabel Preysler está en la forma y el volumen del labio superior. El Dr. Quintero destaca dos posibles intervenciones: **por un lado, el lip lift, una cirugía menor que acorta la distancia entre la nariz y el labio para conseguir un efecto rejuvenecedor;** y por otro, el uso de rellenos para definir el contorno y aportar volumen. A medida que envejecemos, el labio superior tiende a alargarse y perder proyección, por lo que estos retoques, realizados con precisión, consiguen devolver equilibrio al rostro sin caer en excesos.

5 Mantenimiento médico-estético

Más allá del quirófano, Isabel Preysler también podría haberse beneficiado de tratamientos médicos menos invasivos. La Dra. Wejbe señala el **uso de neuromoduladores como la toxina botulínica para relajar arrugas, así como inductores de colágeno o bioestimulación con polinucleótidos,** técnicas regenerativas que mejoran la calidad de la piel desde dentro. Estos procedimientos, si se realizan de forma periódica, permiten mantener los resultados quirúrgicos durante más tiempo. En su caso, el mantenimiento parece haber sido constante y altamente profesionalizado.

LOS CONSEJOS DE

La Ordenatriz

BEGOÑA PÉREZ

Nos da soluciones para los problemas domésticos habituales



TRAJES DE BAÑO

Ya está aquí el esperado verano y, con la subida de las temperaturas y las escapadas estivales, recuperamos del fondo del armario una de las prendas más características de esta época del año: los trajes de baño. Pero ya se trate de un modelo antiguo o una nueva adquisición, tienes que saber que estas prendas requieren un cuidado especial, tanto a la hora de lavarlas como de quitar manchas

o, incluso, de guardarlos de cara al año que viene. Por eso quiero aprovechar mi columna semanal para contarte cómo alargar la vida útil de estas prendas y conservarlas en el mejor estado posible.

- Si tu problema es que se ha quedado algo de arena enganchada en el tejido, solo tienes que estirar muy bien la licra y echar encima polvos de talco. Cepilla con un cepillo de cerdas blandas y verás qué bien sale.
- Si tu problema es que está algo amarillo por el cloro de la piscina, sumérgelo en un barreño con vinagre de limpieza durante dos horas y después mételo en una malla de lavado en la lavadora en programa delicado, con un pelín de jabón. También puedes usar cualquier vinagre blanco de vino o de manzana. ¡Importante que sea claro para no oscurecer los tejidos!
- Y si lo que tienes es la tan temida mancha de crema solar, la solución es frotar tela contra tela con alcohol, un poco de agua, frotar, otra vez con alcohol y así... Y ya después, podemos lavar en malla de lavado en la lavadora en programa delicado, con un poco de jabón.



El vinagre de limpieza dejará el traje de baño como nuevo. También puedes usar vinagre blanco de vino o de manzana.

Consejo extra



A la hora de guardarlos es fundamental comprobar que estén perfectamente secos y aclarados. Recuerda que nunca se pueden guardar si vienen directamente de la piscina o del mar. Y si los aclaras en agua a mano, hazlo con tiempo y paciencia para garantizar su buena conservación.

A grandes dolores, pequeños remedios

● ¿Tienes un horrible dolor de muelas y tu dentista no te atiende hasta mañana? Puedes calmar este malestar colocando clavo de olor sobre la pieza dental afectada y morderlo con suavidad. Su efecto calmante y antiinflamatorio te hará más liviana la espera.

● Si quieres combatir una migraña es fundamental estar bien hidratado. Y si al agua le sumas una infusión de té de jengibre, con efecto antiinflamatorio; de manzanilla, que reduce la tensión muscular; o de menta, con propiedades calmantes, la recuperación será mayor.

● Para calmar un incipiente dolor de oído, previo a tu visita con el especialista, remoja ajo machacado y macerado en aceite de ajonjolí. Cuela el ajo y aplica con un algodón suavemente el aceite en el oído.

Rostro sin signos de estrés con pasiflora

Aprovecha las propiedades relajantes de la pasiflora para que tu rostro luzca más bonito y terso. Para ello, hierve una cucharada de pasiflora en una taza de agua y deja enfriar. A continuación, mezcla dos cucharadas de esta infusión con dos de yogur natural y una cucharada de miel. Aplícatelo sobre el rostro deja actuar 20 minutos y aclara con agua.



AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 24 cuadros en blanco	UNIDAD INFORMÁTICA UTILICEN ARTEJOS	MIL MARCHITAN ARREGLA, REPARA PATA DE AVE	HIJO DE ADÁN DIOSES DE LA CASA FUERZAS ARMADAS USTED	RÍO SIBERIANO PRINCIPIO TAOÍSTA DER., PRO-MUEVES AUPE	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO DE LA FOTO PERTURBA, TRASTORNA	SON OSADOS RÍO ASIÁTICO TRASLADARE AQUÍ CINCuenta	DIO RENDIMIENTO SE MUEVAN FORMANDO ONDAS RÍO SUIZO	ELECTRON-VOLTIO DEL ASNO AMENAZAD ANT., DE DONDE	MEDIO ASA OBRA POÉTICA EN VERSO EXHALAN
BANCO MUNDIAL SENSACIÓN OLFATIVA, PL.									
PENÚLTIMA LETRA QUE CONLLEVA ABUSO									
HACEN TABIQUES SÍMBOLO DEL AMPERIO									
LÍNEA DE SIMETRÍA DE LA INDIA, FEM., PL.									
ELEVADA CANCIÓN CANARIA									
UNO AEROPLANO					↓				
AZUFRE ELOGIEN SIGLAS DE ASSOCIATED PRESS									
LA DE AHÍ PERSONA MUY ADMIRADA									
NARIGUDO SEGUNDA VOCAL									
COLOO, NIÑA ABREVIATURA DE 'DECAMETRO'									
LAGO ESCOCÉS SIENTA TEMOR									
UNITED ARTISTS TRABAJO, LABOR									
QUINIENTOS HUESO DEL DEDO									
ELEVASTE LA BANDERA ANTE MERIDIEM									
ARTÍCULO, FEM., PL. DISPUESTA EN ERAS									
LOGARITMO NEPERIANO SUSTANCIA URINARIA SÍMBOLO QUÍMICO DEL NITRÓGENO									
REALIZA UNA OCUPACION ABREVIATURA DE 'REVERENDA'									
CANTANTE BRITÁNICA UN MAMÍFERO CARNÍVORO									



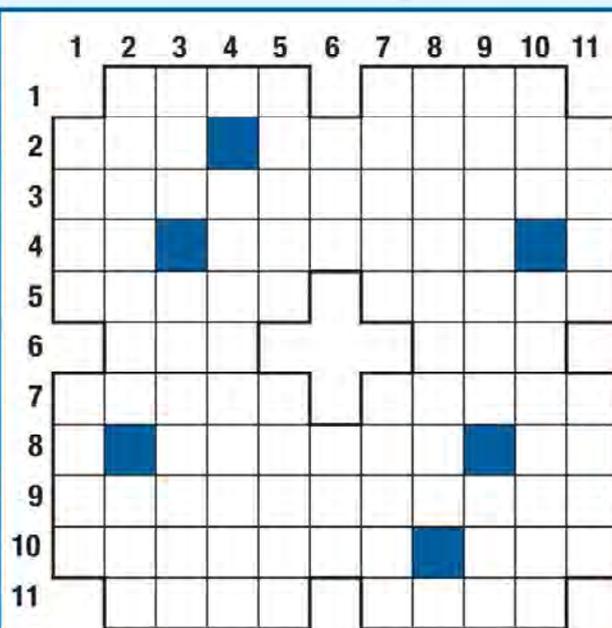


CRUCIGRAMA

Nº 2.848

HORIZONTALES

- 1:** Semilla de algunas frutas. Claqué.
- 2:** Pref., posterioridad. Corre riesgo.
- 3:** Disparabais saetas.
- 4:** Dios egipcio del Sol. Cultivar la tierra.
- 5:** Proveer de armas. Unido a otra cosa.
- 6:** Instit. Agricultura Sostenible. Escuela Nacional de Entrenadores.
- 7:** Apócope de "rastafari". María ..., actriz española.
- 8:** Nombre dado a la espada del Cid. Símbolo químico del estroncio.
- 9:** Os ..., os arreglaseis con esmero.
- 10:** Extraerán. Mercado europeo.
- 11:** Grano de uva desecado. Se halla en un lugar.



VERTICALES

- 1:** Cesa en el movimiento. Expreses alegría.
- 2:** Pondría suavemente. Centro de Atención Primaria.
- 3:** Aire popular de Canarias. Desmenuza con los dientes.
- 4:** Flexibles, fem.
- 5:** Tomar una opción. Se ..., se turba.
- 6:** Encefalopatía espongiforme bovina. Onda en el agua.
- 7:** Que se distingue bien, fem. Insustancial.
- 8:** Originarias de Líbano.
- 9:** Descendiente de Agar, fem. Empresa Municipal de Transportes.
- 10:** Canto del grillo. ... Lange, actriz.
- 11:** Bolsa de ..., neceser. Marcharse de un lugar.

SUDOKUS

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

Fácil

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

Difícil

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

AUTODEFINIDO

Pertencen al mundo del/de la...



