

ROBERTO BRASERO
da las claves para ver el
eclipse de forma segura



FOTOS EXCLUSIVAS

**CARMEN,
LA HIJA DE TITA
THYSSEN,**
espectacular
en la Costa Brava



FOTOS EXCLUSIVAS

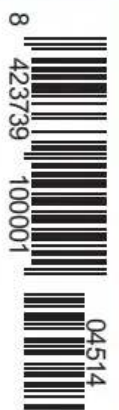
**CARMEN
BORREGO**
Relax en la playa
al margen
de la polémica



PAULA ECHEVARRÍA

Rota tras la muerte
de su padre

**“No me sueltes
nunca, papá”**



FOTOS EXCLUSIVAS

**MBAPPÉ Y
ESTER EXPÓSITO**
Escapada a
Cerdeña



SEMANA, ahora en tu móvil

Descarga la app
y llévate toda la
actualidad donde estés



La última hora
al instante



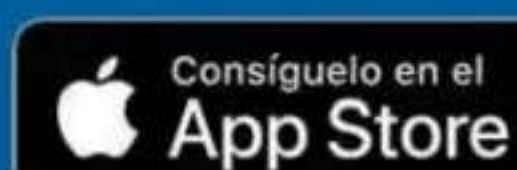
Tu revista
siempre a mano



Lectura cómoda
en iPhone y Android



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

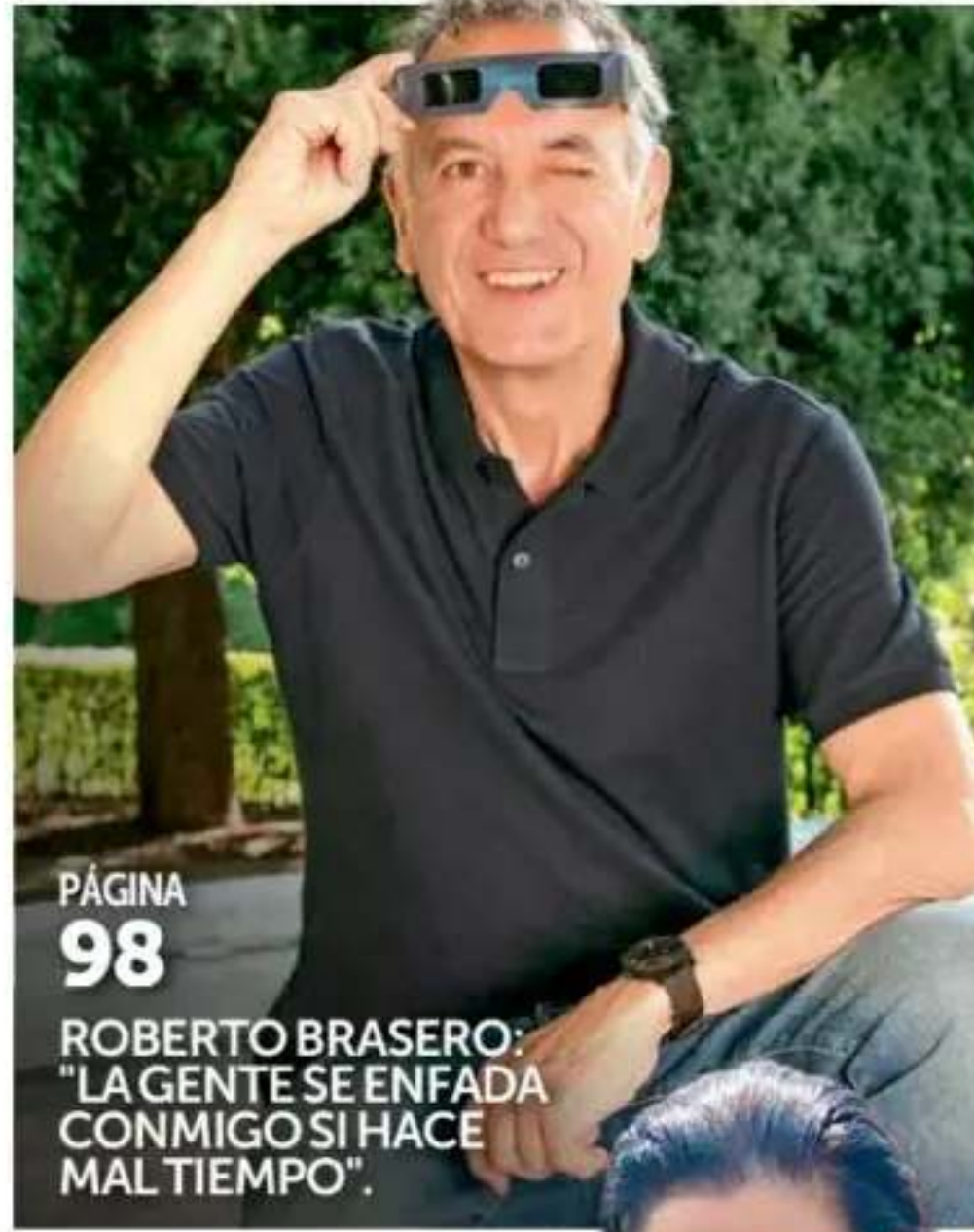


Escanea este código QR para descargarte la app en tu dispositivo



PÁGINA
14

LA REINA LETIZIA DESLUMBRA EN MALLORCA.



PÁGINA
98

ROBERTO BRASERO: "LA GENTE SE ENFADA CONMIGO SI HACE MAL TIEMPO".

y además no te pierdas...



- 4 Paula Echevarría,** rota de dolor en el funeral de su padre.
- 8 Carmen Thyssen,** la gran heredera de la belleza de Tita.
- 16 Mbappé y Ester Expósito,** amor en alta mar.
- 20 Rosario Flores,** romántico verano junto a su marido.
- 21 Isabel Jiménez** presume de figura en Cádiz.
- 30 Carmen Borrego,** sus vacaciones en Málaga entre polémicas.
- 34 Alba Lago:** "Estoy en una etapa muy bonita y quiero disfrutar al máximo".
- 38 María Pombo,** en su refugio favorito.
- 86 Ion Aramendi,** escapada a la playa en familia.
- 66 Gorka Rodríguez:** "Me hicieron dudar de mí mismo".

- 80 María José Suárez** se refugia en Andalucía.
- 81 Marcos Llorente,** última escapada veraniega.
- 82 Nico Williams:** las fotos de la polémica.
- 84 Brahim Díaz:** romántica boda.
- 86 Los duques Huéscar** regresan a Sotogrande.
- 88 Sarkozy y Carla Bruni:** vacaciones al sol del Mediterráneo.
- 88 Diana de Gales:** todos los secretos del vestido del siglo.
- 84 Así cambia:** Charlize Teron.

PÁGINA 88

EVA LONGORIA, PRESUME DE FIGURA A SUS 51 AÑOS.



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana

DESOLADA

Paula, la imagen del dolor, intentando consolar a su madre, Elena, que acababa de perder al hombre con el que llevaba casada 54 años.



Luis Ángel Echevarría Muñiz era el fan número uno de su hija.

Paula Echevarría, rota en el funeral de su padre

La actriz arropaba a su madre y no tenía consuelo en el último adiós a su progenitor. "Después de ti, ¿qué papá?", se preguntaba

DA igual la edad que tengamos: la muerte de un padre siempre es un golpe durísimo, difícil de encajar. El tiempo atenúa el dolor, pero la pena sigue ahí. Paula Echevarría trata ahora de asimilar la pérdida del suyo, Luis Ángel Echevarría, que falleció el pasado 30 de julio, a los 76 años de edad en Gijón, tras un repentino empeoramiento de su delicado estado de salud.

La noticia pilló a Paula en Madrid, y nada más enterarse de la situación viajó de inmediato a Asturias para estar junto a los suyos en esas horas finales.

El viernes 31, los restos mortales del patriarca se trasladaron a Candás, el pueblo de la familia. La capilla ardiente quedó instalada en el tanatorio de la localidad y esa misma tarde, a las 17:00 horas, se celebró en funeral en la iglesia parroquial de San Félix.

Unidos

Luis Ángel, maquinista jubilado, era muy querido en su pueblo y todos quisieron acompañar a su viuda, Elena Colodrón, y a sus dos hijos, Paula y su hermano mayor, Luisma, en su despedida.

Y allí, en la tierra que la vio nacer, Paula se rompió. Aunque su principal preocupación era su madre, de quien no se separó en ningún momento, su rostro reflejaba todo el dolor que estaba viviendo. A su lado, también, su hija Daniela, fruto de su matrimonio con David Bustamante, y, sobre, todo, su pareja, Miguel Torres, una de las personas que se encargó, además, de portar el féretro.

De hecho, en un momento dado, y sin poder ocultar las lágrimas, buscaba el contacto de su novio, aferrán- ▶▶▶

La actriz, rota de dolor en el funeral de su padre.



Con su madre y su hija Daniela, también muy afectada.

Luis Ángel Echevarría falleció el 30 de julio, a los 76 años, en Gijón. Tras el funeral en Candás, fue incinerado en Avilés



La familia siempre ha sido un pilar fundamental para la actriz, y ahora están hechos una piña. Sin embargo, muchos echaron de menos a Bustamante...



La viuda, Elena Colodrón, arropada por sus dos hijos, Luisa y Paula Echevarría.



Buscando el apoyo de Miguel, su tabla de salvación.

— — — dose a su brazo como si solo él pudiera sostenerla. No necesitaba mirarlo, ni siquiera decirle nada, tan solo saber que estaba ahí, sujetándola.

La actriz, que este mismo viernes 7 de agosto cumple 49 años, iba vestida de luto

riguroso e intentaba mantenerse entera. Sin embargo no pudo contener el llanto en más de una ocasión, desbordada por la emoción y la pena.

Durante todos estos años, Paula siempre ha presumido de la relación con sus padres,

que han sido un apoyo fundamental en su vida.

Por eso también ha querido dar las gracias a quienes se han acordado de ellos en estos difíciles momentos.

"Gracias a todos por todo el cariño que nos habéis dado estos días tanto a mí

como a mi familia... nos habéis llenado el corazón de amor. Y gracias de corazón a toda la gente que cuidó de mi padre durante este largo y duro proceso... y a todos los que cuidasteis de la cuidadora, mi madre, que tanto os necesitaba", dice, abriendo

su corazón y reconociendo lo difíciles que han sido estos últimos años para toda la familia.

Y pese a todo, Luis Ángel nunca perdió la sonrisa, haciendo que todo fuese un poco más fácil para quienes estaban a su alrededor. Y ahora, esos momentos son los que consuelan un poco a Paula, que ha visto como sus amigos, muchos de ellos rostros muy conocidos, le han mandado millones de besos y abrazos.

Entre ellos está Sara Carbonero, quien hace poco perdió a su madre y sabe por lo que está pasando. "Te abrazo muy fuerte Paula, querida amiga. No tengas ninguna duda de que él estará contigo. Lo notarás. Siempre hay un después. Aunque nunca volvamos a ser las mismas. Te quiero mucho", le ha dicho.

Muchos amigos mandaron todo su cariño a Paula, como Sara Carbonero, que pasó por lo mismo hace muy poco

Afectada, escribió Ana Obregón: "No te conozco muchísimo, pero sé que estás en un hoyo oscuro con algún rayito de luz por tus hijos, tu mamá y tu chico. No se te puede pedir que salgas de ese hoyo, pero si me lo permites, puedo bajar para acompañarte, darte la mano y llorar juntas en silencio".

Eva González quiso también consolarla: "Ay querida. Él nunca te va a soltar, te lo aseguro. Fuerza".

O incluso Irene Rosales: "No existe palabra que sirva de consuelo, bonita, pero sí el saber que él siempre vive en ti. Un abrazo enorme". ■

SU PADRE, EL PRIMER AMOR DE SU VIDA



Paula adoraba a su padre, que fue su padrino de boda. Él y su madre han sido los pilares de su vida y por eso decirle adiós ha sido tan duro. "Después de ti, qué papá? Tengo el corazón roto. Intentaré recomponerlo pegando cada trozo pero sé que no quedará igual... Ya nunca será el que era porque me faltas tú, papi. Te pensaré cada día de mi vida, hablaré contigo y te pediré que me sostengas.. no me sueltes nunca papá. Te quiere, 'tu piquiñina', recordaba días después.

FOTOS EXCLUSIVAS

Carmen Thyssen, la gran heredera de la belleza de su madre



La hija de la baronesa Thyssen disfruta del verano navegando a bordo del yate *Mata Mua* junto a su hermana y sus amigos por la Costa Brava

El verano ha llegado a su esplendor y así estamos viendo a las hijas de la baronesa Thyssen, y en particular a Carmen. En este reportaje exclusivo de SEMANA, la joven aparece como nunca la habíamos visto antes: en bikini, feliz y radiante, confirmando así como la gran heredera de la belleza de su madre.

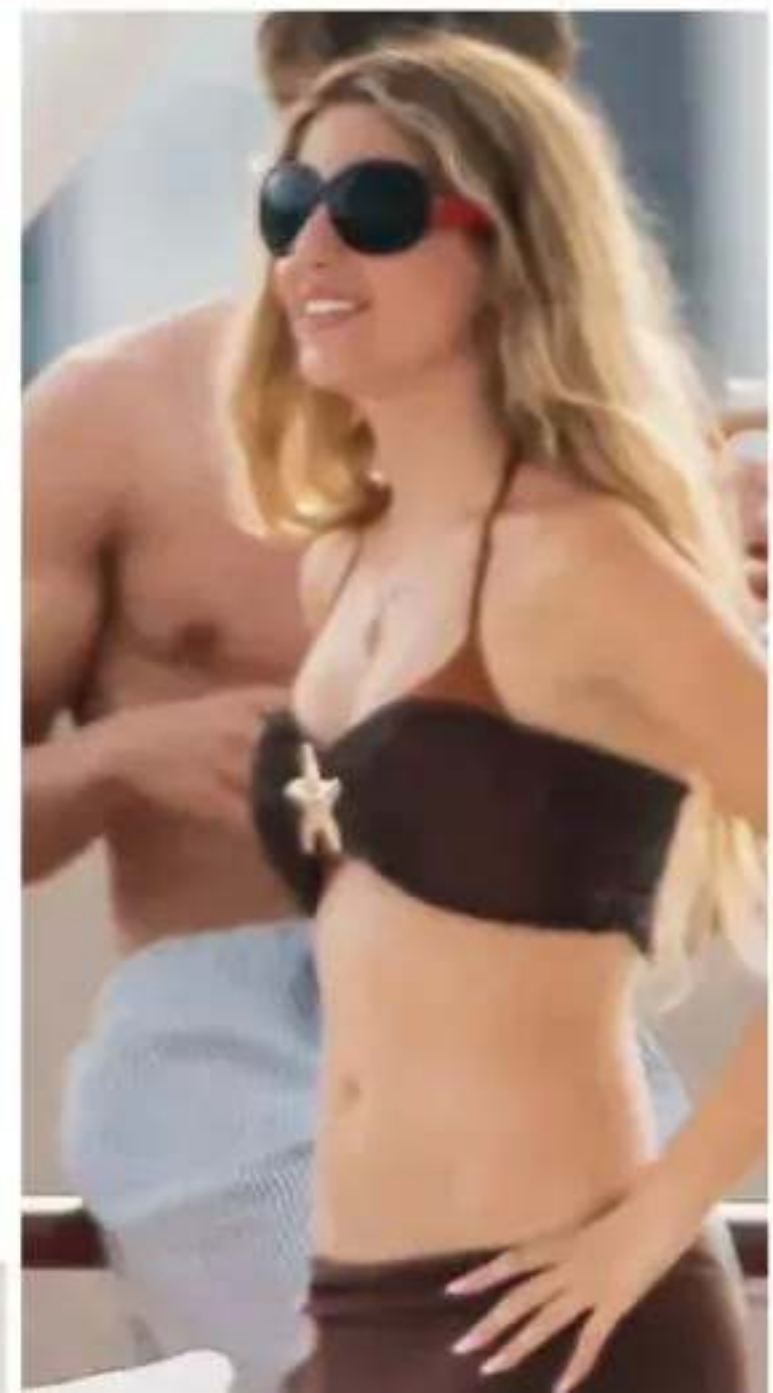
Unas imágenes que nos brindan la faceta más relajada de una de las mujeres con más proyección del panorama social de nuestro país.

A tenor de estas fotos, su presente es de lo más efer-

vescente. Y es que este agosto ha decidido saborear a fondo las esencias del Mediterráneo y para ello nada mejor que sacar el famoso yate familiar, el *Mata Mua*.

Salidas en barco

Y además, muy bien acompañada por su hermana, Sabina, y un animado grupo de amigos con los que compartirlo. Entre ellos también figuraba un joven al que algunos apuntan como algo más especial, pero de momento, aquí solo hemos sido testigos de risas y divertimentos propios de unos jóvenes de vacaciones. ➡ ➡ ➡





Carmen, de 20 años, guarda un enorme parecido con su madre, que fue Miss España en 1961

Natural,
radiante
y relajada...
Carmen
Thyssen
presumió
de figura
en biquini
durante sus
baños en
el barco

La joven ha
compartido
horas felices
junto a un
nutrido
grupo de
amigos



+++ Durante estos días a bordo, hemos visto a Carmen más natural que nunca, tomando algo en la cubierta, lanzándose con gran estilo al mar y llevándose fotos de recuerdo junto a sus invitados.

Heredera natural

Carmen Thyssen despunta ya no solo por ser hija de quién es, sino también porque, según ha revelado su madre, desea formar parte de la gestión de los museos Thyssen.

Sin duda, la joven tiene una excelente maestra en su madre. La que fuera Miss España aprendió de su esposo, el barón Thyssen, y



con el tiempo ha logrado ser una de las coleccionistas privadas más importantes del mundo. Y al igual que hizo antes su hermano mayor, Borja Thyssen, a Carmen junior también le ha picado el gusanillo del arte.

Su interés por el arte

De hecho, Carmen debutó en solitario en julio de 2024 para inaugurar, en nombre de su madre, una exposición con obras de la Colección Carmen Thyssen, que tuvo lugar en Sant Feliu de Guíxols, la localidad catalana en la que Tita posee su querida residencia de verano, *Mas Mañanas*. +++



Sabina Thyssen, la hija más discreta de Tita Cervera, prefirió divertirse practicando algunas actividades acuáticas



**RELAJADA
EN UNA
COLCHONETA**



►►► Después de vivir muchos años en Andorra, hace unos meses Carmen decidió mudarse a un piso en Barcelona, donde estudia Derecho. Pero con el curso terminado, ahora toca vacaciones... y un yate perfecto como centro de diversión.

La ausencia de Tita

Ahí no ha faltado Sabina Thyssen, su gemela. Mientras que a Carmen se la veía un perfil más social, a esta la sorprendimos practicando actividades recreativas.

Carmen y Sabina tienen 20 años, es decir, con toda la vida por delante y el deber de ser espléndidas y felices. Si acaso, solo una sombra les acompaña. Y es que su madre, Tita Cervera, sigue sin aparecer en público desde hace meses y tampoco ha frecuentado ese barco donde la hemos visto disfrutar tantos veranos y en el que se la echa de menos.

Cabe recordar que fue en SEMANA donde se publicó que la baronesa tuvo que ser

ingresada de urgencia el pasado mes de abril y que generó gran preocupación entre los suyos por su estado de salud, lo que hizo que su hijo Borja y su mujer, Blanca, junto a algunos de sus hijos, se desplazaran hasta Sant Feliu de Guíxols para estar con ella varios días. Fue la primera vez en ocho años en la que se veía a Borja, Carmen y Sabina juntos.

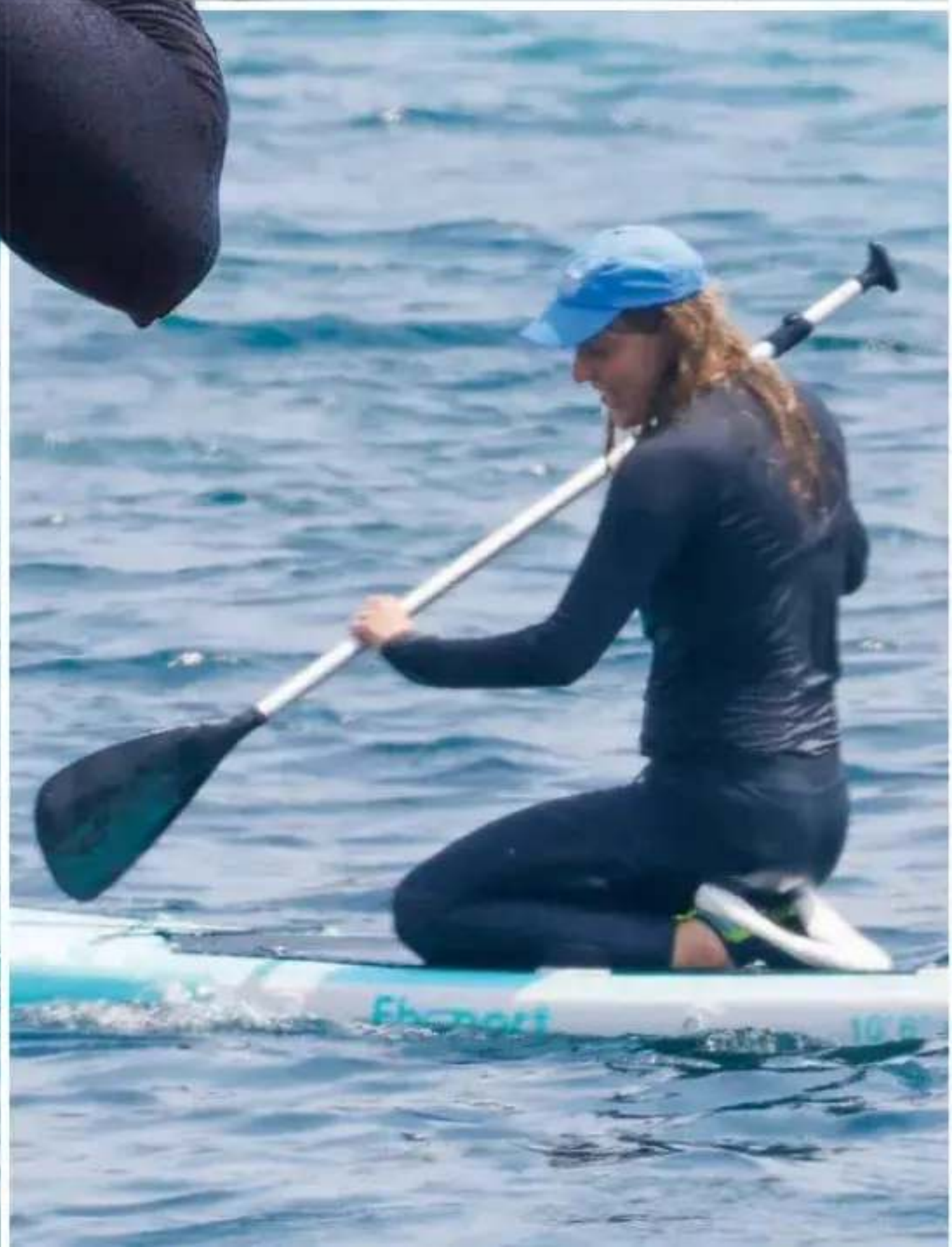
Fuentes de la familia confirmaron el ingreso y que había estado "muy malita" e informaron de que había sufrido una neumonía, aunque la información que llegó a SEMANA era distinta. Como decíamos anteriormente, desde entonces no se la ha vuelto a ver en público.

Sea como sea, el hecho de que sus dos hijas se muestren así de distendidas, sin renunciar a sus vacaciones, pero a su lado y pendientes de ella, sugiere algo más de tranquilidad en este aspecto. Desde SEMANA, solo desear que ojalá muy pronto se les pueda unir Tita. ■



Sabina también disfrutó del
paddle surf en el Mediterráneo

Según Tita, Carmen es una
estudiante brillante y
disciplinada, y Sabina tiene un
temperamento más artístico



PALMA

La Reina Letizia (53) asistió al certamen de cine balear haciendo gala de estilo.

**ESPECTACULAR
FORMA FÍSICA
Y BRONCEADO
ENVIDIABLE**

La Reina Letizia deslumbra en Mallorca

Asistió a la clausura del Atlàntida Mallorca Film Fest con un look de impacto: un vestido rojo asimétrico que resaltaba su figura y unos músculos súper tonificados



CON JAVIER BARDEM

La Reina Letizia saludó al actor, cuya película *El ser querido* se presentó en el festival mallorquín.

Doña Letizia mostró un año más su apoyo incondicional al cine.



La Reina estrenó un diseño de Carolina Herrera de casi 3000 € y unas mules de Gucci (780 €) para su cita anual con el cine en la isla balear

La Reina Letizia (53) ha inaugurado oficialmente sus vacaciones en Mallorca. Y como viene sucediendo en los últimos años, su primera aparición veraniega ha sido para clausurar el Atlántida Film Fest. Un certamen de cine, al que ella es tan aficionada, para el que una vez impactó con un look arriesgado y muy sexy.

Un diseño firmado por Carolina Herrera en su emblemático color rojo, con corte asimétrico, entallado con drapeados y una abertura lateral con cremallera que dejaba patente la excelente forma física de la soberana.

Mención aparte para su bronceado, potenciado con una crema hidratante que desprendía destellos dorados,

que desde ya convierte a este look en uno de nuestros favoritos del año.

En Marivent

La Reina Letizia ya está disfrutando de unos días libres en su agenda, al igual que el resto de la Familia Real. Eso sí, todavía con algún compromiso, como la recepción en Marivent, y salvo otros posibles imprevistos.

Durante unos diez días, los Reyes y sus hijas, además de la Reina Sofía, se dejarán ver en la isla como acostumbra. Por eso, esta soberana que apareció pisando fuerte es la mejor presentación para dar por inaugurado el veraneo real. La Reina Letizia *llegó, vio y venció...*

Fotos: Robert Smith.

Mbappé y Ester Expósito, amor en alta mar



Durante la jornada marinera no faltaron los apasionados besos entre el futbolista del Real Madrid y la actriz.

La pareja ha pasado unos románticos días en Costa Esmeralda (Cerdeña), donde dieron rienda suelta a su pasión

TRAS el Mundial de Fútbol y antes de ponerse a las órdenes de Mourinho en el Real Madrid, Kylian Mbappé (27) está disfrutando de unas merecidas vacaciones junto a su novia, Ester Expósito (26). Primero hicieron una parada en París y ahora la pareja eligió el exclusivo enclave de Porto Cervo en Costa Esmeralda, Cerdeña (Italia), para su romántica escapada de enamorados. Una isla que ya habían elegido el pasado mes de mayo para vivir su amor.

La actriz de *Élite* y el futbolista del Real Madrid navegaron a bordo de un espectacular yate, en el que protagonizaron las escenas más apasionadas. +++



Ester y Kylian
están viviendo
intensamente
su primer
verano juntos.