FOTO 4 UN MOLUSCO	GENTE IMPORTANTE TAZA PARA CHOCOLATE	HECTOLITRO ELOGIÓ	CANCELÓ CONTRAPONO	OVNI, EN INGLÉS	Y, EN LATÍN UNIVERSAL SERIAL BUS	CIERTOS POEMAS PELOTA DE FÚTBOL	PELO DE LAS OVEJAS
				FOTO 1 COLORADAS			
PREF., GRASA TECLA DE GRABACIÓN			QUE TIENEN PUREZA BESUQUEAN			... DUATO, ACTRIZ PIÑA	
		LIMOSNA PRIMATE LEMURIDO			DEN BALIDOS ALZASES		
APOCOPE DE "VALLE" VENTILASE			CAUSE ENOJO DA AGUA AL GANADO			APUNTE BEIGE	
				ALBANÉS DOTADO DE SESO			FOTO 5
DANZA BRASILEÑA BISMUTO			SE ..., SE LAVEN PREPARE AL HORNO			SAMARIO BALNEARIO MODERNO	
	CAJAS PARA VOTAR UN METAL			RIELES, CARRILES ... DANSON, ACTOR			REZABA, HACIA ORACIÓN
PERCIBIRÉ LOS SONIDOS TRILITA			HONGOS PROVOQUE			EN ... DE, TRAS PONED SAL	
		MIRASES ESTADO DE ORIENTE			VESTIDO DE LA INDIA NATURAL DE LIGURIA		
PARTE DEL OJO	MANIFIESTEN ALEGRÍA FOTO 3		NOMBRE DE MUJER SUFIJO DIMINUTIVO			ACTINIO SE ... SE DEJE VER	
			HOMBRE MUY VALEROSO TUNANTA		UNIDAD FÓNICA ... PENN, ACTOR		
DE LA AORTA, PL. REAL DECRETO					TEJIDO SUTIL VE LO ESCRITO		UN SUFIJO PARTITIVO
	AUTOMÓVIL RUBIDIO			SOSLAYO CIENTO UNO			DECIGRAMO
EMPERATRIZ BIZANTINA PLIEGA			SUFRIR UNA CAÍDA			EN ROMANOS, 1505	
			FOTO 2			DAR EL ..., ENGAÑAR	



DAMERO

Nº 2.9011

1 H	2 S		4 C	5 E	6 E	7 H	8 C	9 K	10 C	11 C		13 L	14 L	15 N
	17 N	18 N	19 H	20 L	21 G	22 G	23 E	24 L	25 P		27 P	28 S	29 H	30 S
31 N		33 B	34 S	35 S	36 Q		38 K	39 Q	40 F	41 P	42 R	43 F		45 C
46 C	47 D	48 Q	49 R	50 B	51 S	52 D		54 B	55 R	56 M	57 I	58 Q	59 I	60 M
61 J	62 O		64 I	65 R	66 D	67 D		69 T	70 N	71 A	72 I	73 J	74 B	75 A
76 T	77 R	78 A	79 L	80 M		82 P	83 J	84 I	85 M		87 A	88 N		90 J
91 R	92 F	93 P	94 M	95 H	96 R	97 Q		99 B	100 O	101 G	102 D	103 M		105 I
106 Q		108 Q	109 A	110 L	111 K	112 T	113 I	114 J	115 O		117 M	118 T		120 A
121 O	122 F		124 K	125 P		127 E	128 K	129 K	130 O	131 T	132 O	133 F	134 P	135 B
136 G		138 H	139 J		141 D	142 T	143 G		145 O	146 N	147 L	148 S	149 T	150 F
151 E		153 J	154 E		156 H	157 G	158 K	159 G						

Fragmento del poema "Mediodía silencioso". Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerá el nombre y el apellido del autor.

A.
120 87 75 78 109 71

Iba a menos.

B.
54 99 135 74 50 33

Acepta.

C.
46 8 4 45 10 11

Bobos.

D.
66 67 52 47 141 102

Libro judío.

E.
154 151 127 6 5 23

Vayan al interior.

F.
40 43 92 150 122 133

Que tiene goma.

G.
143 159 157 136 21 22 101

Armadura, esqueleto.

H.
29 156 7 19 138 95 1

Vasija de barro o plástico para uso doméstico.

I.
84 59 113 57 64 72 105

Sufriré una recaída.

J.
114 139 153 83 90 73 61

Que no es docto, ignorante.

K.
111 128 38 129 9 158 124

No acertamos.

L.
110 13 24 147 20 79 14

Acción de llenar.

M.
56 94 60 103 85 117 80

Con dibujos de ramos, fem.

N.
18 70 17 31 88 146 15

Decimoprimeras.

O.
62 121 132 115 145 100 130

Sofoco muy grande.

P.
25 82 125 134 93 41 27

Guías nepalíes.

Q.
36 108 58 48 106 39 97

Pica con la espuela.

R.
55 49 96 77 42 91 65

Instrumentos para trillar.

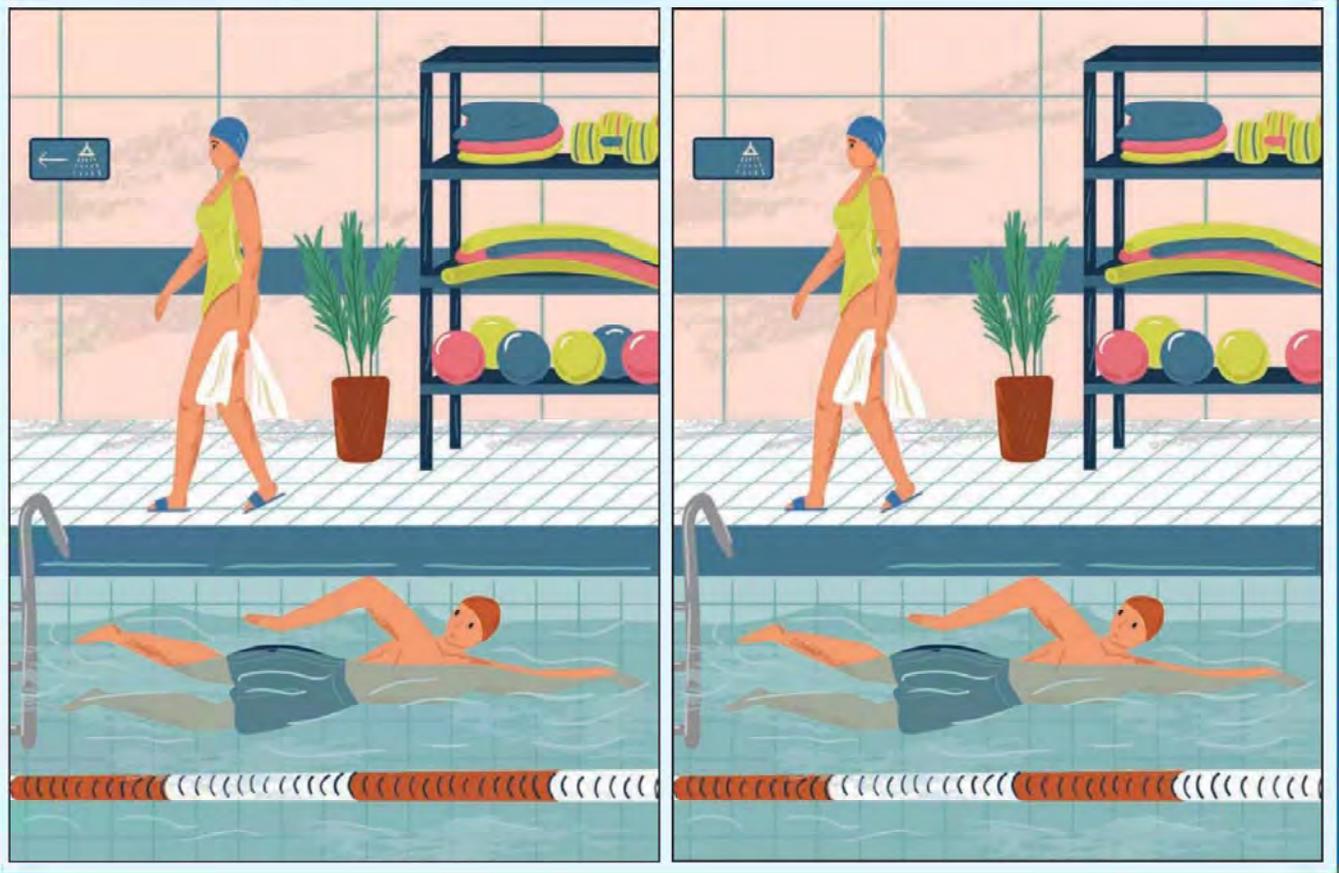
S.
35 30 28 148 2 51 34

Sendas estrechas.

T.
149 112 131 69 142 76 118

Di a entender.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.900

Dentro del agua me continuaba el embotamiento. Me alejé unos metros. En la playa, las sombras de la furgoneta y del automóvil habían variado. Los otros estaban tumbados...

Clave: Juan García Hortelano.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.847

- HORIZONTALES.
- 1: Fono. Meza.
 - 2: Faro. Sudaba.
 - 3: Alargad. Ray.
 - 4: MS. Denomine.
 - 5: Aires. Sondo.
 - 6: Fas. Nao.
 - 7: Pinto. Cisne.
 - 8: Acuerdos. AG.
 - 9: Lar. Cantase.
 - 10: Asaran. Alto.
 - 11: Esas. Asee.

- VERTICALES.
- 1: Fama. Pala.
 - 2: Falsificase.
 - 3: Ora. Ranuras.
 - 4: Nordeste. Ra.
 - 5: O. Ges. Orcas.
 - 6: San. Dan.
 - 7: Mudos. Con. A.
 - 8: ED. Monistas.
 - 9: Zarinás. Ale.
 - 10: Abandonaste.
 - 11: Ayeo. Egeo.