LA PAREJA
SE ANIMÓ
CON EL
PADDLE SURF



Ester lució cuerpazo con un minúculo bikini de rayas.



La actriz se preocupó por un posible golpe en el pie del futbolista.



Ester ríe a carcajadas ante los gestos de su chico.

▶▶▶ Ambos luciendo cuerpazo, demostraron que están en magnífica forma practicando paddle surf. Entre muchas risas y complicidad, la pareja se lo pasó en grande en el agua, y ya de vuelta en el yate se relajaron tomando el sol en cubierta.

Ester y Mbappé dejaron patente su amor, muy pen-

dientes el uno del otro, con constantes gestos de cariño y también con apasionados besos.

El lugar más exclusivo

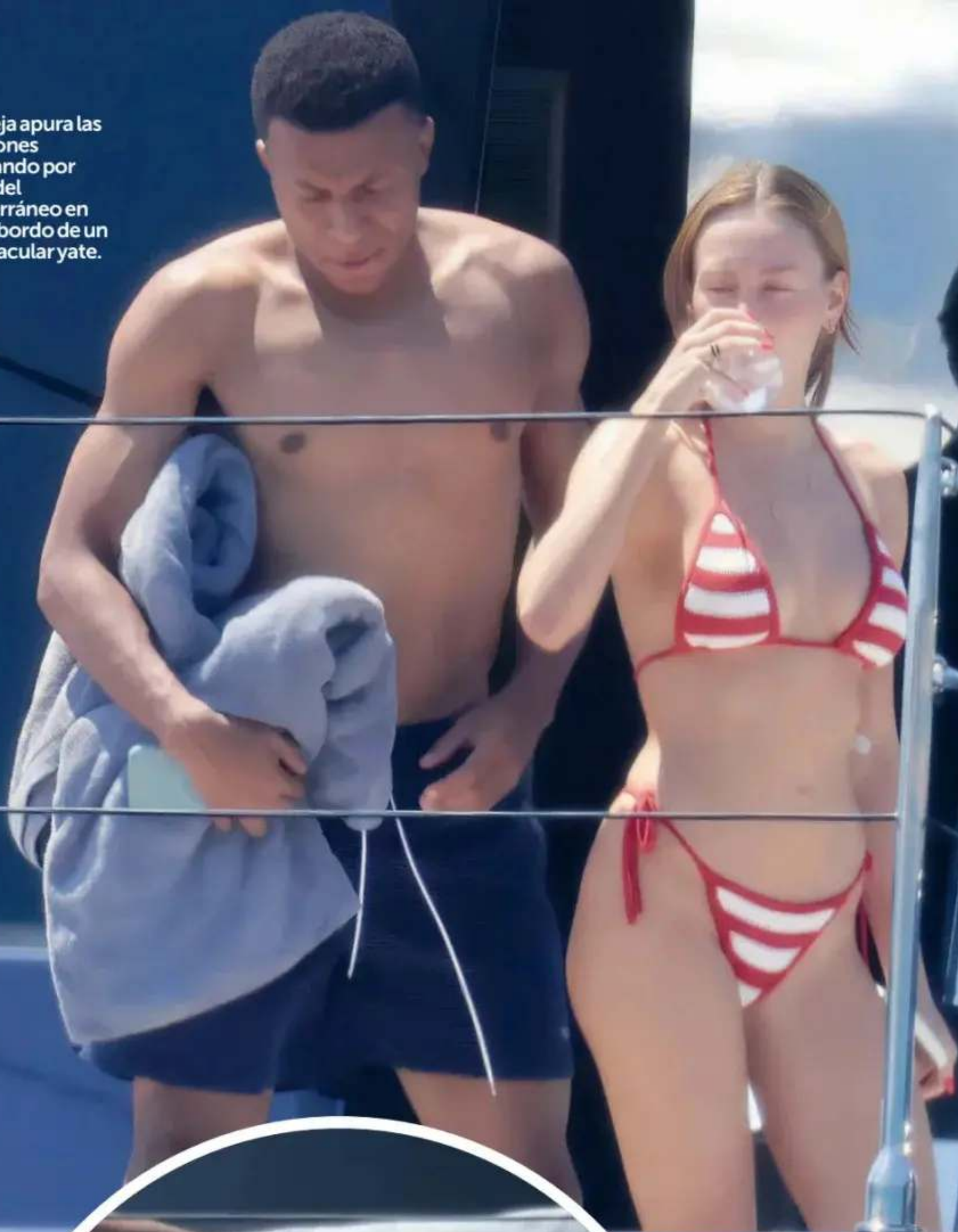
La zona que han elegido es una de las más exclusivas del Mediterráneo. Tras pasar la jornada en alta mar pueden atracar en la localidad de

Porto Cervo, la capital de Costa Esmeralda, uno de los destinos favoritos de los millonarios y celebrities internacionales, donde se encuentran las tiendas y restaurantes más selectos.

Han pasado cuatro meses desde la primera imagen juntos en París, unas fotos que publicó SEMANA en ex-

clusiva, y en este tiempo apenas se han separado. La actriz es ya habitual en el palco del Santiago Bernabéu cuando juega su chico y viajó a Estados Unidos para animarle en los partidos del Mundial. Cada día más felices y enamorados, Ester y Kylian forman una de las parejas más atractivas. ■

La pareja apura las vacaciones navegando por aguas del Mediterráneo en Italia a bordo de un espectacular yate.



Tras el paddle surf se tumbaron en la cubierta del yate a tomar el sol.

La pareja ha consolidado su relación que comenzó a principios de este año, cuando fueron vistos por primera vez saliendo de un evento en París

Rosario Flores, romántico verano junto a su marido

La cantante madrileña ha disfrutado junto a Pedro Lazaga de unos días de desconexión en la costa gaditana

ROSARIO Flores ha elegido, una vez más, la costa gaditana para disfrutar del verano junto a su marido, Pedro Lazaga, con quien forma una de las parejas más discretas y sólidas del panorama artístico.

Tal y como muestran estas imágenes, ambos derrocharon complicidad durante una relajada jornada en la playa, dejando claro que, después de más de dos décadas juntos, siguen tan enamorados como el primer día.

En buena compañía

A pocos meses de cumplir 63 años, el próximo mes de noviembre, la hermana de Lolita Flores presumió de una magnífica figura con un favorecedor bañador negro que resaltaba su espectacular estado de forma. Siempre sonriente, la cantante no dejó de bromear con su marido, regalando espontáneos gestos de complicidad antes de volver a su exitosa gira veraniega de conciertos. ■



Tras más de dos décadas juntos, el matrimonio sigue igual de enamorado.

Antes de regresar a los escenarios, la cantante ha aprovechado unos días de desconexión en uno de sus lugares favoritos



Isabel Jiménez presume de figura en Cádiz

La presentadora de 'Informativos Telecinco' ha disfrutado de unos días de descanso en la costa gaditana

A pesar de estar compartiendo sus vacaciones con su amiga Sara Carbonero, disfrutó de un día playero en solitario.



ISABEL Jiménez ha encontrado en la costa gaditana el refugio perfecto para poner el broche de oro a sus vacaciones de verano. La presentadora de *Informativos Telecinco* ha disfrutado de unos días de descanso junto a su gran amiga, Sara Carbonero (42), aunque también ha reservado tiempo para sí misma.

Tal y como muestran estas imágenes, la periodista aprovechó una tranquila jornada para bajar sola a la playa, lejos del bullicio y de la gran afluencia de bañistas que esos días llenaban el litoral de Cádiz.

Con un favorecedor bikini marrón que resaltaba su espectacular figura a los 44 años, la almeriense disfrutó de una jornada marcada por la calma. Isabel alternó relajantes baños en el mar con largos ratos de lectura bajo el sol, dejando patente que buscaba desconectar por completo antes de regresar a la rutina. Tras unos días de descanso, Isabel se preparaba para reencontrarse con su hijo, que había pasado parte del verano disfrutando de unos días junto a su padre, antes de afrontar una nueva temporada al frente de los informativos. ■

Con un favorecedor bikini marrón, la periodista está disfrutando al máximo de sus vacaciones.



GRATIS

Disfruta con **PASATIEMPOS**

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



¡Diversión para tus vacaciones!

- Horas de entretenimiento
- Desafía tu mente
- Para todas las edades
- Ideal para la piscina o la playa

de los DEL VERANO



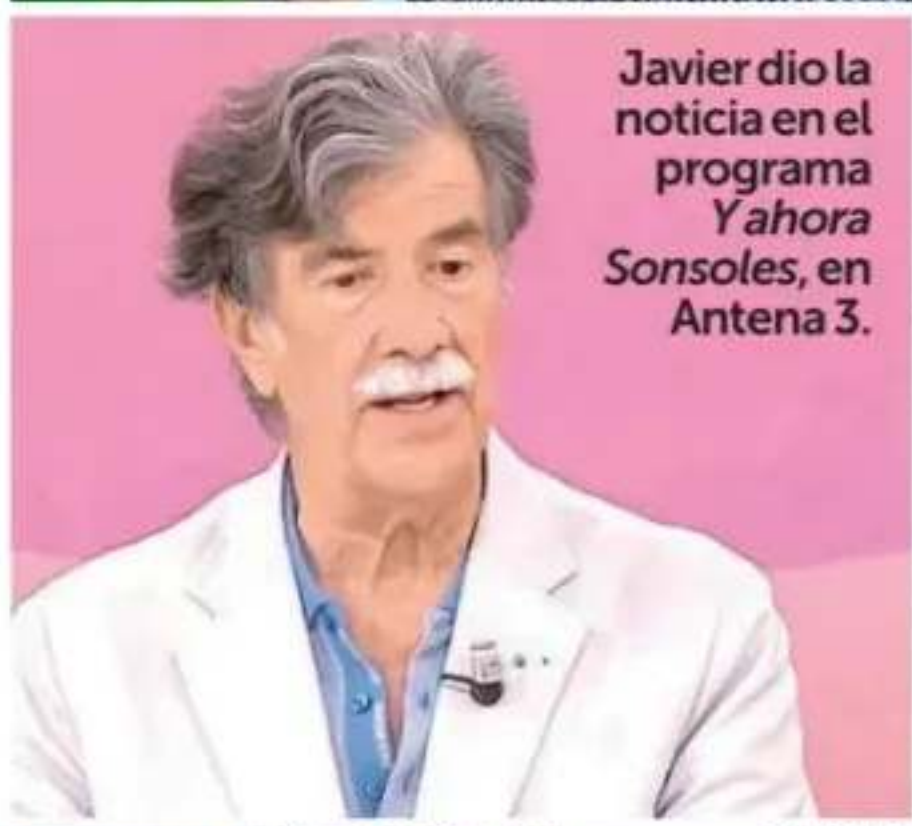
4 ENTREGAS:

**5 Agosto
12 Agosto
19 Agosto
26 Agosto**

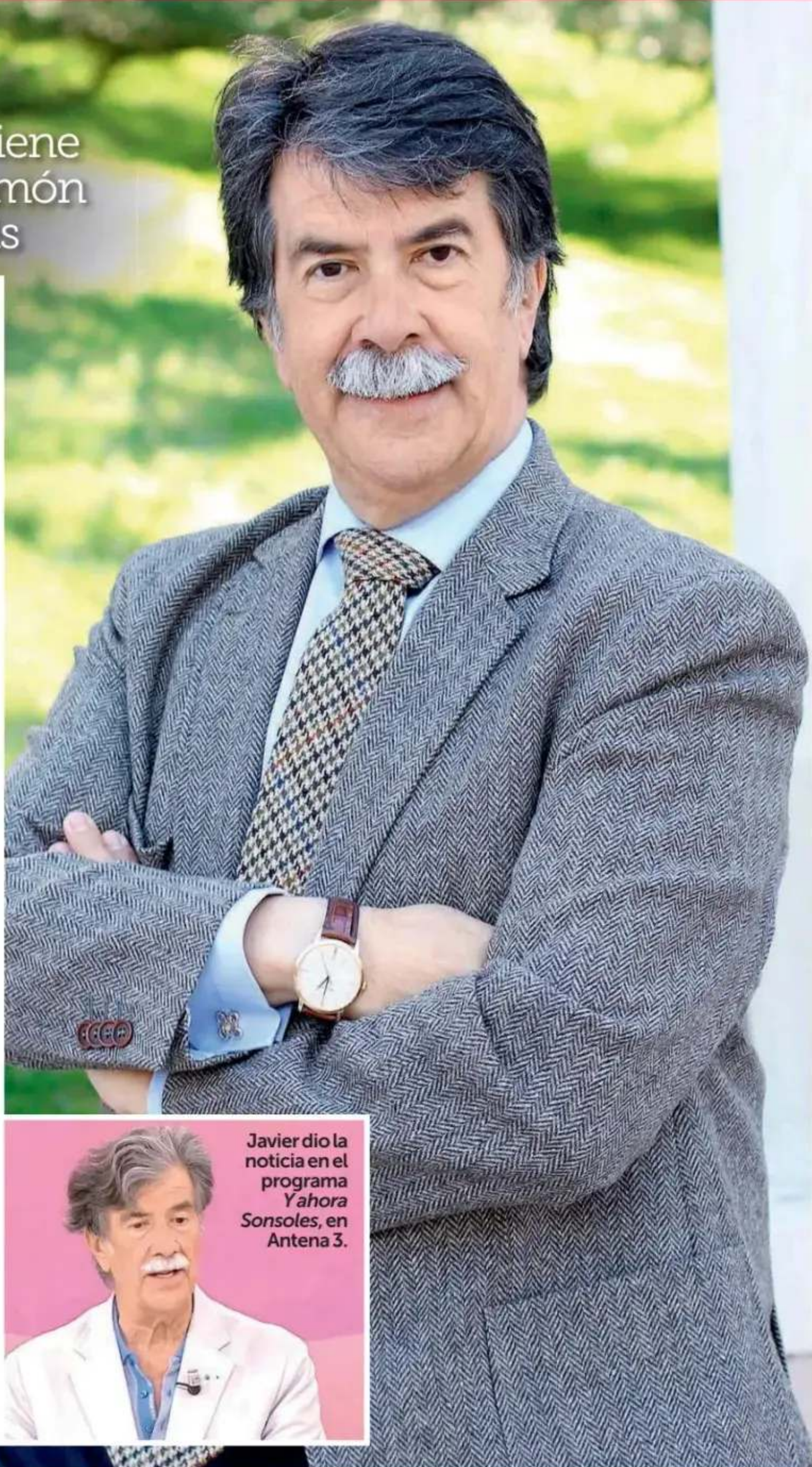


Javier Urra, anuncia que tiene cáncer de pulmón con metástasis

● Bastante más delgado, pero haciendo gala de una enorme entereza y tirando incluso de sentido del humor. Así es como afronta Javier Urra (69) una de las etapas más difíciles de su vida. El que fuera primer Defensor del Menor, psicólogo y escrito, iba a acudir al programa de *Y ahora Sonsoles*, pero en el último momento avisó de que le iba a resultar imposible. Al día siguiente, y con una naturalidad asombrosa, quiso dar explicaciones de su ausencia en directo. "Ayer no pude venir porque tuve un diagnóstico de cáncer de pulmón derecho con metástasis en el izquierdo y posiblemente en la columna". Unas palabras que dejaron mudo al plató, aunque Urra quiso transmitir un mensaje de fortaleza. "La vida acaba donde acaba, pero a la vida hay que ponerle ganas. Hay gente que no se enamora por si luego se desenamora... Lo importante no es la tumba, es la memoria. Qué has hecho, qué has dejado de hacer, y el último día decir: mereció la pena". Casado y padre de dos hijos, el navarro, quien en los últimos años ha sufrido seis infartos, tiene clara una cosa. "La vida es terrible, la vida no es justa, pero insisto, hay que echarle ganas".



Javier dio la noticia en el programa *Y ahora Sonsoles*, en Antena 3.



Los hijos de Richard Gere y Cindy Crawford, tras los pasos de sus famosos padres

● Cindy Crawford (60) y Richard Gere (76), fueron una de las parejas más icónicas de Hollywood y estuvieron casados entre 1991 y 1995. No tuvieron hijos y tras su separación rehicieron sus vidas. Ahora sus hijos han coincidido en una serie de televisión, *The Shards (Fragmentos)*. Kaia (24), hija de Cindy y Rande Geber, guarda un parecido increíble con su madre, y Homer (26), hijo de Gere y Carey Lowell, ha heredado, dicen, el encanto de su padre. Está claro esta vez lo de *De tal palo tal astilla*. ¿O no?



Orlando Bloom, presume de su novia



● El actor ha hecho oficial su relación con la modelo suiza Luisa Laemmel, con quien sale desde principios de año y así de cariñosos los vimos paseando de la mano por Los Angeles. Ella tiene 28 años, 21 menos que Orlando Bloom y esta es la primera pareja del actor desde su ruptura con Katy Perry en junio de 2025. Ahora, por cierto, están de románticas vacaciones por Italia.



Suri se quita el apellido de su padre

● Tras años sin tener relación con su padre, Tom Cruise, su hija Suri (fruto de su matrimonio con la actriz Katie Holmes), ha decidido dar un paso más en la ruptura y quitarse legalmente su apellido. Desde ahora se llama Suri Noelle Holmes. La joven, de 20 años, estudia en la Carnegie Mellon University de Pittsburgh, Pensilvania.



Daniel Sancho, todavía lejos de España

● Al cumplirse tres años del crimen del cirujano colombiano Edwin Arrieta, la posibilidad de que Daniel Sancho (32) regrese a España para cumplir la pena no está cerca. Así lo ha asegurado Carmen Balfagón, portavoz de Rodolfo Sancho, padre del joven: "Ahora mismo esa puerta está cerrada porque la sentencia no es firme. Hemos presentado recurso". Daniel fue sentenciado a cadena perpetua.

Alba Carrillo celebra por todo lo alto sus 40 años

● Los 40 es una cifra redonda que hay que celebrar por todo lo alto, y eso es lo que ha hecho Alba Carrillo, que llegó a las cuatro décadas el pasado 31 de julio. La modelo organizó una gran fiesta en la que no faltaron amigos tan conocidos como Rocío Carrasco y compañeros de televisión, aunque la presencia más especial fue la de sus padres y su hijo, nacido de su relación con Fonsi Nieto.



Julia Roberts presume de hijo en Nueva York

● Lejos de las alfombras rojas y los set de cine, Julia Roberts (58) intenta llevar una vida lo más normal posible y, sobre todo, disfrutar de la familia que ha construido con el director de fotografía Daniel Moder, padre de sus tres hijos. Con Phinnaeus, un atractivo joven de 21 años, paseó orgullosa del brazo por las calles de Manhattan, en Nueva York.



Carmen Lomana, cumpleaños en Marbella

● La socialité ha arrancado sus vacaciones soplando las velas de su 78 cumpleaños, el pasado 1 de agosto, en Marbella, una tradición que repite cada año. La primera celebración fue en un restaurante a pie de playa rodeada de sus queridos amigos. Carmen se mostró encantada y feliz de cumplir años, porque está llena de energía y con muchas ganas de disfrutar de la vida.

CUMPLEN AÑOS



72 ANTONIO RESINES
7-8-1954



89 DUSTIN HOFFMAN
8-8-1937



37 ÚRSULA CORBERÓ
11-8-1989



43 CHRIS HEMSWORTH
11-8-1983

Hombres G: 40 años sobre el escenario

● El grupo celebró sus cuatro décadas en la música con un concierto en el Festival Marenosturm. La banda regresó a Fuengirola con la gira *Los mejores años de nuestra vida* en la que pusieron a todos a bailar con clásicos como *Devuélveme a mi chica*.



Isabel Pantoja, agradecida en su cumpleaños

● La cantante ha querido dar las gracias a todos los que la han felicitado por su 70º cumpleaños. "Gracias por mantenerme viva como artista y como persona. Muchísimas, muchísimas, muchísimas gracias. No olvidéis que os quiero", dijo Isabel Pantoja



Elsa Pataky presume de cuerpo 10 en alta mar

● La actriz puede presumir de tener uno de los cuerpos más tonificados y trabajados de Hollywood, aunque reconoce que se consigue a base de ejercicio, algo que a ella le encanta, y disciplina. Pero es que solo así se entiende que a sus 50 años, y tras ser madre de tres hijos, Elsa Pataky luzca unos abdominales de infarto.... Que lució en la cubierta de un yate mientras se bronceaba.



Madonna y Kylie Minogue, estrellas del World Pride

● Si la reina Máxima de Holanda hizo historia hace unos días al dar el pistoletazo de salida al World Pride de Ámsterdam, ahora las dos grandes divas del pop, Madonna (67) y Kylie Minogue (58) han sorprendido con una histórica actuación cantando a dúo *Love Sensation*, uno de los singles del último disco de la primera. Ambas son reconocidas por su lucha en defensa de los derechos de la comunidad LGTBIQ+.



 COMUNITAT
VALENCIANA

ACTITUD
MEDITERRÁNEA

159 playas con
bandera azul.
una toalla
amarilla.

¿SERÁ ESTO LA FELICIDAD?

Seguramente, lo será. Y no será casualidad. Será por nuestro sol y la accesibilidad de nuestras playas. Por nuestra rica gastronomía. Será por la comodidad de nuestras ciudades y la autenticidad de nuestros pueblos. Por nuestra cultura y nuestra vanguardia. Será porque aquí haces tuya nuestra manera de vivir.



FOTOS EXCLUSIVAS

Carmen Borrego, sus vacaciones en Málaga entre polémicas

La colaboradora y su marido están pasando unos días en el ático que las hermanas heredaron de su madre y que ahora está en el centro informativo por su posible venta

La hija de María Teresa Campos y su marido, José Carlos Bernal, disfrutando del baño.

Si hay un lugar especial para la familia Campos, ese es Málaga. Aunque la matriarca del clan, María Teresa Campos, había nacido en Tetuán, la ciudad de la Costa del Sol era su verdadero hogar y también es ahora el refugio preferido de sus dos hijas. Precisamente Carmen Borrego (59) está disfrutando este verano de sus vacaciones en las playas malagueñas junto a su marido, José Carlos Bernal.

Con un favorecedor bañador blanco con una gran flor, Carmen se dio un tranquilo baño junto a su marido, saliendo los dos cogidos de la mano del mar para dirigirse a la tumbona. Han sido unos días para relajarse a pesar de las polémicas que parece que nunca abandonan a la familia Campos.

El ático

Carmen y su marido se quedan en el ático que las hermanas Campos heredaron de su madre, situado en primera línea de playa en el barrio de Pedregalejo. Y esa casa ha sido objeto de la última polémica pública a la que se han enfrentado las hermanas. Tras la muerte de su madre, en sep- — — —

La colaboradora de televisión
pasó unos días de desconexión
en su tierra, disfrutando de la
playa y los baños en el mar

Sobre la venta del piso de
Málaga que las hermanas
Campos heredaron de su
madre, ambas han afirmado: "Si
llega una oferta que nos
interesa hablaríamos"



Carmen salió del
mar de la mano de
su marido.



Carmen tiene en su marido a su mejor apoyo.



Tras el baño, ya en la tumbona, Carmen tomó el aperitivo.

►►► tiembre de 2023, ambas heredaron ese magnífico piso que según las últimas informaciones han hipotecado, algo que ninguna de las dos ha desmentido, y que estaría a la venta.

En el enfrentamiento que Carmen y Terelu tuvieron en el programa *De viernes*, de Telecinco, afirmaron: "De la venta del piso de mi madre en Málaga estamos de acuerdo. No lo publicitamos, pero si llega una oferta que nos interesa hablaríamos".

Ante la situación, este podría ser el último verano de las hermanas Campos en este magnífico ático, y mientras tanto Carmen lo sigue disfrutando. ■



Carmen y José Carlos acaban de cumplir doce años de matrimonio.

Aunque el hijo de Carmen y la hija de Terelu están distanciados, las hermanas aseguran que mantienen la misma unión de siempre, a pesar de los conflictos

Cuídate saboreando cada plato con

Nuestras Recetas

Cocina

Pistachos

Objeto de deseo

Este fruto seco está cobrando relevancia en los últimos años, no sólo como aperitivo, sino para añadirlo en ensaladas, postres, platos de pasta o carne, bebidas.



UN ALIMENTO COMPLETO

Origen
El árbol del pistacho es una planta procedente de Asia Menor, concretamente de la zona del actual Irán, que en la antigüedad ya era consumido por los pueblos de esas tierras y, posteriormente, los romanos los introdujeron en su cocina.

Beneficios
Se puede considerar a este fruto seco un superalimento, ya que tiene multitud de propiedades: ayuda a bajar el colesterol y es rico en fibra, proteínas vegetales y grasas saludables. Además, por su alto poder saciante y bajo aporte calórico ayuda al control de peso, también mejora la salud digestiva, ocular y cognitiva.

Pasta con pera, espinacas y pistachos

4 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES
• 300 g de pasta
• pistachos
• 250 g de espinacas y sal
Pera confitada:
• 1 pera conferencia
• 20 g de mantequilla
• 1 cuch. de azúcar
Crema de queso:
• 1 cebolleta
• 100 g de queso rallado
• 300 ml de leche concentrada
• sal
• pimienta

PREPARACIÓN
Pera confitada: Cortar la pera en dados pequeños, ponerlos en un cazo y caramelizarlos con el azúcar y la mantequilla a fuego lento y tapado.
Crema de queso: Freír la cebolleta picada. Cuando esté transparente, incorporar el queso rallado y cuando empiece a deshacerse añadir la leche.

Salpimentar y cocer sobre el fuego sin parar de mover unos 5 min.
Cocer la pasta en agua con sal y escurrir. Añadir la pasta a la salsa de queso, mover y dar un ligero hervor. Fuera del fuego, añadir las espinacas y mezclar. Servir la pasta, la pera confitada y los pistachos por encima.

Bot de atún con verduras

INGREDIENTES
• 400 g de atún en lata
• 100 g de verduras (pimiento rojo, pimiento verde, cebolla, zanahoria, calabacín, brócoli, etc.)
• 100 g de arroz
• 100 g de pasta
• 100 g de queso rallado
• 100 g de leche concentrada
• sal
• pimienta

Nidos de habas con jamón

INGREDIENTES
• 100 g de habas
• 100 g de jamón
• 100 g de queso rallado
• 100 g de leche concentrada
• sal
• pimienta

PREPARACIÓN
Cocer las habas en agua con sal y escurrir. Cortar el jamón en cubitos y cocer a fuego lento. Añadir el queso rallado y la leche concentrada y cocer hasta que se espese.



DE UN BOCADO

Atención
Se debe prestar atención a la calidad de los ingredientes y a la forma de cocinarlos para evitar problemas de salud.

Idas de puré variados

PREPARACIÓN
Cocer las verduras en agua con sal y escurrir. Añadir el queso rallado y la leche concentrada y cocer hasta que se espese.