LIBROS

● **Sandwich.** Durante las últimas dos décadas, Rocky ha esperado con ganas la escapada anual de su familia a Cabo Cod. Y estas vacaciones prometen ser tan encantadoras como las de los otros veranos, excepto por las crisis hormonales de rabia y melancolía que le provoca la menopausia. Su cuerpo está cambiando, y también su vida. **Stephano Books. 16 €.**

● **El hombre que amaba los libros.** Bob es un bibliotecario jubilado que pasa los días en soledad rodeado de libros en su casa de color menta. Hasta que una mañana encuentra una anciana desorientada en el supermercado y la lleva de vuelta a la residencia donde vive y en donde empieza a colaborar como voluntario. **Plata Ed. 18,30 €**

● **Fertópolis.** Ganadora del Premio SM El Barco de Vapor 2025. Lola, huérfana desde muy pequeña, vive con sus tíos, con los que no se lleva bien. Su vida cambia cuando un día descubre

una misteriosa ciudad donde los niños son los jefes y pueden hacer lo que quieren. Pero deben tener cuidado con la malvada Bruja... que quizás no lo sea tanto. **SM. 12,50 €.**

● **Hoy honramos a los vivos.** Premio SM Gran Angular 2025. Lesya es una adolescente de 17 años que vive en una residencia universitaria desde que sus padres, con quienes no se entiende, y muchos de sus amigos emigraron. Pasa horas sola en su habitación, enganchada al móvil y un día recibe el mensaje de un desconocido. **SM. 12,50 €.**

● **La estudiante de Tiananmén.** Ya desde niña, Lai se da cuenta de la dura realidad del Estado chino. Cuando crece, recibe una beca para estudiar en la Universidad de Pekín y allí comienza a involucrarse en las protestas estudiantiles que han ido en aumento. Están a finales de la década de 1980 y el cambio se respira en el aire. Basada en hechos reales. **Maeva. 23 €.**



CINE ESTRENOS 20 DE JUNIO



June & John

Nac: Francia. **Dir:** Luc Besson. **Int:** Matilda Price, Luke Stanton Eddy, Honey Lauren, Don Scribner.

John (Luke Stanton Eddy), atrapado en una vida rutinaria y monótona, conoce a June (Matilda Price), una excéntrica chica, que pondrá su vida patas arriba. Juntos emprenderán un alocado viaje lleno de pasión y riesgo en el que desafiarán a la justicia y las normas sociales y que cambiará la vida de ambos para siempre.



28 años después

Nac: Gran Bretaña. **Dir:** Danny Boyle. **Int:** Jodie Comer, Aaron Taylor-Johnson, Ralph Fiennes.

Han pasado casi tres décadas desde lo que sucedió en la película *28 semanas después*, cuando un virus de la rabia se escapó de un laboratorio de armas biológicas infectando a millones de personas. Un grupo de supervivientes resiste en una pequeña isla, conectada al continente por una única carretera fuertemente custodiada.

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



ARIES

21/3 - 20/4

SALUD: Tendencia a la alergia o a los asuntos respiratorios más molestos que graves.

DINERO: Cobrarás algún dinero extra o te devolverán algo que no esperabas tan rápido.

AMOR: Ojo con las interferencias negativas de terceras personas sobre tu pareja.

Quema velas blancas contra la energía negativa.

TAURO

21/4 - 20/5

SALUD: Un chequeo arrojará luz sobre alguna posible alteración hormonal.

DINERO: Momento favorable para tirar de los contactos. A través de alguien conseguirás algo complicado.

AMOR: Cuidado con tu carácter impulsivo. Piensa antes de hablar.

Quemar velas rosas te ayudará en tus relaciones.

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: En la actividad física deberás aceptar y respetar tus límites.

DINERO: Aunque quieras ganar dinero rápido, desconfía de aquello demasiado bueno para ser cierto.

AMOR: Los astros anuncian un exceso de compromisos. Deberás tomar decisiones.

Deshazte de los objetos rotos que no utilices.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Trabajarás en el control mental. Promoverás un estilo de vida saludable.

DINERO: Gastarás más de lo previsto en tus familiares, quienes requerirán de ayuda extra.

AMOR: No te lleves las preocupaciones a casa ni dejes que interfieran en tus relaciones.

Lleva una turquesa para favorecer tu bienestar pleno.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Algún suceso inesperado te hará sentir afortunado y te motivará a cuidarte.

DINERO: Posible fin de algún trabajo. Búsqueda de nuevas oportunidades laborales.

AMOR: Recibirás muy buenos consejos que deberás escuchar de los seres queridos.

Una pirámide de cuarzo te canalizará la energía.

El mejor signo

Escorpio
Cristina Pedroche
30 de octubre de 1988 (36 años)



VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Sucesos cercanos a ti podrán desencadenarte miedos.

DINERO: Harás compras, reservas o pagos encaminados al verano. Planes de ocio o asuntos familiares.

AMOR: Querer tener razón a toda costa pondrá en riesgo alguna relación.

Prende velas violetas contra la energía negativa.

LIBRA

23/9 - 22/10

SALUD: Tomarás decisiones acertadas para mejorar tu bienestar.

DINERO: Posible periodo vacacional o de descanso. Cambio laboral o nuevos proyectos que te ilusionen.

AMOR: Alguien cercano necesitará de tu ayuda. Preocupación por algún ser querido.

Quema incienso de sándalo para la buena energía.

ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: Crecerá en ti un estado de bienestar, fuerza y entusiasmos.

DINERO: Recibirás buenas noticias que mejorarán tus finanzas. Entrada de dinero por distintas vías.

AMOR: Inicio sentimental o posible reconciliación. Los astros bendicen tus relaciones.

Una llave antigua será talismán para atraer la suerte.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Tendencia a las molestias de asuntos ginecológicos o urinarios.

DINERO: Días de sobre esfuerzo en los que deberás sacar adelante trabajo acumulado.

AMOR: Sentirás mayor claridad respecto a lo que necesitas. Llegará a tu vida la persona adecuada.

Quema incienso de rosas para mejorar el amor.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Posible cirugía o tratamiento médico necesario.

DINERO: Sucesos inesperados complicarán el cumplimiento de tus planes y estrategias.

AMOR: Encontrarás apoyo, cariño y consejo en tus seres más queridos. Te acercará a tu pareja.

Alguna pieza de plata atraerá la prosperidad.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Riesgo de reacciones adversas, alergias o intolerancias a detectar y poder evitar.

DINERO: Cambio laboral deseado. Reconocimiento. Mejoras profesionales.

AMOR: Cuidado con querer imponer tus puntos de vista con tiranía. No funcionará.

Lleva una amatista durante estos días para tu equilibrio.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Atiende los asuntos pendientes sin esperar a que se resuelvan solos.

DINERO: Continúas en un periodo de mucha actividad a la que hacer frente.

AMOR: Alguien cercano hará una declaración de sentimientos que puede ser un inicio sentimental.

Lleva alguna pieza de oro que favorezca tu suerte.

ALICIA GALVÁN

PRESENCIALES 2025

LA MAGIA COMIENZA CONTIGO

922 679 362
806 514 514

Coste 800, 121 €/min, red fija, 157 €/min, red móvil. IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio prestado por Alajada S.L., Apartado de Correos 145, Código Postal 38000, Tenerife.

Rafaela Vilchez
Vidente Natural

Auténtica experta en temas de amor

981 010 407
SOLO 0,60 CTS X MIN

Tu consejera amiga.
Amor, Salud, Dinero, Trabajo De tu a ti

806 450 223

Consultas claras y precisas

Coste máximo red fija 1,21 red móvil 1,52 €/min IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio prestado por Alajada S.L., Apartado de Correos 145 y Eric S.L. Ap. Correos 943870 Amosita.

Ania Iglesias:

"Mi madre no se murió hasta que no me vio en paz"

La que fuera concursante de la primera edición de 'Gran Hermano' nos cuenta cómo transita por el duelo que ha marcado su vida

HAN pasado 25 años desde que Ania Iglesias irrumpió en nuestras vidas. Fue de la mano del reality más famoso de la televisión, *Gran Hermano*, el programa que supuso un antes y un después y que convirtió a sus primeros concursantes en historia de la pequeña pantalla. Ania quedó finalista de aquella primera edición que vieron casi 10 millones de espectadores. Aquel experimento marcó su vida.

Hoy, más serena y consciente, nos abre no solo las puertas de su casa, sino también las de su alma. La pérdida de su madre la ha dejado desolada y desde ese dolor profundo, Ania nos cuenta que ha decidido transformar el duelo en impulso. La fama ya no la define: lo hace su historia y su presente.

Esta casa tiene algo muy especial.

Mucho. Es muy Feng Shui, es muy rectangular. He buscado eso. Todavía me queda mucho por hacer porque, en el fondo, soy una recién llegada a esta casa. Pero sí intento cuidar los colores, que todo sea armonioso. Yo siempre he dicho (y lo dije

en *Gran Hermano*, y a Jorge Javier le hacía mucha gracia) que mi casa es mi templo. En mi casa no puede entrar cualquiera. Tú tienes que llegar a tu casa y sentir que es un sitio donde te equilibras.

Y, de hecho, hay pedacitos de tu vida por todas partes.

Sí, hay cosas de mi nueva etapa, de mi nuevo proyecto vital, pero también objetos del pasado, como muebles de mi madre.

Esta entrevista es de las primeras que concedes después de... (interrumpe)

Después de perder a mi madre. De hecho, tenía mucha ilusión cuando compré la casa. La firmé el 5 de noviembre y toda mi ilusión era traer a mi madre. Acondicionarla lo más rápido posible para que ella pudiera disfrutar de los jardines, de todo... Pero no me dio tiempo, porque mamá se fue el día 24 de noviembre.

Tu madre aguantó mucho...

Sí, totalmente. Aguantó como una campeona. Y claro, la gente me dice: "Bueno, tu madre ya era mayor..."

Pero no solo era mayor...

Estaba enferma. Tenía Parkinson y demencia. Mi padre sí falleció de Alzheimer, y en los dos casos me he dado cuenta de algo: puede que no reconozcan tu nombre o ciertos datos, pero la forma de sentir sigue. Mi madre sabía. Es más, me eligió a mí para irse.

Se te entrecorta la voz.

Sí... Es que no la dejé sola ni un solo minuto durante los últimos meses.

Estuviste a su lado constantemente.

Durante los últimos años, en realidad. Trabajaba, sí,



FINAL HISTÓRICA
Ania se disputó el famoso maletín con Iván Armeño e Ismael Beiro. Este último se llevó el premio, 120.000 euros, que le entregó Mercedes Milá.



“Mi madre tenía Parkinson y demencia, pero me eligió a mí para irse. Ella lo sabía”

pero todo giraba en torno a ella. Era el centro de mi vida. Ahora me está costando llenar ese espacio, y eso que tengo una pareja estupenda, proyectos... Pero es que no era “una persona mayor” simplemente. Yo no he perdido a una abuelita.

¿Sientes que hiciste todo lo que podías por ella?

Sí... pero no del todo. Y eso es normal cuando has amado tanto a alguien. He aprendido mucho con su partida. Y ahora tengo una especie de misión.

¿A qué te refieres?

A educar sobre cómo nos despedimos. He tenido que hacer terapia. La forma en la que se fue fue traumática. No puedo ni detallarlo.

Se te nota triste...

Es que fue traumática, no por el hecho de que se haya ido, sino por cómo se fue.

¿Hablas de eutanasia, del buen morir?

Exacto. Nos tenemos que reeducar. Mi madre iba a recibir el alta... y de repente, pasó todo. Sientes una impotencia inmensa. Entiendo que cuando una persona se tiene que ir, se va... pero hay maneras y maneras de irse.

Hay muy poca información y seguimos tratando la muerte como un tabú.

Todos sabemos que va a llegar, pero nadie quiere hablar de ella. Ni prepararla. Y cuando la tenemos delante, apartamos la vista. Pero ver cómo una persona como tu madre o tu padre se va, sin poder hacer nada, mientras los protocolos médicos siguen su curso... Eso te deja una frustración inmensa. Es doloroso. ▶▶▶

Una de las estancias más especiales y con más luz de su casa es el dormitorio principal.



"Cuando salí de 'GH', llevaba un guardaespaldas y una sábana, para tirármela por encima si se acercaba un paparazzi. ¡Porque valía dinero la foto!"

▶▶▶ ¿Y esa frustración la estás canalizando en algo más?

Sí. Además de una carta, estoy desarrollando un proyecto que se llama *Entre almas*. Siempre he investigado sobre lo que pasa cuando dejamos este plano.

¿Y de qué trata?

Son entrevistas. A personas conocidas y no conocidas que han vivido situaciones límite, pérdidas... Quiero ayudar a normalizar ese paso. Estoy estudiando también nuevas narrativas audiovisuales, documentales con Televisión Española.

¿Has escrito algo sobre esto?

Sí. He escrito una carta a los médicos que están en ese momento clave. A los profesionales sanitarios. La he titulado "Sin previo aviso".

La compartiré cuando sea el momento.

Tienes alma de periodista.

Gracias. Pero es que yo no creo que haya llegado a la popularidad solo para enseñar a la gente a maquillarse. Hay gente muchísimo mejor que yo en eso. Yo quiero darle sentido a todo lo que me ha pasado.

Como tú misma has dicho, entraste a *Gran Hermano* con una intención muy clara: darte a conocer como actriz.

Sí, siempre lo he dicho. Entré para hacerme conocida, porque soy actriz, y eso me iba a dar trabajo.

Y te llegaron propuestas de todo tipo...

Uf, de todo. Por ejemplo, que me liara con Rodríguez Menéndez.



Vivió la peor parte de la fama: "Mucha gente quería un pedacito de Ania, por interés"

¡Qué fuerte! ¿No?

¡Y eso no es todo! Me propusieron un lío con Víctor Janeiro. Me lo propuso un paparazzi que conocía a mi agencia. Pero yo dije: "¡Si puedo ser su madre!". Era una forma de darte a conocer.

Un escaparate. Luego muchos lo han confesado: era un intercambio. "Yo necesitaba salir en prensa y tú necesitabas hacerte famosa".

¿Y rechazaste ese tipo de propuestas por convicción?

No me salía. Yo necesitaba la popularidad, sí, no lo niego. Pero también quería respetarme. Por eso cuando me llamaron de la productora, porque me habían visto en un debate sobre el culto al cuerpo, acepté. Estaba en un momento de mi vida en el que cualquier cosa me valía, pero con dignidad.

¿Cómo recuerdas esa fama tan bestia al salir de GH?

Yo no me lo creía. Mi representante decía que tenía que ir con guardaespaldas. Y yo: "¿Pero quién me va a hacer algo?" Y él: "Tú llévalo igual". ¡Y el guardaespaldas iba con una sábana!

"Al salir de 'Gran Hermano', me propusieron que tuviese un lío con Víctor Janeiro", confiesa

¿Una sábana?

Sí, para tirármela por encima si se acercaba un paparazzi. ¡Porque valía dinero una foto!

¿Qué dices?

Te juro que sí. ¡Y algunos compañeros salieron en el maletero de un coche! ¡Iván tuvo que salir metido en un maletero!

De pasar de tomarte una Coca-Cola tranquila a tener guardaespaldas con sábanas...

Imagínate. Y eso hoy sería viral. Como si J.Lo apareciera en Chueca. Una vez, casi nos vuelcan el coche.

Imagino que en ese momento viviste lo mejor y lo peor de la fama.

Totalmente. No solo el cariño de la gente, que es muy



Ania vive actualmente en Alcobendas, alejada del mundo de la televisión.

bonito, sino también la parte más hostil.

¿Lo sufriste mucho?

Sí. Mucha gente quería un pedacito de Ania. Y también periodistas que querían cosas conmigo por interés. Había nombres... que hoy diría: "Madre mía..."

Imagino que estuviste bastante tiempo sin pareja.

Mucho. Porque no sabes quién se te acerca a ti por quién eres y quién por lo que eres y la fama que tienes.

Ahora tienes pareja, ¿no? ¿Cómo apareció?

Fue en octubre de 2023, cuando me dijeron que mi madre se me iba. Me dijeron que tenía que despedirme de ella, pero al final salió adelante y justo en ese momento apareció él.

Parece que tu madre tuvo que quedarse un poco más para que apareciera él... ¿Lo sientes así?

Sí. Así fue. Ella se fue en paz, sabiendo que yo estaba bien. Ya tenía esta casa, era feliz con mi pareja...

¿Y ahora la pregunta obligada! ¿Boda a la vista?

Espero.

¿Te animas a escribir tus memorias?

No exactamente. No para lucrarme, sino como un regalo. Siempre he sido muy generosa, y creo que por eso no he proyectado mi carrera más allá. Nunca he sido de poner el dinero por delante.

.....
Iván Reboso/ Alberto Bernárdez
Vestuario: Toplove-Molly Bracken-
Maquillaje y peluquería: Alberto
Dugarte Institute

Fabiola Martínez disfruta de una noche muy especial

Fue una de las galardonadas en la IX edición de la cena benéfica de la Fundación Querer, presidida por Pilar García de la Granja

DESTACADOS rostros del mundo de la música, televisión, cultura, sociedad, política y economía acudieron a la IX edición de la cena de benéfica de la Fundación Querer, presidida por Pilar García de la Granja. Entre ellos se encontraban Eugenia Martínez de Irujo y su marido, el productor musical Narcís Rebollo, que siempre muestran su apoyo incondicional a esta institución sin ánimo de lucro que trabaja para la educación, investigación, difusión y concienciación social relacionadas con los niños con

Fabiola Martínez junto a la periodista Pilar García de la Granja, presidenta de la Fundación Querer.



La duquesa de Montoro y su marido quisieron aportar a la gala solidaria un regalo muy especial: la actuación de Pablo Alborán



Eugenia Martínez de Irujo y Narcís Rebollo, incondicionales de esta tradicional gala.



Christian Gálvez y Patricia Pardo disfrutaron juntos de la noche.



Cristina Tárrega acudió junto a su pareja, Mami Quevedo.

necesidades especiales derivadas de sus enfermedades neurológicas y trastornos del lenguaje. En esta ocasión, el matrimonio colaboró regalando la actuación del cantante Pablo Alborán, que hizo las delicias de los invitados.

Mucha emoción

Junto a ellos se encontraban otras parejas, como la de los presentadores Christian Gálvez y Patricia Pardo y Cristina Tárrega y el exfutbolista Mami Quevedo, que disfrutaron de la cena y de la posterior entrega de premios.

En ella tuvo un especial protagonismo Fabiola Mar-

tínez, galardonada junto con otras dos mujeres, madres de niños con necesidades especiales, cuyas historias emocionaron a todos los allí presentes. Fabiola quiso poner en valor la labor de Bertín Osborne como padre, cuestionado recientemente por Gabriela Guillén: "Yo, como madre de sus hijos, estoy contenta. Los años que estuve con Bertín fueron maravillosos. Tengo dos hijos estupendos, a los que amo y que son mi vida", aseguró.

Joaquín Prat fue el encargado de conducir la rifa, que puso el broche de oro a esta velada solidaria. ■



Joaquín Prat fue el encargado de conducir la rifa.



El cantante Pablo Alborán amenizó la velada.

'La Familia de la Tele' no continuará en TVE



Por ahora, y hasta que se le busque un sustituto, el formato continuará en la parrilla de La 1 a las 19:30h de la tarde.

● Malas noticias para los integrantes de *La Familia de la Tele*. El programa no continuará en Televisión Española cuando acabe la actual temporada debido a sus malas audiencias.

Por el momento y tras diversos cambios, el formato liderado por María Patiño,

Inés Hernand e Aitor Albi-zua se ubicará en la franja de las 19:30h, la misma de la que fue retirado hace unas semanas.

Tal y como ha trascendido en los últimos días y ha confirmado fuentes de la cadena pública, esta situación se mantendrá así hasta, como

mínimo, la primera semana de julio, que es cuando dará comienzo la etapa final del Tour de Francia 2025.

Aunque la productora tiene contrato vigente con TVE hasta finales de mes, por lo que se desconoce si completarán los 57 programas contratados.

Por el momento, algunos de sus integrantes se han pronunciado, esperando a que haya una confirmación oficial por parte de TVE.

"Tú decides mi destino como espectador, pero no minas mis ganas de volver a entrar en tu salón", ha dicho María Patiño en sus redes.



El equipo del programa se ha mostrado resignado con la noticia. "Aposté y no perdí", ha dicho María Patiño



El contrato de la productora con RTVE finaliza a finales de julio, pero se espera que el programa finalice antes del día 5, que es cuando arranca el Tour.

Lara Álvarez aterriza en TVE al frente de 'La Conexión'

● La periodista regresa a la televisión un año después de su salida de Mediaset con un concurso de preguntas y respuestas que promete sorprender en el prime time de La 1.