Alba Lago:

"Estoy en una etapa muy bonita y quiero disfrutarla al máximo"

La presentadora gallega está al frente de 'Noticias Cuatro 1', que esta temporada ha conseguido sus mejores datos de audiencia

Aunque sabe que está capacitada para hacer otros formatos, por ahora no se plantea ningún programa.



LAS noticias volvían a Cuatro en enero de 2024 después de seis años fuera de la programación del canal de Mediaset. En este tiempo los informativos han ido ganando peso hasta llegar a superar a sus más directos rivales de La Sexta. Y una de las 'culpables' de ese éxito es Alba Lago (41), la periodista gallega al frente de *Noticias Cuatro 1*, que ha cerrado la temporada con los mejores datos de audiencia desde el inicio de la nueva etapa.

Dinámica, inquieta, rotunda... Alba vive este momento dulce con mucha tranquilidad y pensando solo en el trabajo bien hecho. Comenzó su carrera en los medios en la televisión de Galicia, pero desde 2014 está vinculada a Mediaset y hoy es una de las caras más representativas de sus informativos.

Antes de iniciar unas merecidas vacaciones en su Galicia natal, hace balance con nosotros.

¿Cuáles son las claves del éxito de *Noticias Cuatro*?

Una gran audiencia con-

lleva una gran responsabilidad. Estamos muy contentos de que las audiencias nos respalden, pero para nosotros no son un condicionante, la prioridad es la calidad del informativo y ese es el compromiso con la audiencia. La clave es el formato tan libre, en el que ponemos en valor la figura del periodista, y el espectador reconoce las caras de *Noticias Cuatro*. La combinación de rigor periodístico con el dinamismo que requiere un formato en televisión es la clave.

¿Cómo vives los tiempos convulsos que está atravesando Mediaset?

¡Cuántas crisis de la televisión ha habido! Cada generación tiene sus amenazas. Lo importante es saber hacer autocrítica, que es lo que nos permite seguir creciendo y adaptándonos a los nuevos tiempos. El día que no se haga autocrítica es que algo está fallando.

Llevas toda tu carrera vinculada a informativos.

He hecho programas de entretenimiento, he estado

en deportes, en el tiempo... pero es verdad que yo encuentro mi sitio en informativos. Empecé como ayudante de redacción en informativos Telecinco, luego pasé a dar el tiempo y de ahí a ser la presentadora del informativo matinal, que fue una experiencia dura, que personalmente me pasó factura porque tenía que levantarme a la una de la madrugada para entrar a trabajar a las dos, pero que profesionalmente me enriqueció muchísimo y me ayudó a crecer.

¿Te gustaría cambiar de registro?

He estado en otros formatos y sé que estoy capacitado para ello, pero ahora estoy en el informativo encantada y experimentando constantemente. Soy una persona bastante inquieta y busco todo el rato la forma de renovarme, de no caer en la desidia. Vivo el presente y me encanta donde estoy.

"Soy una persona bastante inquieta, que busco todo el rato la forma de renovarme, crecer y de no caer en la desidia"

¿Qué haces para bajar las revoluciones del directo?

La adrenalina del directo es adictiva, en el momento que deje de sentirla creo que me haré a un lado. Sales del informativo con muchas revoluciones. Yo después voy a comer con mi equipo, repasamos lo que ha ido bien y mal, y salimos más calmados. Hacemos como una especie de terapia de grupo. +++

"La adrenalina del directo es adictiva, en el momento que deje de sentirla creo que me haré a un lado", confiesa

La presentadora comenzó su carrera en la televisión gallega y desde 2014 forma parte de los informativos de Mediaset.



**ALBA ESTÁ
ENCANTADA
PRESENTANDO
NOTICIAS
CUATRO**

+++ **¿Eres capaz de desconectar cuando terminas la jornada?**

Es muy difícil en esta profesión, sobre todo porque la gente que te rodea demanda constantemente conversaciones que tienen que ver con tu trabajo y hace que siempre estés activa. Yo me lo tomo con total naturalidad, aunque reconozco que también necesito mi momento de pilates, de literatura ligera o de ver una serie que no me haga pensar demasiado. Pero cuando me voy a Galicia y estoy paseando por la playa puedo dejar perfectamente el móvil en casa y no estoy pensando en ningún tema de actualidad.

¿Cuál ha sido la noticia que más te ha costado dar?

Recuerdo la muerte de Alfredo Pérez Rubalcaba, porque estaba cubriendo la baja de maternidad de Isabel Jiménez y estaba con el gran David Cantero. Me impactó muchísimo porque era la primera noticia muy relevante que me tocaba dar. Y después la época del Covid, que fue muy dura, porque, además, estaba en el matinal, salía a la una de la mañana de casa y era una ciudad fantasma.

¿Y cuál te gustaría dar?

A mí lo que me gustaría dejar de dar son los asesinatos de violencia machista. Cada vez hay más víctimas y me da la sensación que hay cierto desapego con algunas noticias que son muy crueles. La violencia machista es una lacra que debería estar en el centro de la información casi diariamente.

¿Ha cambiado la forma de comunicar?

Totalmente. Hasta la forma de vestir de una presentadora de informativos ha cambiado radicalmente. Nosotros en *Noticias Cuatro* no nos disfrazados, vamos cómodas, con looks elegantes y modernos, pero vestimos como la persona que nos está viendo al otro lado de la pantalla.

¿Quiénes han sido tus referentes en tu carrera?

Los compañeros que he tenido a lo largo de mi tra-

"Toda mi experiencia anterior es el resultado de lo que soy ahora", asegura.

"En esta profesión es difícil desconectar, pero cuando me voy a Galicia y estoy paseando por la playa puedo dejar perfectamente mi móvil en casa y no pensar en ningún tema de actualidad"

yectoria. He ido aprendiendo de cada uno de ellos, pero Juan Pedro Valentín, que es el director de *Noticias Cuatro*, es mi referente.

¿Cómo fue trabajar al lado de Pedro Piqueras?

Me transmitía mucha calma. Yo con Piqueras aprendí a contar hasta diez, porque cuando eres joven tienes muchas ganas de que vean tu potencial, de trabajar y entonces era más pasional a la hora de presentar un tema. Piqueras era una persona que siempre mantenía la calma y no levantaba una nota por encima de otra.

¿La imagen es muy sacrificada en televisión?

Yo me cuido como todo el mundo, no me vuelvo loca. Hago mis clases de fuerza, pilates, trato de caminar bastante. Al usar maquillaje todos los días cada vez pongo más el foco en los productos de calidad para desmaquillarme e hidratarme la piel. Como bastante saludable, no soy de azúcares y ultraprocesados, pero como mucho, soy de plato hondo. Desde hace tres años he tomado más conciencia de la alimentación y en el momento que empiezas a comer bien es asombroso cómo te responde el cuerpo.

¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

No tengo mucho tiempo libre entre el trabajo en la tele, eventos y presentaciones a los que acudo. Así que llego a casa, ceno con mi pareja y a la cama porque a las seis de la mañana estoy en pie durante la semana. Yo trato de invertir en tiempo de calidad con mis amigos más cercanos. Siempre estoy dispuesta a descubrir una exposición, ir a la presentación

de un libro, pasar una tarde de compras divertida con mis amigas y viajar, que es una de mis pasiones.

¿Y estas vacaciones?

En Galicia, en la zona de Carnota, donde está mi familia. A medida que me hago mayor cada vez tengo más morriña, tengo más ganas de volver a casa y pasar más tiempo con mi familia y amigos, disfrutar del paisaje, la gastronomía... Entre mis planes de futuro, muy futuro, está volver a casa seguro.

¿Piensas en el futuro?

Ahora vivo el presente. Me pasé muchos años visualizando lo que iba a llegar y en estos momentos estoy en una etapa muy bonita y quiero disfrutarla al máximo y que no se me pierda nada.

"A medida que me hago mayor tengo más morriña de mi tierra y más ganas de pasar tiempo con mi familia"

¿Y en esa época que visualizabas?

Me tocó la crisis del 2008, era una época de mucha inestabilidad en la que no sabías hacia dónde iba a ir tu futuro. Yo me marché a Londres un año y medio porque aquí no había mucho futuro, y volví porque me llamaron de informativos Telecinco.

¿Qué consejo darías a una chica que comienza ahora en el periodismo?

Que tenga mucha calma y paciencia.

.....
Sonia Montero

Fotos: Luis Miguel González

"Me gusta la moda, sigo las tendencias, pero al cumplir años prefiero elegir lo que me queda bien. Estoy en un punto en el que busco la comodidad, apenas llevo complementos".

María Pombo, en su refugio favorito

La influencer, su marido, Pablo Castellano, y sus tres hijos pasan el verano en su querida Cantabria



Pablo y María disfrutando del tradicional bocata de playa en las tumbonas.



La influencer, de 31 años, volvió a hacer gala de su magnífico estado de forma con un llamativo bikini de colores muy vivos que realzaba su bonito bronceado.



**LOS JUEGOS
EN EL AGUA
DE PABLO
Y MARÍA**



UN verano más, María Pombo ha elegido su querida Cantabria para disfrutar del verano en familia. Concretamente, los Pombo tienen una casa familiar en Galizano, en el municipio de Ribamontán al Mar, donde pueden pasar el día disfrutando de sus maravillosas playas.

La familia lleva ya allí unas semanas, pero María hizo un breve viaje a Madrid para conocer a su nueva sobrina, Lola Belén (hija de su hermana mayor, Lucía) y después regresó junto a su ma-

rido, Pablo Castellano, y sus tres hijos para continuar con unas vacaciones marcadas por la tranquilidad, el mar y los planes en familia.

Cómplices

Las imágenes que mostramos reflejan el excelente momento personal que atraviesa. María y Pablo Castellano aprovecharon el buen tiempo para disfrutar juntos del mar, mostrándose especialmente cómplices mientras saltaban las olas y compartían divertidos momentos de complicidad en el agua. Sonrisas, miradas y +++



Pablo y María pendientes de una de sus sobrinas.

+++ gestos de cariño que evidencian la sólida relación que mantienen después de tantos años juntos.

Durante la escapada también estuvieron acompañados por otros miembros de la familia Pombo, entre ellos la hermana mediana de María, Marta, y algunos de sus sobrinos, todos compartiendo un ambiente relajado.

Pequeños momentos

Como broche final a esta agradable jornada de playa, la familia compartió un almuerzo bajo la sombrilla antes de poner rumbo a casa. Un plan sencillo, lleno de naturalidad y de pequeños momentos, que confirma

que para María Pombo el verdadero lujo del verano sigue siendo disfrutar del tiempo con los suyos en la costa cántabra, "mi cielo", como ella misma la describe. Un lugar sin duda muy especial para ella, de hecho también fue el elegido para su boda con Pablo, en 2019.

La mañana transcurría con total normalidad hasta que un socorrista advirtió a los bañistas de la presencia de medusas y de que se había izado la bandera roja, motivo por el que todos decidieron abandonar el agua y continuar disfrutando del día desde la arena.

Fotos: Agencias



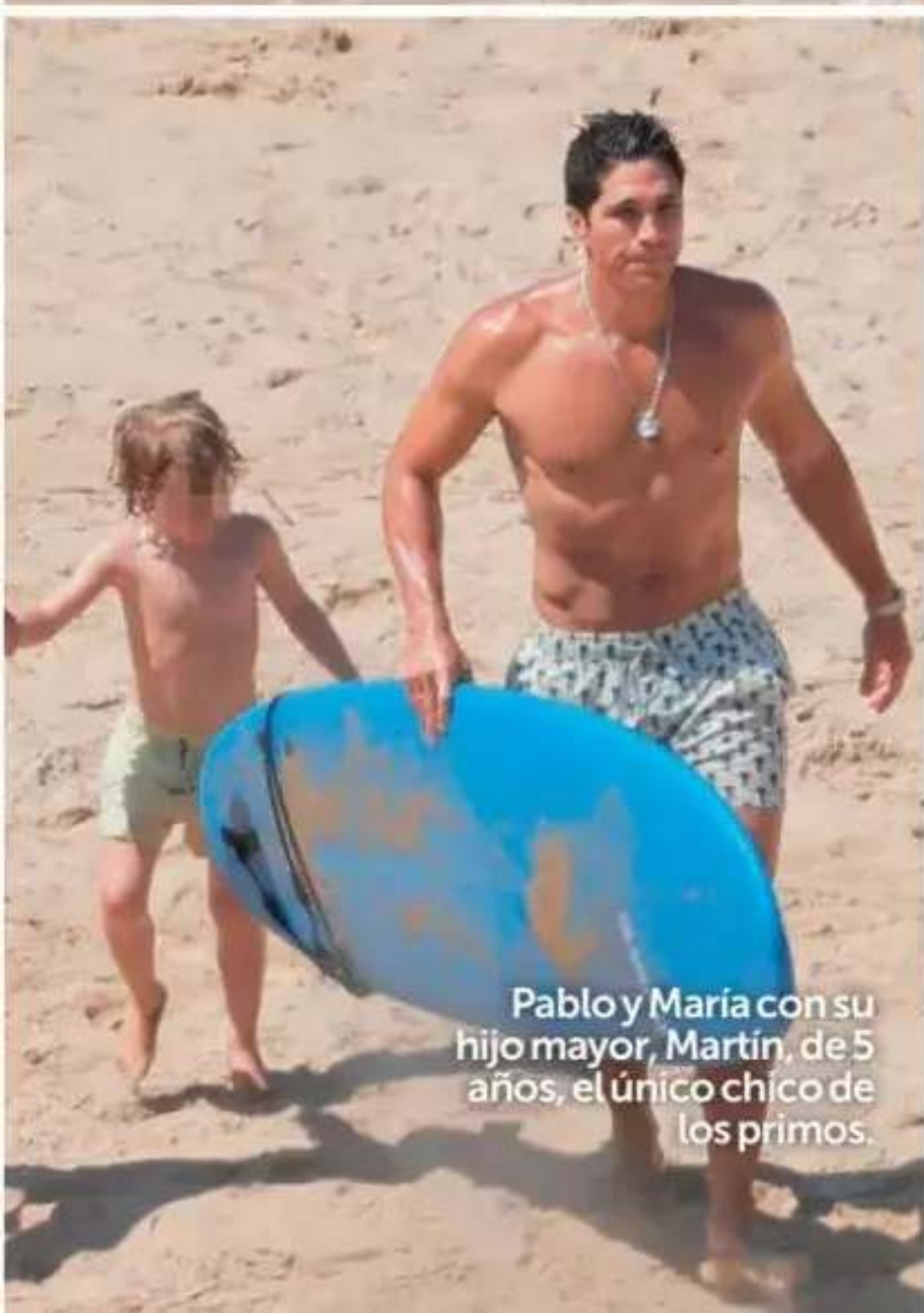


**LAS HERMANAS
POMBO ESTÁN
MUY
UNIDAS**

Cantabria es el lugar de vacaciones de la familia Pombo desde que eran niñas y las hermanas han seguido la tradición de sus padres

UNA FAMILIA NUMEROSA

Las tres hermanas Pombo están muy unidas. Este día de playa, solo estaban María (31) y Marta (34), porque la mayor, Lucía (36) acababa de ser mamá y se encontraba todavía en Madrid.