"No puedo estar más feliz,

esta es la casa de la ilusión. Ha sido todo un reto. Es un nuevo registro para mí. Me atrevo a decir que es el proyecto de mi vida. Es cultura divertida, que hace falta. Es muy jugable desde casa", ha confesado la propia Lara.



Marta Flich abandona 'Todo es mentira' y Mediaset

● La presentadora ha puesto punto final a su etapa en el formato que conducía junto a Risto Mejide en las tardes de Cuatro.

Seis años después de su llegada a Mediaset ha

decidido tomar un nuevo camino. "El corazón de esta casa son las personas que trabajan detrás de las cámaras. Nos vemos, no sé dónde, pero nos vemos", afirmaba emocionada en su adiós.

Cristina Lasvignes sustituirá a Jorge Javier en verano

● Cristina Lasvignes regresa a la televisión para ponerse al frente de *El Diario de Verano* durante las vacaciones de Jorge Javier Vázquez. Tanto en radio como en televisión, la periodista tiene una dilatada trayectoria. Ha estado al frente del mítico *Hablar por hablar* en la Ser o *Tal cual lo contamos* (Antena 3).



Fue presentadora del programa de la tarde de Antena 3 que se enfrentó a 'Sálvame': 'Tal cual lo contamos'.

Jero García destapa los secretos de 'Hermano mayor'



● El que fue presentador del polémico formato de Cuatro ha roto su silencio años después para destapar todo lo que nunca se llegó a contar del funcionamiento del programa. Jero ha afirmado que llegó a sufrir amenazas con pistolas, puñales o sprays de defensa personal y que hubo conflictos que nunca se emitieron por-

que había involucrados actos delictivos: "Eso me lo he comido yo". "Uno me sacó un puñal y me amenazó, al ver que no me achantaba, saltó por una ventana. Llegó a intentar atropellarme con una moto. En esos casos, yo solo podía reducirles y que luego el equipo se lo llevase", contó en el podcast *The Wild Project*.

Pablo Chiapella será 'cupido' en TVE

● El actor, conocido por su papel de Amador Rivas en *La que se avecina*, ha fichado por Televisión Española para conducir un nuevo programa de búsqueda de parejas que se llamará *¿Algo que declarar?* y que se emitirá próximamente.



Los participantes de este nuevo formato destaparán sus secretos más inconfesables para encontrar el amor. Llegarán con maletas de distinto tamaño, ocultando en cada una de

ellas un secreto muy personal. Cuando más grande sea la maleta, mayor será la importancia del secreto.

★ PELÍCULA

'Fuera de la ley', el millón de dólares que dinamita la paz de un pequeño pueblo y nos hace reflexionar

Plataforma: Movistar Plus+

Int: Himesh Patel, Joseph Gordon-Levitt, Lily James, Uzo Aduba, Tim Blake Nelson, Simon Rex y Nina Arianda.



Los protagonistas se ven envueltos en un escándalo, que deriva en una situación tragicómica.

● Aunque está catalogada como comedia, probablemente te costará ubicarla en el tradicional cine que te hace reír, ya que retuerce el humor al puro estilo Quentin Tarantino.

Cuenta la historia de dos agentes de la policía, Will (Himesh Patel) y Terry (Joseph Gordon-Levitt) que se ven envueltos en un sorprendente crimen. Y es que en el pueblo en el que trabajan aparece un millón de dólares de la nada.

Sus habitantes, tan peculiares como codiciosos, quieren una parte del botín. Todos ellos van tomando una serie de decisiones cada vez más equivocadas y al margen de la ley que convierte en un auténtico polvorín lo que era una comunidad tranquila y pacífica.



Esa es la parte más cómica y también la que nos acerca a la historia, porque nos podría pasar a cualquiera si llegase el caso. Y justo de esa comicidad, se va escalando hasta un final más triste. La vida misma. Si te gustan las películas que te hacen reflexionar, esta es perfecta para ti.



★ SERIE

'Matices', un thriller psicológico nunca visto coronado por un reparto de lujo encabezado por Elsa Pataky

Plataforma: Movistar Plus+

Int: Elsa Pataky, Enrique Arce, Maxi Iglesias, Juana Acosta, Hovik Keuchkerian y Miriam Giovanelli.



★ ¡NUESTRA SERIE FAVORITA!

Con esta serie, Elsa Pataky ha vuelto a trabajar en España.

● Siguiendo la estela de la televisión convencional, esta nueva serie de SkyShowtime (Disponible en Movistar Plus+) te va a mantener en tensión durante todo el arranque del verano. Los primeros cuatro capítulos ya están disponibles. El resto, uno por semana hasta completar los ocho de su primera temporada.

Seis pacientes, un psiquiatra, una bodega, una catarsis para soltar todos los traumas y un asesinato. Esa es la premisa de la que parte la ficción, que no deja de girar. Ya desde el primer capítulo nos podemos percatar por qué sus creadores decidieron llamarla *Matices*, y es que todo en ella es una maraña difícil de desentrañar.

Destaca la figura de la actriz Elsa Pataky, que regresa a una serie española tras más de dos décadas, siendo la hija del doctor que lleva a cabo la terapia.

Como todos son sospechosos, la ficción se convierte en un auténtico tablero de ajedrez en el que sólo puede quedar uno. Una vez más, esta historia nos demuestra que el pasado siempre nos termina persiguiendo.

★ DOCUMENTAL

'Titán', la tragedia que nos conmocionó a todos

Plataforma: Netflix

● Se cumplen dos años del naufragio que nos mantuvo en vilo más de una semana, el del batiscafo *Titán*. Justo por eso, este documental es estremecedor de principio a fin. Es el análisis completo y exhaustivo de cómo una oportunidad, a priori, única se convierte en el cementerio de cinco personas multimillonarias. Revelaciones como que los tripulantes pudieron oír poco a poco, en cada inmersión, cómo la fibra de carbono con la que estaba hecha la nave se resquebrajaba sin remedio, te hielan la sangre. Sin duda, una visión muy completa que cuenta con expertos y con el entorno de las víctimas que te mantendrán las dos horas de documental sin poder despegarte de la pantalla.



NETFLIX

¿RECONCILIACIÓN?

Terelu ha regresado de Honduras más conciliadora, dispuesta a tender puentes con las personas de las que estaba distanciada.

Terelu firma la paz con Lydia Lozano y Belén Rodríguez

Se ha reencontrado con dos de sus 'enemigas' de los últimos tiempos y todo ha sido cariño y cordialidad. ¿Qué ha pasado?

EL sol, la playa y su periplo por los Cayos Cochinos parecen haber sido, como cantaba Enrique Iglesias, toda una experiencia religiosa para Terelu Campos.

Viajó a *Supervivientes* con un sinfín de frentes abiertos: desde su guerra con Belén Rodríguez a su conflicto con sus excompañeros de *Sálvame*, pasando por el tsunami que provocaron los audios de Alejandra Rubio insultando a su tía Carmen.

Pero todo eso se ha diluido y parece haber quedado atrás para la hija de María Teresa Campos, que se muestra más conciliadora que nunca y dispuesta a tender puentes con los que, hasta ahora, eran sus enemigos.

"No he tenido nunca problemas con ninguno de vosotros ni he iniciado una guerra", le dijo Terelu a Lydia

¿Las primeras? Lydia Lozano y Belén Rodríguez, con las que ha firmado la paz la misma semana de su vuelta.

Lydia acudió como reportera a la presentación de la obra de teatro de Terelu y, nada más verla, la presentadora gritó: "Lily, no te vayas. Tenemos que hablar luego".

"Yo te he dado mucha caña", le respondía con cautela Lydia. "Eso ya lo sé. Mira, yo, de verdad... No he tenido nunca problemas con ninguno de vosotros ni he iniciado una guerra jamás en la vida. Cuando os he dicho que os quiero, lo he dicho de verdad. Me hubiese gustado que cuando alguno o alguna me ha dicho que me quiere, lo hubiese dicho de verdad. Pero sabes que soy

Lydia acudió a la presentación de la obra de Terelu y acabaron fundiéndose en un abrazo.



la tía menos rencorosa del mundo".

Ese emotivo encuentro acabó con un abrazo entre ambas, la promesa de una cena y una emocionada Lydia Lozano dedicándole un "Te quiero".

Algo más breve fue el que mantuvo con Belén Rodríguez, la que fue su gran amiga, que una semana antes sentenció que Terelu había sido "su gran decepción".

Como si nada, ambas coincidieron en un bar cercano a Mediaset y se abrazaron. Belén se despidió de ella con un "adiós, cariño".

"Me preguntó si me podía saludar y yo le dije que sí. Me voy a mi casa y digo 'pobre Terelu', la tenía bloqueada y la desbloqueé", contó Belén días después en *Fiesta*.

El primer paso ya se ha dado pero a Terelu aún le queda una conversación pendiente con Belén y Lydia. Para Rodríguez el dolor aún sigue. No va a ser tan sencillo olvidar. ■



Belén y Terelu se reencontraron por casualidad en un bar cercano a Mediaset y se dieron dos besos muy cariñosos.

Bárbara Rey:

"Del dinero de los españoles viven otros, yo no"

Durante años, su silencio valió oro, pero ahora la artista asegura que ha llegado el momento de contar la verdad o, al menos, su verdad en forma de memorias

La publicación de las memorias de Bárbara Rey, *Yo, Bárbara*, editadas por Plaza & Janés, ha causado una gran curiosidad y expectación. Y eso se notó en la presentación del libro, en el madrileño Hotel Intercontinental, un cambio de ubicación de última hora ya que estaba previsto que el lugar elegido fuera el antiguo Palacio de Linares, hoy Casa de América. Allí nos reunimos un centenar de periodistas para escuchar a Bárbara, que llegó radiante, vestida de blanco, acompañada por su hija, Sofía, y con ganas de hablar, de bromear y de emocionarse incluso.

¿Cómo te sientes en un día como hoy?

Quiero decir, lo primero, que todo lo que se ha escrito es cierto. Yo llevo escribiendo cosas desde hace muchos años y mi hija lo sabe. Posteriormente, la editorial me puso una persona maravillosa que me ha ayudado mucho y, durante un año y medio, hemos estado trabajando codo a codo. Hemos buscado sacar todos mis sentimientos, porque lo más importante no es solo lo que te

ocurre, sino por qué te ocurre, cómo te sientes y cómo lo llevas adelante. También quería decir una cosa de Casa de América (donde se iba a llevar a cabo la presentación), lo mismo ha aparecido un fantasma porque hay fantasmas muy vivientes. Yo, en el fondo, lo agradezco, porque estamos en un hotel maravilloso.

"Nunca he recibido 600 millones por parte del Rey. En el libro cuento lo que se me ha dado y lo que yo he pedido"

Este libro habla de tu infancia, de la relación con tus padres, pero también dices que te habías colado en palacios y en portales por las noches.

He dormido más en portales que en palacios. En palacios he estado más de paso.

De todo lo que has escrito, ¿qué es lo que más te ha costado revivir?

Hay muchas cosas que me han removido mucho y con las que he llorado muchísimo

porque han sido situaciones duras de mi matrimonio, de mi hijo... pero lo que más me ha removido ha sido hablar de la situación que atravesé con el Rey Juan Carlos cuando, mal influenciada por una persona, tomé la decisión de grabarle, porque era algo que no iba conmigo. Yo llevaba recibiendo llamadas tuyas desde que tenía 27 años. Cuando no estaba en casa, me dejaba todas las llamadas grabadas en el contestador y yo siempre las borraba. A veces le llamaba la atención incluso y le decía que tuviera cuidado y no dijera ciertas cosas. En ocasiones me contaba cosas delicadas que podían ser un riesgo para él. Nunca tuve la intención de hacerle nada en contra, pero en un momento límite, tanto por mi situación personal como por mi situación con él, lo hice, y me hubiera gustado no hacerlo.

Hay quien afirma que chantajeaste a Don Juan Carlos, ¿qué les dirías?

A una persona con la que he estado sí que le he pedido dinero. Unos lo llaman chantaje, otros lo llaman negociación... lo que sí puedo de-

cir es que nunca he recibido 600 millones. Me gustaría saber dónde fue el dinero. Yo reconozco en el libro lo que se me ha dado y lo que he pedido. Lo otro me gustaría que lo demostrasen. A los que me han acusado de vivir del dinero de los españoles, les diría que del dinero de los españoles viven otros, yo no. De mi libro, el 50% va para Hacienda, como de mis otros trabajos.

¿Por qué crees que él tomó la actitud que tomó tras romper la relación?

La actitud de él es la de siempre, la de quitarse los problemas y no saber por qué ocurre una cosa u otra: el no querer hablar conmigo para ver qué es lo que me ha llevado a tomar algunas determinaciones. Es lo primero que tendría que haber hecho, porque igual que tuvo la valentía de llamarme y entrar en mi vida cuando yo no le conocía, tendría que haberse preocupado de qué había pasado, porque él me conocía muy bien y sabía perfectamente cómo era. Se cansaba de decir que era muy buena persona, eso sí, porque no decía muchos piropos. De hecho, la relación



ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



"Lo que más me ha removido ha sido hablar de cuando, mal influenciada por una persona, tomé la decisión de grabar al Rey"

se termina justo por eso. Si él hubiera hecho lo más mínimo, eso se hubiera quedado ahí y, posiblemente, hubiéramos continuado.

¿Cómo te afectó vuestra ruptura?

Yo seguía teniendo una relación con él, en realidad, porque le tenía aprecio y porque consideraba que él tenía que verme por sus necesidades, que quedan claras cuáles eran. Pero, a nivel de sentimientos, la cosa no me afectó demasiado. Pude comprobar qué tipo de persona era y me quedé muy tranquila.

Dices que no temes una demanda porque el Rey tendría que perder más que tú.

Lo que quiero decir es que puede pasar igual que ha ocurrido con la demanda de Miguel Ángel Revilla, que lo que ha hecho es remover cosas y ha repercutido en contra de él y a favor de Revilla. Él era un hombre que estaba casado y que tenía unos compromisos con el país, yo estaba soltera.

¿El Rey emérito no se va a leer el libro?

Como él tiene tanto poder, lo mismo manda que se lo lea alguien que tenga allí de compañía. Porque, a ciertas edades, ya no debemos forzar la vista.

¿Y Ángel Cristo, tu hijo, lo hará?

Mi hijo ha dicho que le gusta mucho leer. ▶▶▶



Bárbara contó con la compañía y el apoyo de su hija, Sofía, en la presentación de sus memorias.



La artista no ha querido contar el desagradable encuentro que asegura que vivió con Adolfo Suárez.

▶▶▶ Desde pequeño le compraba todos los libros que había. No sé si seguirá con la misma afición, porque depende de con quien vas... Es posible, no sé.

¿Crees que Ángel podría responder a ciertas cosas que has escrito?

No tengo muchas ganas de hablar de mi hijo, pero me puedo esperar cualquier cosa tanto de él como de ella. Lo llevan haciendo desde hace muchísimo tiempo, diciendo barbaridades, pero no voy a corresponder. Me lo espero porque siempre está buscando la oportunidad para decir algo.

¿Esa generosidad por tu parte de no hablar sobre Ángel es un puente que tiendes hacia él?

No. Esa generosidad es porque es mi hijo y le quiero, lo he parido. Yo lo que pretendo es que le vaya fenomenal, que esté muy bien y que tenga una vida tranquila y feliz. Mi hija y yo sabemos lo que hemos vivido, con él y sin él, cómo nos hemos comportado en la vida, y deseo que le vaya bien. Nosotras estamos de maravilla así. Estamos felices, a gusto, tranquilas y dormimos en paz. Con eso creo que está todo dicho.

En el libro cuentas que viviste una situación muy incómoda con Adolfo Suárez, ¿puedes profundizar algo más?

Las situaciones incómodas pueden ser por muchos motivos, pero como no lo voy a decir... Si su hijo tiene interés en saber lo que me ocurrió con su padre que se ponga en contacto conmigo y se lo contaré a él. En el libro no lo cuento por su familia y porque tiene un aeropuerto a su nombre.

¿Quién dirías que es el amor que más te ha marcado positivamente?

Fue una relación que tuve al año de separarme y con la que pasé solo un mes, porque después se marchó. Fui tan feliz y estuve tan a gusto... Se llamaba Cristian y fue maravilloso. Mi hija lo conocía y sabe lo guapo que era. Fue el verano más feliz de mi vida con un hombre. Me lo hubiera quedado para toda la vida, pero no lo hice por mi hijo. Él, que tenía tanto miedo a los malos tratos, algo a lo que parece que ahora no le da importancia, tenía miedo de que yo tuviera un hombre al lado. No he rehecho mi vida por eso y, cuando han sido mayores, no me han salido las cosas bien y no pasa nada.

"Sofía y yo sabemos lo que hemos vivido con mi hijo. Nosotras estamos felices, a gusto, tranquilas y dormimos en paz"

¿Hay sitio ahora para el amor?

El tema del amor no se lo puede plantear uno, son cosas que pueden surgir. Yo llevo muchos años sin tener a alguien al lado. Duermo bien sola. En mi casa no ha dormido nunca nadie porque he respetado muchísimo a mis hijos. Parezco muy descarada por mi trabajo, pero soy muy tímida para el tema amor. Y ahora meter en mi casa a alguien es muy difícil, porque vivo en un piso más pequeño, porque tuve que vender el chalet para pagar a Hacienda. Y menos mal que lo tenía.

¿Te has llamado algún romance en tus memorias?

Hay una persona que no nombro, que ya falleció. Por respeto nunca lo he hecho. Fue una persona a la que quise mucho y se portó muy bien conmigo cuando era joven. Parece que he sido muy alocada, pero, hasta después de diez años de mi separación, no empecé con Fran Francés. Ahora no tengo nada. Siempre me han gustado los hombres de mi edad, pero se cuidan muy poco. Ya estoy pensando en elegir chicos bastante jóvenes, ya que me pongo. Pero no tengo nadie a tiro.

Si Joaquín Garrigues Walker no hubiera muerto, ¿hubiera podido ser un hombre importante en tu vida?

Incluso muerto es un hombre importante en mi vida.

¿Te enamoraste de él?

Creo que sí, pero nunca llegamos a tener una relación íntima.

¿Has recibido alguna presión por parte de la Monarquía, o del Gobierno, para que no sigas hablando?

No. A mí el único que me llamaba era el Rey Juan Carlos, pero desde que se fue he perdido toda conexión con la realeza. Y es una pena porque ya estaba como subidita de tono pensando en las amistades tan importantes que tenía. Pero este hombre se fue tan lejos que ya nadie me quiere en el palacio. Hace ya muchísimos años que me llevan grabando, pero, de un tiempo a esta parte, se graba absolutamente todo y saben perfectamente de dónde salen los tiros y que yo no tengo nada que ver con lo que ha salido. Es que tampoco uno se puede fiar de las personas que mandas a grabar.

Raquel Martínez

"QUE UN HIJO TENGA TU SANGRE NO SIGNIFICA QUE DEJES QUE TE DESTRUYA"



Bárbara se rompió al ver unas imágenes de su hijo bastante alterado.

Aunque Bárbara Rey rehuyó hablar de su hijo, Ángel Cristo, en la presentación de su libro, poco más de 24 horas después, en el programa ¡De Viernes! (Telecinco), fue mucho más explícita tras visualizar en directo un vídeo en el que Ángel se mostraba bastante alterado tras releer unas cartas que él mismo escribió a su madre hace años en las que criticaba a su padre.

"No me sorprende. Me da una pena y un dolor tremendo. Me produce triste-

za verle así y que esto sea público me duele en el alma", aseguraba Bárbara tras ver las imágenes.

"Siempre he tratado de que nadie supiera nada. No quiero hablar.

Una cosa es lo que puedas ver en privado y otra es que vosotros tengáis esto... Siempre lo he querido y he hablado bien de él", continuaba la artista sin poder contener las lágrimas.