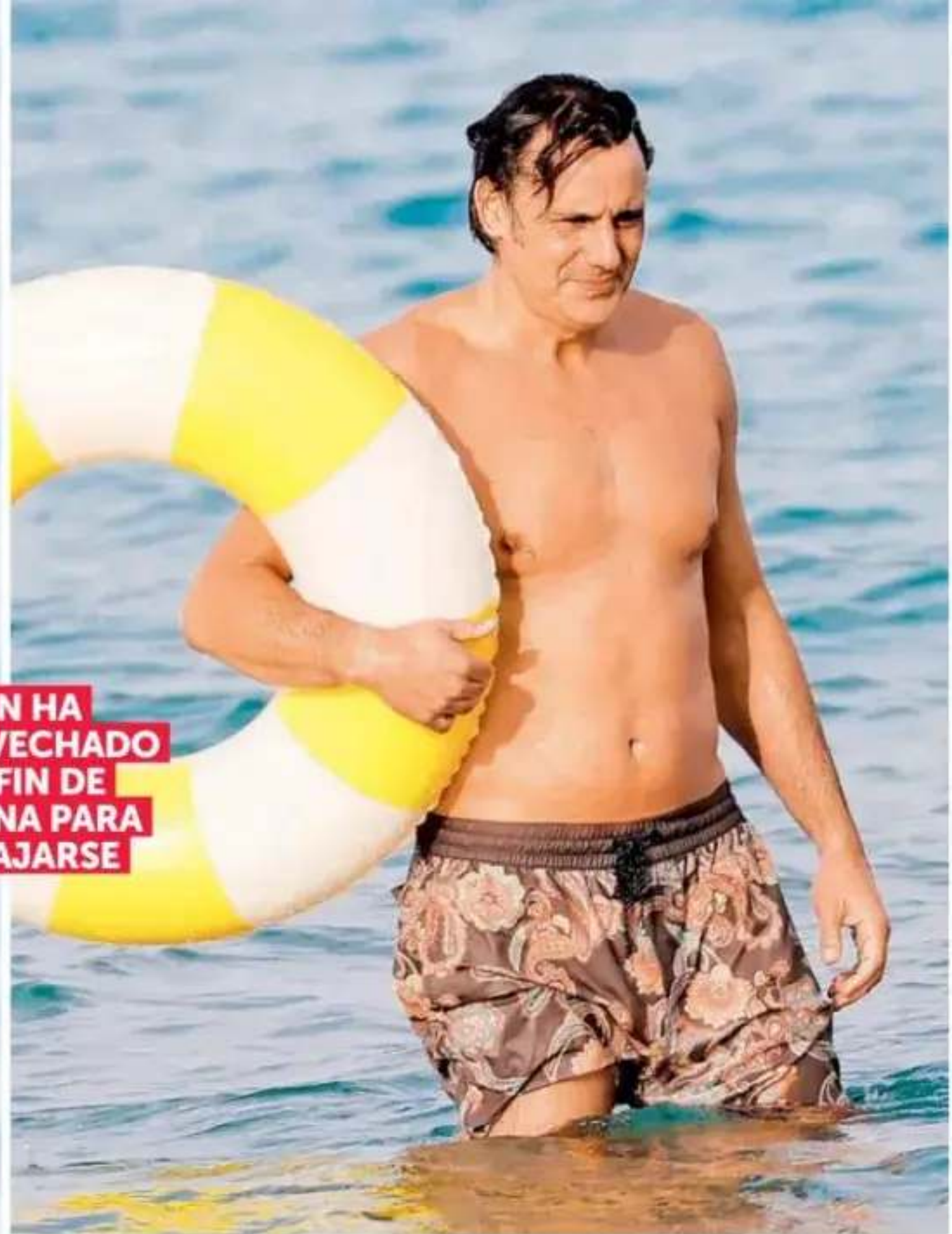
Pablo y María con su hijo mayor, Martín, de 5 años, el único chico de los primos.



María poniendo crema a su hermana Marta.

El presentador de
Telecinco está en
buena forma a sus
49 años

**ION HA
APROVECHADO
UN FIN DE
SEMANA PARA
RELAJARSE**



Ion Aramendi, escapada a la playa en familia

El presentador vasco ha
pasado unos días de
relax junto a su mujer y
sus tres hijos en las
costas del Mar Menor

DESDE hace muchos años, La Manga del Mar Menor (Murcia) se ha convertido en el segundo hogar para Ion Aramendi y su familia. Todos los veranos, el presentador vasco, su mujer, María Amores, y sus tres hijos se escapan a esta costa para disfrutar de su buen clima, del sol y la playa.

Aunque este verano está siendo muy diferente al de otros años debido a sus compromisos profesionales, ya que Ion está de lunes a viernes al frente de *El verano se mueve*, el programa de las tardes de Telecinco, donde María también participa con una sección propia. Pero aún así, el matrimonio saca tiempo para disfrutar en familia, como se puede apreciar en las imágenes que les mostramos.

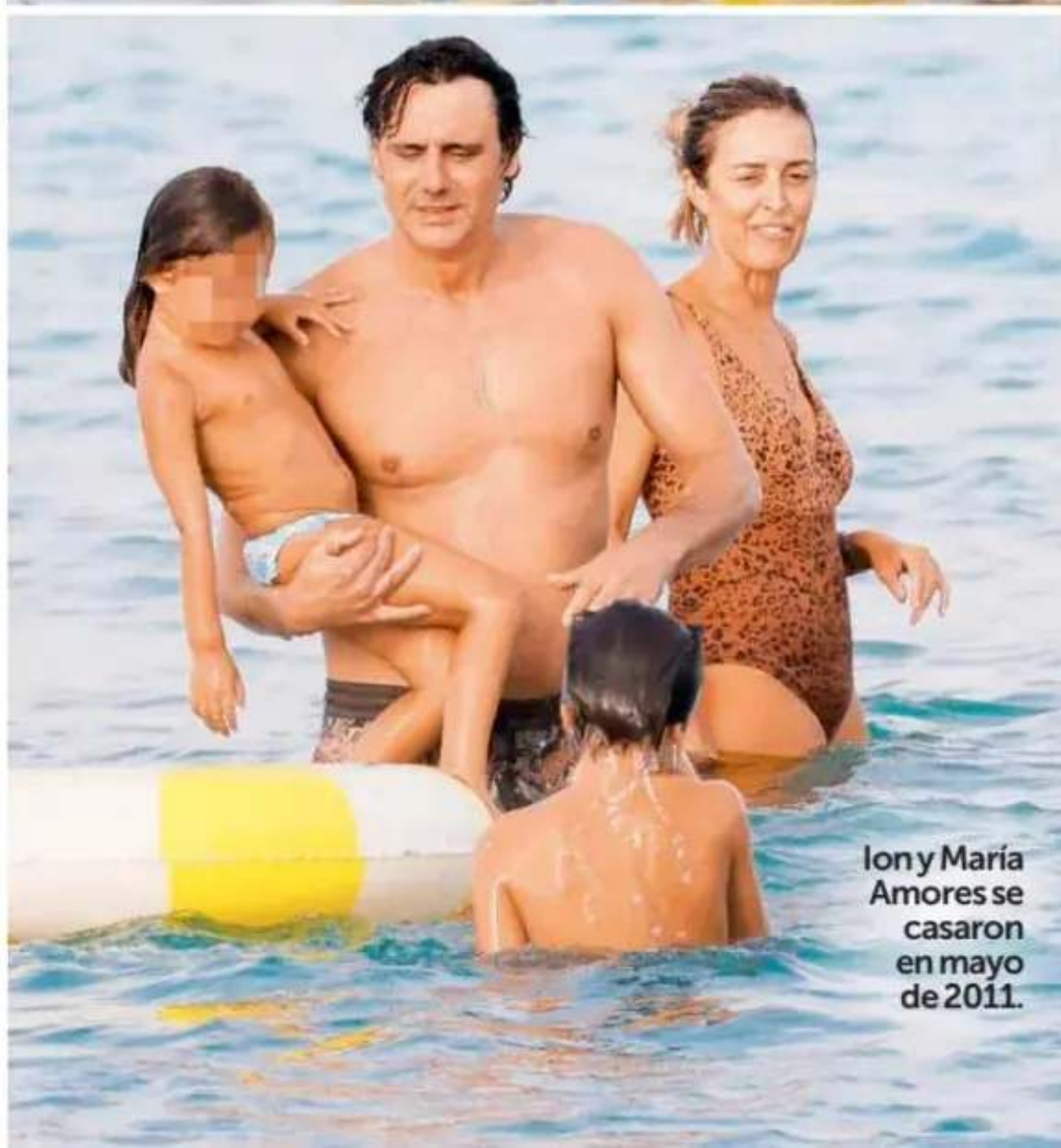
Han sido unos días tranquilos en la playa recargando pilas junto a sus seres queridos

La oportunidad surgió gracias a una grabación del programa en Cartagena que Ion aprovechó para enlazar un fin de semana largo y regalarle una escapada familiar en ese rincón del Mediterráneo que tantos recuerdos guarda para ellos. Unos días sencillos, marcados por los paseos junto al mar, los juegos con los niños y la tranquilidad de compartir tiempo en familia, el mejor plan para recargar energías.

Las imágenes muestran a un Ion relajado, sonriente y volcado en los suyos. Una faceta que siempre ha defendido con naturalidad y que vuelve a quedar patente en este verano tan especial.

Fotos: Agencias

Ion siempre ha dicho que adora a su familia y que su mejor plan es pasar tiempo con ellos.



Ion y María Amores se casaron en mayo de 2011.

Desde que hace cuatro años regresara a Mediaset, Ion ha estado al frente de algunos de los programas de más éxito de la cadena

Eva Longoria, presume de figura a sus 51 años

La actriz estadounidense disfruta de unos días de descanso en la Costa del Sol



Eva Longoria aprovechó una jornada de playa para relajarse junto a su familia.

DESDE que adquirió su lujosa mansión en Puerto Banús, Eva Longoria ha convertido Marbella en su segunda residencia y en el destino perfecto para disfrutar del verano. Tal y como muestran estas imágenes, la protagonista de *Mujeres desesperadas* ha presumido de espectacular figura a sus 51 años con un favorecedor bikini de estam-

pado de leopardo que realzaba su envidiable silueta.

La actriz, que ha confesado que entre sus planes favoritos se encuentra pasear por la playa, está disfrutando de unos días de desconexión junto su marido, el empresario y ejecutivo de medios Pepe Bastón (58) y su pequeño Santiago, tras presidir el pasado 25 de junio la gala Global Gift junto a su amiga María Bravo. ■

estilo y vida

www.semana.es
SEMANA

MODA

Adlib: la tendencia más libre y romántica que triunfa cada verano

BELLEZA

Los perfumes más frescos de la temporada

TRUCOS

LOS CONSEJOS DE LA ORDENATRIZ

Manchas de verano: de la crema solar al vino

Y ADEMÁS

Te interesa, ocio, pasatiempos, horóscopo...

SALUD

Cuidados de tu boda

Bienestar físico y mental

Adlib hasta el infinito

Libre, bohemia, natural... todos los adjetivos caben en esta tendencia nacida en Ibiza y protagonizada por materiales como el algodón, el lino y los bordados artesanales, que nos conquista cada verano



Lucía
Rivera (27).

Romántica

La versión más purista nos lleva a los vestidos largos con bordados, entredoses, encajes y nido de abeja.



Isabel
Jiménez
(52).

Versión minimal

Con profundo escote y aberturas, pero sin bordados, el vestido más etéreo es un gran aliado combinado con crochet y rafia.



Nieves Álvarez
(52).

Un plus de color

Aunque el blanco es el absoluto protagonista de la moda Adlib, el color también gana en verano.



Los clásicos vestidos blancos bordados tienen como pareja ideal a los accesorios con color. Fiona Ferrer (52) lo hace eligiendo cartera, sandalias y pendientes en naranja, para dar el punto de luz.