"Sé lo que he hecho por mis hijos. Estoy aprendiendo a quererme y a

salir adelante. Si mi hijo me perdona o no es algo que ya no me preocupa. Hay muchas mujeres en este país que pasan por la misma situación que hemos pasado mi hija y yo. En la vida hay que ser valiente. Que un hijo tenga tu sangre no significa que dejes que te destruya. Se lo recomiendo a cualquier mujer: no debemos permitirlo. Llega un momento que uno tiene que sobrevivir y si eso significa no estar con un hijo, no se está", concluía Bárbara con contundencia.

EN LOS ÁNGELES



La distancia, lejos de separar al matrimonio, los está uniendo mucho más.

Sergio Ramos y Pilar Rubio, juntos para celebrar su aniversario

Actualmente, ella vive en España mientras que él reside en México



LEVAN 15 años juntos y seis como marido y mujer. Sergio Ramos (39) y Pilar Rubio (47) han querido celebrar su sexto aniversario de boda por todo lo alto: con un viaje a Los Ángeles, el lugar donde comenzó su historia de amor. "Seis años del 'sí, quiero', seis años que lo son todo. Te amo", escribe el futbolista junto a un romántico álbum de fotos de su estancia en la ciudad.

A comienzos de este año, Sergio Ramos se trasladaba a vivir a San Pedro Garza García, una de las zonas más exclusivas y seguras de México, tras fichar por el equipo Rayados de Monterrey. Un nuevo reto profesional que, sin embargo, le mantiene alejado de su familia. Pilar ha reconocido en varias ocasiones que echa de menos a su marido, pero siempre encuentra el momento para hacer las maletas y reunirse con él. Así lo ha hecho ahora, coincidiendo con esta fecha tan señalada.

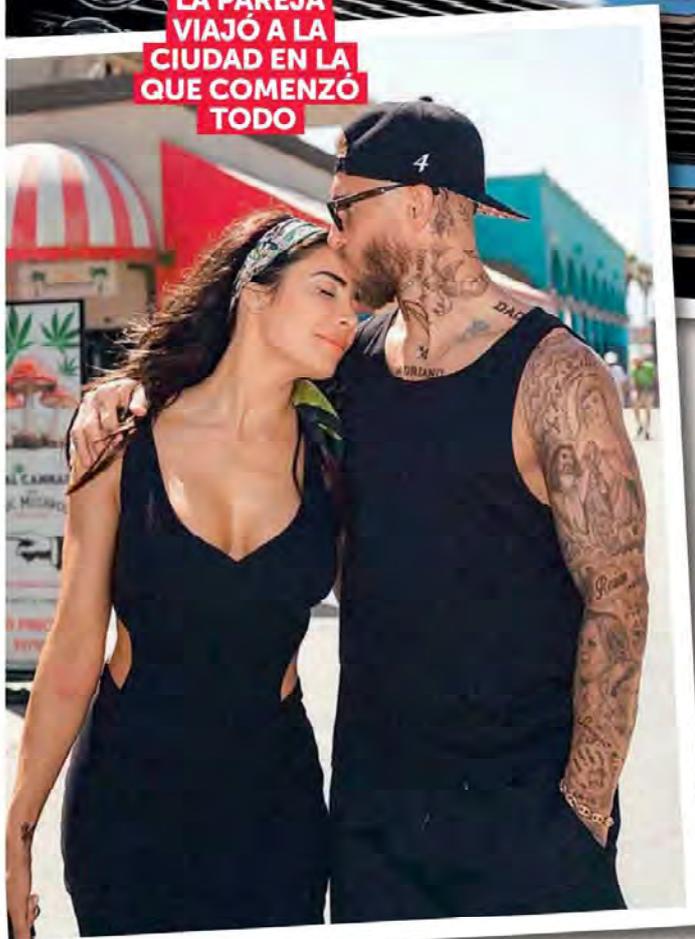
Días especiales

La famosa pareja ha querido compartir algunos de los momentos más especiales de este viaje de aniversario: "Seis años de querernos, comprendemos, disfrutar en familia y en pareja, celebrar con amigos, crecer, reír, llorar, emocionarnos, adaptarnos a cambios... y seguir siendo nosotros, juntos".

El matrimonio ha viajado hasta el lugar en el que comenzó todo, allá por 2010. "¡Qué bueno celebrarlo juntos en la ciudad donde todo empezó! ¡L.A. Forever!", subrayaban ambos. Y es que, a pesar de la distancia que les separa, su relación sigue intacta, rebotante de amor y complicidad. ■



LA PAREJA VIAJÓ A LA CIUDAD EN LA QUE COMENZÓ TODO



"Seis años de querernos, comprendemos, disfrutar en familia y en pareja, celebrar con amigos, crecer, reír, llorar, emocionarnos, adaptarnos a cambios... y seguir siendo nosotros, juntos"

FELICES

Ana Boyer y Fernando Verdasco: escapada en pareja a Ibiza

La hija de Isabel Preysler y el extenista disfrutaron de unos días solos en la isla Pitiusa sin la compañía de sus tres hijos



Fernando immortalizó con su cámara las bellas calas ibicencas.



En breve disfrutarán junto a sus niños de sus vacaciones estivales.



La menor de las Preysler supervisó las fotos que le hizo su marido.



Ana, al igual que Fernando, es una enamorada de la isla.

LES encanta pasar tiempo en compañía de su familia, en general, y de sus tres hijos, en particular. Sin embargo, de vez en cuando, a Ana Boyer (36) y a Fernando Verdasco (41) también les gusta protagonizar alguna que otra escapada en pareja para disfrutar el uno del otro. Y qué mejor lugar para ello que la paradisíaca isla de Ibiza, de la que el extenista y la hija menor de Isabel Preysler son unos enamorados.

Su mejor modelo

Tal y como se puede ver en estas imágenes que les ofrece SEMANA, la pareja, que en diciembre cumplirá su octavo aniversario de boda, dio agradables paseos por las calas que aprovecharon para charlar tranquilamente sin tener que estar pendientes de sus pequeños, que, como

es lógico, debido a su tiernas edades, requieren de constante atención.

Fernando, aficionado a la fotografía, aprovechó para immortalizar con su cámara el bello paraje y, por supuesto, a Ana, que, ya acostumbrada a posar en los *photocalls*, ejerció a la perfección de improvisada modelo.

El próximo mes de diciembre celebrará su octavo aniversario de boda

Una estupenda escapada que a ambos les servirá para cargar pilas antes de disfrutar un poco más adelante de las vacaciones estivales familiares. ■

La Princesa Leonor, maniobras en la recta final

Tras su travesía atlántica en el buque Juan Sebastián de Elcano, se ha embarcado en la fragata de guerra Blas de Lezo



La heredera al trono (19) luciendo el uniforme de guardiamarina con orgullo.



La hija de los Reyes Felipe y Letizia se enfrenta al último tramo de su formación naval. A finales de agosto ingresará en la Academia General del Aire en la Academia de San Javier de Murcia

EL REY FELIPE, PILOTO ESTILO 'TOP GUN'

L EONOR, como salida de *Oficial y caballero*; y el Rey Felipe, rivalizando con Tom Cruise en *Top Gun*... Salvando las distancias y permitiéndonos un cierto toque de humor, estas dos imágenes de la heredera y su padre forman un curioso díptico, pero complementario.

Ambos momentos se han producido el pasado fin de semana. Así, mientras la Princesa se embarcaba en la fragata Blas de Lezo, anclada en Las Palmas de Gran Canaria; el monarca asistía al Festival Aéreo "AIRE 25" celebrado en la Academia de San Javier (Murcia) para conmemorar el 40º aniversario de la Patrulla Águila.

Fin de curso

Por cierto, este último lugar será el próximo destino de Leonor en el que se convertirá en su tercer y último año de formación militar.

Participa en maniobras con fuego real en la fragata Blas de Lezo. A mediados de julio termina su año en la Marina

La Princesa reaparecía en el puerto canario tras haber regresado en avión desde Nueva York, en la que fue su última escala con el buque escuela Elcano. La fragata Blas de Lezo está dotada con la última tecnología y en ella realizará maniobras de guerra, conocidas como el ejercicio Sinkex 25. El próximo 3 de julio Leonor se reencontrará con sus compañeros en Gijón para encarar la recta final en la Marina.

Fotos: Casa de S.M. el Rey y Gtres.



Enfundado en el mono de vuelo en la Base de San Javier. El Rey Felipe (57) lució así de atractivo para conmemorar el 40º aniversario de la Patrulla Águila, cuyos primeros aviones ya se jubilan del servicio. El monarca probó el nuevo modelo Pilatus PC-21 (E.27) y pilotó el avión acompañado.



Momento en el que el obispo Johan Dalman de Drottningholm levanta a la recién bautizada. La princesa Sofía lucía un vestido amarillo de Lars Wallin.



Inés de Suecia, el gran bautizo de la 'reina' de la casa

La menor de los cuatro hijos de Carlos Felipe y Sofía de Suecia, que es la única niña, congregó a toda la Familia Real en una tradicional ceremonia



INÉS, LA ESTRELLA

A sus 4 meses, la pequeña Inés se portó de maravilla en su gran día. Tras recibir el agua bautismal, que había sido vertido en la pila por sus tres hermanitos mayores, la dejaron reposando en una impresionante cuna, construida en 1826 para el rey Carlos XV. Inés no se quejó nada y acaparó el cariño de todos, entre ellos sus abuelos y de una madrina muy especial, su prima Estella, de 13 años.



INÉS ha sido la última en llegar al hogar de los príncipes Carlos Felipe y Sofía de Suecia, pero rápidamente se los ha metido a todos en el bolsillo. Y es que es la pequeña de sus cuatro hijos, pero sobre todo es la única niña y eso marca la diferencia.

Sus papás han esperado a tener más de 40 años para arrullarla en sus brazos después de tres varones y ahora esta preciosa bebé, que nació el pasado 7 de febrero, es la muñequita de su casa.

Por todo ello, su bautizo se ha convertido en un evento muy especial. Salvo sorpresas, de momento podría ser el último de un nieto de los reyes Carlos Gustavo y Silvia de Suecia.

Diez años casados

La ceremonia se celebró el viernes 13 de junio y fue por todo lo alto, tal y como corresponde a su rango y con una nota sentimental añadida, pues justo en esa fecha sus padres cumplían su 10º aniversario de boda. ▶▶▶



La princesa Victoria (47), de Dolce & Gabbana, con su marido, Daniel Westling, y su hijo, Oscar (9).



Estelle (13) se puso un vestido de su madre.

▶▶▶ El evento tuvo lugar en la capilla del Palacio Real de Drottningholm, residencia que es Patrimonio de la Humanidad, y estuvo lleno de momentos para recordar.

Para empezar por el cortejo que conformaban los tres hermanitos varones de la protagonista, los príncipes Alexander (9), Gabriel (7) y Julian (4), ejerciendo como sus mejores escuderos.

La bebé, que se portó de maravilla, ha recibido los nombres de Inés Marie Lilian Silvia. Para el gran día lucía un faldón de cristianar de 1906. Era el mismo que llevaron su tatarabuelo el rey Gustavo Adolfo VI, su bisabuelo el príncipe Gustavo Adolfo y su abuelo el rey Carlos Gustavo XVI, así como su tía la princesa Victoria, su padre el príncipe Carlos

Felipe, su tía la princesa Magdalena y, por supuesto, también sus tres hermanos.

Estelle, joven madrina

Entre sus cinco padrinos destacaba su prima la princesa Estelle, hija de Victoria y futura reina, de 13 años, que ha dado un buen estirón. De hecho, para esta cita le pidió a su madre un modelo de la firma Ida Sjostedt.

El resto eran Fredrik von der Esch y Claes Kockum, amigos de sus padres; la esposa de este, Sandrine Kockum; y Tiara Larsson, ahijada de su madre.

Ese mismo día, el rey Carlos Gustavo otorgó a su nieta la banda de la Orden de los Serafines. Inés es princesa de Suecia, duquesa de Västertotten y octava en la línea de sucesión al trono. ■



Los reyes Carlos Gustavo (79) y Silvia (81), muy orgullosos.



La princesa Magdalena (43), de Safiyaa, con su marido, Chris O'Neill, y sus hijos: Leonore (de Mango), Nicolás y Adrienne.



El príncipe Carlos Gustavo (46), feliz con su esposa Sofia (40) y sus cuatro hijos.

Los reyes y las princesas Victoria y Magdalena, junto a sus familias, estaban felices alrededor de la última miembro de la dinastía Bernadotte



Inés, dormidita, rodeada de su familia y sus cinco padrinos.



Belén llegó a la iglesia del brazo de su padre, el productor Daniel Écija.

Belén Écija, radiante en su bohemia boda con Jaime Sánchez

La novia lució un vaporoso diseño de Cristina Valenzuela.

La hija de Belén Rueda y el productor Daniel Écija se dio el 'sí, quiero' en Mahón



Belén Rueda (60) con su otra hija, Lucía (27), hermana menor de la novia.



La actriz estaba feliz en este gran día para su hija. Belén eligió un elegante vestido en tono mostaza y tocado a juego.



El novio Jaime, con su madre y madrina, Elena Fernández de Valderrama.



A la salida de la iglesia, Belén y Jaime se dieron un gran beso, tras la bonita ceremonia con la que culminaron seis años de amor.

LA gran sonrisa que lució Belén Écija (30) durante su boda es el mejor reflejo de que, sin duda, vivió el día más feliz de su vida. La mayor de las hijas de la actriz Belén Rueda (60) y su exmarido, el productor Daniel Écija (62), dio el 'sí, quiero' a Jaime Sánchez (31) el pasado 14 de junio en la iglesia de Sant Climent, en Mahón (Menorca). La boda estaba fijada a las 17.00 horas aunque, como manda la tradición, la novia tardó unos minutos en llegar a la iglesia del brazo de su padre y padrino.

Para su gran día, Belén eligió un diseño de la firma de Cristina Valenzuela. ▶▶▶



Los recién casados se fueron en un descapotable blanco. Belén Rueda estuvo muy pendiente del vestido de su hija, con quien se fundió en un gran abrazo.



Belén y su consuegra fueron, probablemente, las dos invitadas más elegantes de la boda, cada una a su estilo. Elena eligió un vestido tipo sari de inspiración india.



El exjugador de baloncesto Juanma López Iturriaga (66) y el actor Francis Lorenzo (64)



Emilio Aragón (66) y su mujer, Aruca Fernández-Vega (65).



María García de Jaime (29), con un look de la firma catalana Vagary Kalon, y Tomás Páramo (29).

AMIGOS INFLUENCERS

El creador de contenido Tomás Páramo es un gran amigo de Belén Écija desde hace años, por eso, él y su mujer, María, no podían faltar a este enlace.

▶▶▶ Se trataba de un original vestido blanco y vaporoso, de estilo boho, con la espalda descubierta y una larga cola que surgía desde la cintura. Tras bajarse del coche, a la novia le retocaron el pelo y el maquillaje, ya que las altas temperaturas le pasaron factura.

Belén llevaba el pelo suelto y decorado con pequeños detalles en dorado y tonos corales. Además, añadió un pequeño moño alto recogiendo parte de su cabello. También destacó el original ramo de flores con tulipanes amarillos y naranjas sujetos con una larga cuerda naranja.



La actriz Dafne Fernández (40).

La posterior celebración, al aire libre, estuvo amenizada por música en directo y en el menú no faltó la sobrasada típica de la región. Además, Belén y Jaime agasajaron a sus invitados con un par de menorquinas de la firma Pons, icónicas de la isla balear. ■

DIVERTIDA PREBODA

Un día antes de la ceremonia en la iglesia de Sant Climent, Belén y Jaime organizaron una divertida preboda en un chiringuito de la playa a la que asistieron la mayoría de los invitados al enlace. Jaime y Belén iban ambos de blanco, ella con un vestido lencero de Teté by Odette, confeccionado en tejido de seda y una mantilla transformada en casquete en la melena. Por su parte, Jaime llevó un un traje de lino. La pareja aprovechó la ocasión para hacerse unas fotos a orillas del mar. Belén Rueda, la orgullosa madre de la novia, también optó por un look más bohemio que en el día del enlace.



ASÍ HEMOS CAMBIADO...

LA hija mediana de los Reyes Juan Carlos y Sofía cumplió 60 años el pasado 13 de junio, en un momento tranquilo y arropada siempre por su círculo más cercano, en el que destacan sus cuatro hijos: Juan Valentín (25), Pablo (24), Miguel (23) e Irene (20). Atrás han quedado los tiempos más convulsos, cuando ella y su ya exmarido, Iñaki Urdangarin (57), tuvieron que sentarse en el banquillo, en 2016, y el propio Iñaki terminó yendo a la cárcel. Tras el divorcio de la pareja, en diciembre de 2023, él ha rehecho su vida sentimental y profesional, mientras que la Infanta Cristina ha retomado poco a poco su vida social aunque alejada del papel institucional que le correspondería como hermana del rey. Aún así, don Felipe acudió a la cena que organizó la reina Sofía en el palacio de La Zarzuela por motivo de su 60 cumpleaños y a la que también asistió su hermana, la infanta Elena; Pablo y Miguel Urdangarin y otros familiares.



3 años



21 años



32 años



54 años

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



59 años

Cristina De Borbón

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

REDACCIÓN: Raquel Martínez, Marian Cazorta, Sonia Montero, Olga Pérez, Matilde Molinero e Iván Rebozo.

MAQUETACIÓN Y TRATAMIENTO DE IMAGEN: Guadalupe Escalona (Jefe de Estilo), Raquel Nistal y Raquel Muñoz.

DOCUMENTACIÓN: Francisco José de Pablo.

SEMANAES: Miguel Currido (Director Digital), Laura Campos, Glorá López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres, Estefanía Fernández.

Santiago Merino, Laura Gay y Erika Ferraro (Community Manager).

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:

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

Apartado de Correos 383

Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: redaccion@semana.es

ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN

Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: administracion@semana.es

E-mail: distribucion@semana.es

E-mail: suscripciones@semana.es

IMPRESIÓN: Rotocobri SA

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

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

Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:

RBA PUBLIVENTAS, S.A.

CEO: Enrique Blanc.

Directora general: Ariadna Hernández.

Director de negocio digital: Serafín González.

Madrid, Norte y Andalucía

Directora de oficina: Arantxa Sánchez.

Directora de publicidad: Belén González.

Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.

Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.

Jefa de publicidad: Jurical Utrilla

Coordinadora de publicidad: Yotanda Tngueros.

C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.

Teléfono: 91 510 66 00

Barcelona y Levante

Directora de oficina: Ana Gea.

Directora de publicidad: Ángela Carpio.

Directora de publicidad: Olga Fernández

Directora de publicidad: Cristina Hornbravella

Coordinadora de publicidad:

Ivana Stelmazewski.

Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.

Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la

Asociación de Revistas de Información

ARI. Asociación a la Federación Internacional de la Presse Periodique (FIPF).

SEMANA TAMBIÉN EN:

www.orty.es

www.katagoyras.com

www.zinio.com

Come bien con NUESTRAS RECETAS DE COCINA



Nuestro coleccionable de recetas mediterráneas de ayer y hoy, saludables y ricas.



Y además te seguimos ofreciendo dos páginas de recetas para todos los gustos.

¡9 RECETAS CADA SEMANA EN TU REVISTA!*

* El coleccionable de Cocina Mediterránea no está disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL (venta con periódicos)*

Bonito del Norte Ortiz, El sabor de las cosas bien hechas



¿A qué sabe la tradición? ¿A qué sabe la confianza?
Saben a Bonito del Norte ORTIZ, pescado con caña, uno a uno.
Una forma de hacer y de ser que mantiene viva una tradición.
Bonito del Norte ORTIZ. El sabor de las cosas bien hechas.

Desde 1891