En dos piezas

No solo los vestidos, también los conjuntos tienen su hueco en esta artesanal tendencia. Especialmente las fadas minis y los crop top, como luce Malena Costa (36), que cumple con todos los requisitos: volantes, fruncidos, encajes y bordados. El resultado es el estilismo más naif.

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



escanéame



► Crop Top de Poupette St Barth en Mytheresa. 201 €



► Colgante espinela negra de Tous. 159 €



► Falda de Charo Ruiz en Yoox. 164 €

EN VERANO PENSAMOS SIEMPRE EN LOOKS BLANCOS Y LUMINOSOS, PERO TAMBIÉN EL NEGRO GANA EN LAS NOCHES DE FIESTA

► Bolso de mimbre de El Corte Inglés. 145 €



El capazo de rafia pasa de la arena de la playa a convertirse en accesorio de los looks de noche

► Sombra de ojos Pro Palette Refill Pan de M.A.C. 18 €



► Cuñas de Castañer. 115 €



Eugenia Osborne (38) tiene el look infalible, con mini y crop top bordado y las alpargatas de cintas y cuñas de esparto.

Botiquín de vacaciones

El contenido debe adaptarse al destino, la duración del viaje y las necesidades personales

UNA pequeña incidencia puede complicarse mucho más cuando estamos lejos de casa, no conocemos el sistema sanitario o no dominamos el idioma, por lo que un botiquín resulta esencial. Fátima Rachdan, especialista en medicina integrativa, suplementación y longevidad, recuerda las 12 cosas que no deberían faltar en un botiquín de vacaciones.

- 1. La medicación habitual**, que debe ir en el equipaje de mano, dentro de sus envases originales y con el prospecto.
- 2. La receta o un informe médico** del uso de medicamentos especiales.
- 3. Un analgésico y anti-térmico** para el dolor de cabeza, molestias musculares, dolor menstrual...
- 4. Material básico para curas**: gasas estériles, apósitos, tiritas, esparadrapo y unas pequeñas tijeras.
- 5. Un antiséptico** cutáneo.

6. Un antihistamínico. Puede ser útil frente a reacciones alérgicas leves, urticaria o picaduras, siempre que se haya escogido con asesoramiento profesional.

7. Sales de rehidratación oral. La diarrea y los vómitos no solo producen malestar: también pueden provocar una pérdida importante de agua y electrolitos, sobre todo en niños, personas mayores y durante episodios de calor.

8. Un antidiarreico de uso puntual.

9. Protector solar con un factor de protección adecuado frente a radiación UVA y UVB.

10. Repelente de insectos.

11. Un termómetro.

12. La medicación indicada para el destino: la profilaxis contra la malaria, los tratamientos para el mal de altura o cualquier otro medicamento específico que recomiende el Centro de Vacunación Internacional. femfarmacia.com



Las ideas más nuevas

INFUSIONES FRÍAS El afterwork de Cupper

● Cupper es una propuesta refrescante, sin gas y sin azúcares añadidos elaborada con más de un 40% de zumo de frutas ecológicas. Tres combinaciones de sabores. www.cupper-teas.es



PROTEGE EL CABELLO DEL SOL Spray sin aclarado de Pantene



● Spray Sunkiss Glow, de Pantene, en formato mini, es el primer gesto de cualquier rutina capilar en verano. Ayuda a proteger el cabello frente a los efectos de la radiación solar, la sal y el cloro, mientras aporta un acabado luminoso. Su pequeño tamaño lo hace ideal para llevarlo en el neceser o en el bolso. Pvr: 4,99 €

pantene.com

SCALPERS Para niños

● Scalpers Kid Boys es una fragancia afrutada, almizclada y amaderada para niños curiosos que no paran. Con notas de membrillo, manzana y madera de coco. Y el set incluye una gorra de Scalpers. Pvr: 58,50 € scalperscompany.com



DECORACIÓN El Corte Inglés

● El Corte Inglés presenta Sunset Cinema, una cápsula inspirada en uno de los planes más especiales del verano: disfrutar de una película al aire libre al caer el sol. En centros de El Corte Inglés, en la App de compra y en elcorteingles.es



Recetas de chef

Cocina a lo grande

Algunos de los cocineros más reputados de nuestro país nos han desvelado algunos de los secretos de sus platos para que los prepares en casa, pero no olvides visitar sus restaurantes

Foto y receta: Restaurante Inti de Oro (c/ Edgar Neville, 17, Madrid)



TRUCOS

Usa siempre pescado muy fresco.

-3 minutos de curado con el limón es suficiente para que quede jugoso y tierno

-La leche de tigre es un elixir, bébela o úsala para cócteles o sopas.

-El ají limo es muy picante y el jalapeño más suave.

-La textura del maíz y el dulzor del boniato equilibran la acidez del ceviche.

Ceviche de corvina

INGREDIENTES

- 600 g de filete de corvina en cubos de 2 cm
- cebolla morada
- 2 ají sin semillas
- 1 cucharada de perejil picado
- 4 cucharadas de cilantro fresco
- 2 ajos
- 1 cucharadita de jengibre fresco rallado
- sal
- pimienta blanca
- 2 choclos cocido (maíz)
- 1 boniato
- 4 lechugas

PREPARACIÓN

Corta 1 cebolla morada, en juliana fina en juliana muy fina. Ponla en agua

fría con una pizca de sal durante 10 minutos para suavizar su sabor. Escurre y reserva.

Marinar brevemente el pescado: Coloca 600 grams filete de pescado blanco fresco (corvina, lenguado o merluza), en cubos de 2 cm en un bol grande. Añadir 1 cucharadita de jengibre fresco rallado, 2 ajo picado fino y 1/2 cucharadita de sal. Mezclar bien y deja reposar 2 minutos.

Exprimir 8 limones directamente sobre el pescado. Añadir 2 ají o chile serrano, sin semillas, en rodajas finas. Mezclar con cuidado y dejar curar exactamente 3 minutos (el limón 'cocina' el pescado por fuera pero lo mantiene jugoso dentro).

Añadir la cebolla escurrida, 4 cucharadas de cilantro fresco picado y 0.5 cucharaditas de pimienta blanca. Mezclar suavemente. Probar y ajustar sal

o limón al gusto. El jugo que se forma (leche de tigre) debe estar sabroso y equilibrado. Servir de inmediato en platos fríos sobre hojas de 4 lechuga para servir. Acompaña con 2 choclo cocido (maíz) en rodajas y 1 boniato o batata cocida, en rodajas a un lado. El ceviche debe servirse al momento para que el pescado no se sobre-cocine con el ácido.

Tataki de bonito con lima y verduras

INGREDIENTES

- 500 g de lomo de bonito
- 50 g de anacardos
- 200 g de tirabeques
- 200 g de zanahoria
- salsa de soja
- mirin
- miel
- azúcar moreno
- lima (ralladura)

PREPARACIÓN

Cortamos el lomo de bonito en forma de lingote. En un bol mezclamos medio vaso de salsa de soja y medio vaso de mirin. Introducimos el bonito en la mezcla y lo dejamos macerar durante 15 min.

Rallamos las zanahorias en tiras finas con una

mandolina. Cortamos también los tirabeques en tiras delgadas. En una sartén con un poco de aceite salteamos la zanahoria, los tirabeques y los anacardos ligeramente machacados.

Aderezo: mezclamos en un cazo medio vaso de salsa de soja, una cucharadita de miel y otra de azúcar moreno. Calentamos a fuego suave hasta que la miel y el azúcar se disuelvan por completo. Reservamos caliente.

Sacamos el bonito de la marinada, lo dejamos escurrir unos minutos y lo marcamos en una plancha bien caliente, sellando las cuatro caras del lingote. Una vez sellado, dejamos que se atempera y lo cortamos en láminas de medio centímetro de grosor.

Emplatado: Disponemos las verduras en la base del plato. Colocamos encima las láminas de bonito y las cubrimos con el aderezo de soja, miel, azúcar moreno y ralladura de lima.



Foto y receta: Bodega de los Secretos (C/ San Blas 4, Madrid)

Láminas de calabaza asada con yogur y crunch de pistachos

INGREDIENTES

- 1 k de calabaza
- 100 g de queso mascarpone o similar
- 1 yogur griego
- 50 g de frutos secos (pistachos, pipas y nueces)
- 1 diente de ajo
- hierbabuena
- sal
- aceite de oliva virgen

PREPARACIÓN

Laminamos la calabaza y la asamos en el horno.

El tiempo dependerá del grosor de las láminas, aunque normalmente estará lista en unos 30-40 minutos.

Mientras tanto, en una sartén doramos el ajo picado junto con los frutos secos ligeramente machacados. Reservamos.

En un bol mezclamos el queso mascarpone con

el yogur griego y añadimos la hierbabuena finamente picada.

Emplatado: Extendemos la mezcla de queso y yogur sobre una fuente o plato plano. Colocamos encima las láminas de calabaza asada y terminamos aliñando con el aceite aromatizado con el ajo y los frutos secos.



Foto y receta: Bodega de los Secretos (C/ San Blas 4, Madrid)

**ALBERTO VILLAR, JEFE DE COCINA
PROPIETARIO DE LA BODEGA DE LOS
SECRETOS NOS HA CEDIDO ESTAS RECETAS**

Foto y receta: Restaurante Infame (C/ Cava Alta 4, Madrid)



Gazpacho con txangurro

INGREDIENTES

- 2 k de tomates de Bermeo
- 100 g de pimientos verdes
- 250 g de pepino
- 1 diente de ajo
- 250 g de cebolleta
- 40 ml de vinagre de manzana
- 100 ml de aceite de oliva

Para el txangurro

- 1 centollo de kilo y medio
- 40 g de pimiento verde
- 40 g de pimiento rojo
- 40 g de cebolleta
- 2 huevos cocidos
- 40 g de tomate pelado

- 1 chorrito de Jerez
- 80 g de mayonesa

PREPARACIÓN

Cocemos el centollo en agua con abundante sal panza arriba, enfriamos y sacamos toda la carne de la cabeza y las patas junto con el coral. Después, mezclamos con todos los ingredientes bien picados y los colocamos sobre una tosta de pan con

un sacabollos de helado.

Para el gazpacho, dejamos macerar todos los ingredientes durante 8 horas, trituramos y pasamos por el fino, después, mezclamos bien y ¡a disfrutar!

UNA VERSIÓN ORIGINAL Y SABROSA DE UNO DE LOS CLÁSICOS DEL VERANO

Trucha con aguachile y manzana

INGREDIENTES

- 1 k de trucha
- 1 k de sal
- 1 k de eneldo
- huevas de trucha
- granizado de manzana

Para el aguachile:

- 1 pepino
- 1 lima
- 1 chile
- 2 piparras
- 1 manzana

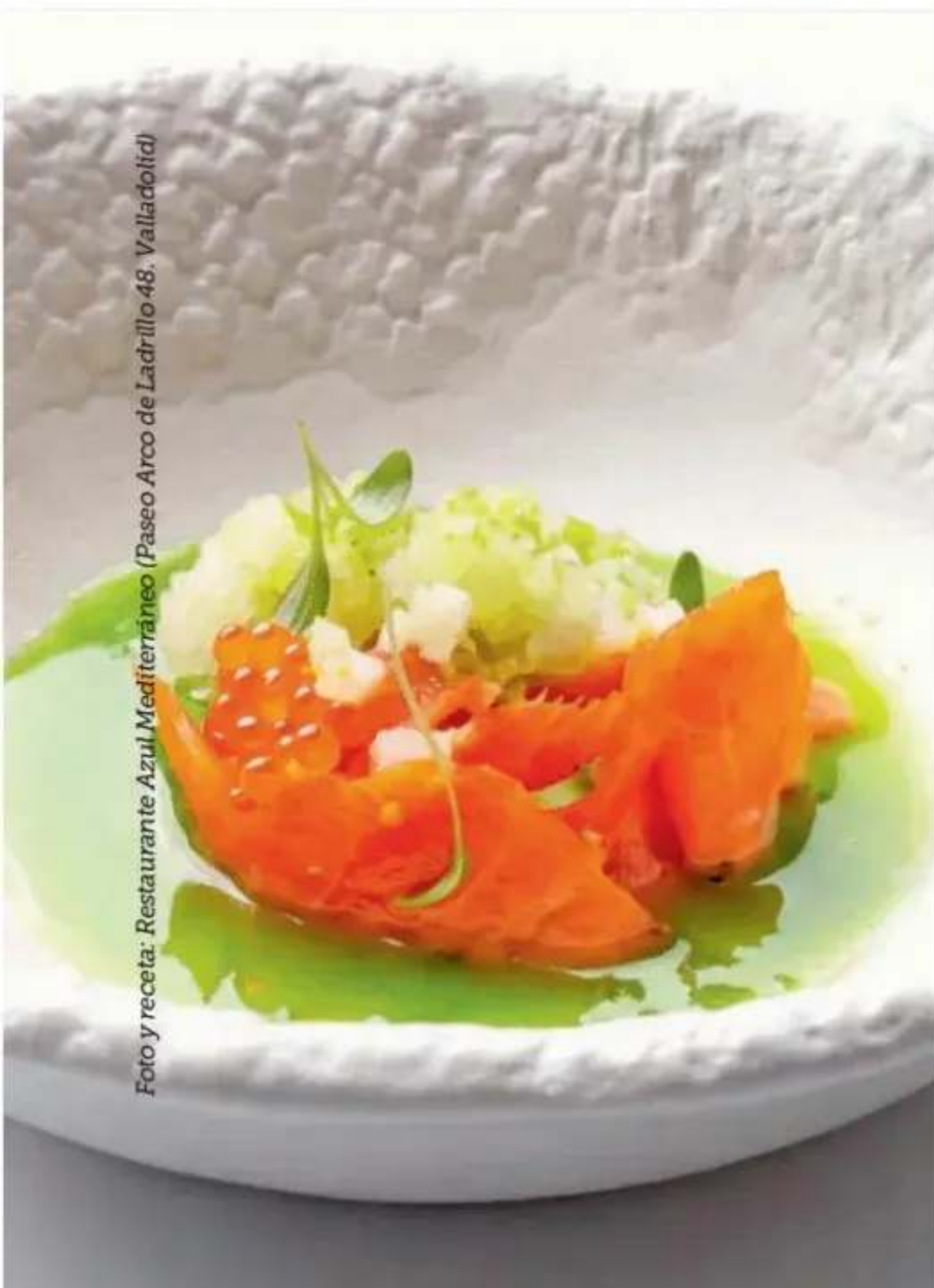
PREPARACIÓN

Mezclar el eneldo, el azúcar y la sal y marinar la trucha ya desespina durante 2 horas. Después, limpiar y cortar en láminas de 1 cm. aproximadamente.

Triturar todos los ingredientes del aguachile, pasarlos por el colador y reservar.

En el plato disponer la trucha en forma de flor, añadir unas huevas y granizado de manzana. Regar con el aguachile.

Foto y receta: Restaurante Azul Mediterráneo (Paseo Arco de Ladrillo 48, Valladolid)



EL CHEF JUAN CARLOS JIMÉNEZ PRADAS ESTÁ A CARGO DE LA COCINA DE AZUL MEDITERRÁNEO, EN VALLADOLID, RECOMENDADO POR LA GUÍA MICHELIN



Foto y receta: Restaurante Infame (C/ Cava Alta 4, Madrid)

Yemas de espárragos con tapenade de aceitunas

INGREDIENTES

- 1 lata de yemas de espárrago extra gordas La catedral
- 1 tomate maduro
- 30 g de lechuga
- 20 g de cebolleta
- 15 g vinagreta francesa
- sal
- Para la tapenade:**
- 40 g de aceitunas negras sin hueso
- 3 filetes de anchoas
- 10 g de cebolleta

- 5 ml de aceite de oliva virgen

PREPARACIÓN

Rallamos el tomate para conseguir la pulpa y escurrimos el agua con un colador, aliñamos con sal y aceite, colocamos las yemas de espárrago sobre la pulpa de tomate, colocamos el tapenade sobre las yemas en una hilera fina por último aliñamos la

lechuga con la cebolleta y la colamos al lado. Aderezamos con aceite de oliva virgen extra todo el plato.

Tapenade: triturar todos los ingredientes hasta que quede una textura granulada.

ESTE REFRESCANTE PLATO LO PODRÁS DEGUSTAR EN EL RESTAURANTE INFAME, EN MADRID, DEL COCINERO VASCO ÁLEX SANTAMARÍA

Salud bucodental

Bienestar físico y mental

Diversos estudios evidencian una relación directa entre los trastornos mentales, la salud oral y la calidad de vida

FACTORES como la ansiedad, el estrés, las conductas obsesivo-compulsivas, los trastornos de la conducta alimentaria y determinada medicación pueden afectar significativamente a la salud oral. Asimismo, determinadas patologías orales pueden tener influencia en la salud mental, complicando determinados trastornos y reduciendo la calidad de vida, según explica el Consejo General de Dentistas de España.

Diversos estudios evidencian una relación directa entre los trastornos

mentales, la salud bucodental y la calidad de vida.

Los adultos con problemas de salud mental presentan un 25% más de caries que la población general, además de una mayor incidencia de otras patologías orales.

Por ejemplo, cerca del 50% padece enfermedad periodontal; 2 de cada 3 han sufrido dolor dental en el último año; y más de un tercio presenta caries no tratadas. Asimismo, estos pacientes suelen presentar peor higiene bucodental y menor uso de técnicas de limpieza interdental. De hecho,

existe una probabilidad 2,7 veces mayor de pérdida total de dientes en casos moderados o graves.

✓ Una relación bidireccional.

La evidencia científica confirma que la relación entre salud mental y salud bucodental es bidireccional. Una mala salud oral puede afectar negativamente al bienestar psicológico, mientras que los trastornos mentales pueden deteriorar gravemente la salud bucal.

Factores como la inflamación sistémica derivada de infecciones orales crónicas se han asociado con enfermedades como la depresión o el Alzheimer. Además, alteraciones biológicas como el aumento del cortisol en saliva en personas con depresión pueden debilitar el sistema inmunitario y afectar a la microbiota oral. Existen múltiples mecanismos que explican esta interacción:

- **Higiene deficiente:** la depresión y la ansiedad reducen la motivación para el autocuidado.
- **Dolor crónico:** incrementa el estrés y la ansiedad.

LOS ADULTOS CON PROBLEMAS MENTALES TIENEN UN 25% MÁS DE CARIES

● **Insomnio:** el dolor dental o el bruxismo afectan al descanso, agravando los trastornos mentales.

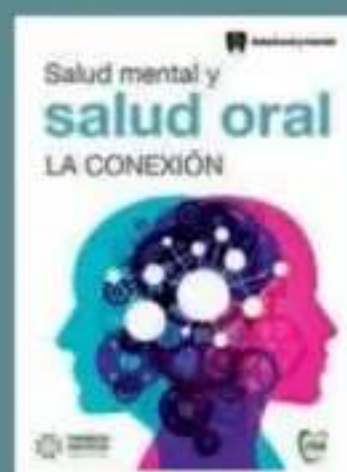
● **Aislamiento social:** problemas bucodentales visibles pueden generar baja autoestima y retraimiento.

● **Efectos secundarios de fármacos:** algunos tratamientos provocan sequedad bucal, aumentando el riesgo de caries y enfermedad periodontal.

✓ Relación con otras patologías.

Existen asociaciones relevantes entre la salud bucodental y distintos tras-

Conexión



Dentistas y médicos advierten claramente sobre el vínculo bidireccional entre la salud mental y la salud bucodental. En este sentido, el pasado mes de marzo, el Consejo General de Dentistas lanzó una campaña sobre este asunto, Salud oral y salud mental para concienciar a la población

de esta relación bidireccional. Por ejemplo, los pacientes con trastornos mentales moderados o graves pueden tener 2,7 veces más posibilidades de perder la totalidad de los dientes. Puedes informarte en www.saludoralymental.es



tornos mentales y neurológicos. Así, la periodontitis se ha vinculado con la enfermedad de Alzheimer; se ha observado relación entre inflamación crónica y trastorno bipolar; los pacientes con esquizofrenia presentan mayor riesgo de enfermedad periodontal; y los trastornos de la conducta alimentaria pueden provocar erosión dental. **En este sentido, la atención odontológica en personas con trastornos mentales requiere estrategias específicas:**

- Crear entornos clínicos seguros y confortables

que reduzcan la ansiedad.

- Desarrollar planes de tratamiento personalizados y centrados en el paciente.
- Considerar el uso de sedación en casos necesarios, siempre bajo supervisión médica.
- Promover la educación sobre la importancia de la higiene bucodental y su impacto en la salud mental. La salud oral no solo contribuye a prevenir enfermedades físicas, sino que también desempeña un papel fundamental en el bienestar psicológico y social de las personas".

Más información en: consejodentistas.es

..... BOCA SANA, VERANO FELIZ

Decálogo para cuidar la boca

El Consejo General de Dentistas ha elaborado "Boca sana, verano feliz", un decálogo para cuidar nuestra sonrisa.

1. Protege tus dientes frente a traumatismos: utilizar protectores bucales hechos a medida cuando hagas deporte.

2. Frutas y verduras: una dieta sana y equilibrada, rica en frutas, verduras, pescados y lácteos evita la desmineralización del esmalte y el riesgo de caries.

3. Bebe mucha agua: mantener la boca húmeda favorece la producción de saliva y nos protege frente a la caries, la enfermedad de las encías, el mal aliento y otros problemas bucodentales.

4. Limita las bebidas carbonatadas y ácidas: tienen altos niveles de azúcar, lo que incrementa el riesgo de desmineralización del esmalte y, por tanto, de caries.

5. Mantén tu hábito de cepillado bucodental: Hay que asegurarse de lavarse por la mañana y antes de irse a dormir. De manera excepcional, si el cepillado no es viable, se puede puntualmente masticar chicle sin azúcar de xilitol.

6. No olvides la higiene interdental nocturna: si no se usa seda dental o cepillo interdental, dejaremos el 35% de la superficie de los dientes sin limpiar.

7. Protege tus labios del sol: la exposición solar sin protección puede derivar en determinados tipos de cánceres de piel y también puede afectar a los labios. Se debe utilizar sombrero y protegerse con labiales que contengan factor de protección solar.

8. No fumes: el tabaco es uno de los principales factores de riesgo de cáncer oral y también produce tinciones en los dientes, mal aliento y enfermedad periodontal.

9. Evita el alcohol: las bebidas alcohólicas son ácidas, por lo que pueden causar erosión dental, sensibilidad y caries. También provoca deshidratación en las mucosas orales y, si se bebe en exceso, puede aumentar el riesgo de caídas y traumatismos dentales.

10. Visita al dentista a la vuelta de vacaciones: el momento ideal para acudir al dentista es después del verano, justo antes de volver a la rutina del trabajo o el colegio.

Los perfumes más frescos

Los aromas intensos, amaderados y cálidos pasan durante estos meses a un segundo plano y ganan protagonismo los cítricos y florales



► Eau de Toilette Summer Waves de Yves Rocher. Calidez del sol en la piel fundiendo el frescor del agua con la sensación envolvente de la arena y la caricia solar. 24,99 € (100 ml)



► Cheirosa 62 Perfume Mist de Sol de Janeiro. Con aromas de pistacho, almendra y caramelo. 39 €. Solo en Sephora.



► Tempio D'Acqua de Casamorati. Fragancia unisex con notas frutales, florales y herbáceas. Aroma con fondo cálido y especiado. 110 € (30 ml)



► L'eau Ambrée de Kenzo. Perfume unisex que combina notas florales y ambarinas, con un trío de Ylang-Ylang en distintas formas y leche de higo. 54 €

**EN
LOS DÍAS DE
MÁS CALOR LAS
FAMILIAS
CÍTRICAS SON LAS
QUE MEJOR SE
INTEGRAN EN
LA PIEL**



► Sun de Lush. Cálidas notas de mimosa y naranja de Brasil acompañadas de aceite de sándalo. 70 €



► Moschino Toy 2 Gummy. Estallido de frescor de bergamota y naranja sanguina, con avellana dorada y madera de Akigala. 95 €



► Yum Pistachio Gelato 33 Eau de Parfum Intense Kayali. Pistachio y algodón de azúcar picante. 95 € Solo en Sephora.

► Mandorlo di Sicilia de Acqua Di Parma. Cítricos italianos, almendra verde y vainilla. 165 € (100 ml).



► Pomegranoudf Fugazzi. Combina notas de granada, bergamota y frutos rojos con la profundidad de madera de oud. 205 € (100 ml)



► Yummy Mists de Cacharel. Brumas corporales con notas afrutadas y florales. 29 € cada una.

¿UN TRUCO PARA CONSERVARLO EN VERANO? GUARDA EL FRASCO EN LA NEVERA

► Rose Chérie Eau de Parfum de Guerlain. Fragancia romántica salpicada de toques olfativos suaves y difuminados: el verde tierno de la almendra, el rosa pálido de los pétalos, el rosa más intenso de las notas de frambuesas y el malva de la nota de violeta. 335 €



► Eau Des Sens Diptyque. Tributo a la naranja amarga, flores, especias y un toque amaderado suave. 155 €



► La Collection Privée Dior Paradise. Inspirado en los almendros de la Colle Noire. 198 €

► Pomelo Malindi de New Notes. La energía vibrante del pomelo maduro, la frescura de la brisa marina y la sensualidad envolvente del ámbar blanco. 180 €



► 771 Coco d'Été Les Secrets Beach Club by Equivalenza. Perfume refrescante y vibrante con lima, menta y ron. 19,95 €



► This is Love de Kuka&Chic. Floral, cálido y desenfadado. 58 €

LOS CONSEJOS DE

La Ordenatriz

BEGOÑA PÉREZ

Nos da soluciones
para los problemas
domésticos habituales



MANCHAS DE VERANO. PARTE 1

No se si os habéis parado a pensarlo, pero lo cierto es que cada estación del año parece que lleva asociada sus propias manchas. Ya sea por el tejido de las prendas que usamos en cada momento, las comidas o, incluso, los planes. Es por eso que el verano trae consigo ciertas manchas que difícilmente vamos a encontrarnos el resto del año: manchas de crema, en chanclas, en los bañadores... Sigue leyendo que te voy a contar cómo acabar con cada una de ellas.

● **Para la planta interior de los zapatos:** necesitamos un cepillo de microfibra y la fórmula mágica. Rocía con ella y frota bien. Para terminar, aclara con agua y pasa luego una bayeta de microfibra para secar. Si se trata de zapatos tipo Birkenstock (marca alemana conocida por su suela anatómica), es muy importante que cepilles a contrapelo al final para que no pierda su textura.

● **Color amarillento en trajes de baño:** solo tienes que sumergir la prenda en vinagre de limpieza y dejarlo dos horas. Al terminar, lávalo con jabón blanco o

de manos frotando y ¡ya estaría!

● **Para manchas de vino:** sumerge la ropa en agua caliente con percarbonato durante un par de horas y a la lavadora.

● **Si tu mancha es de crema solar:** rocía la zona afectada con alcohol y frota bien. Después, lava con tu programa habitual. Este truco sirve tanto para la ropa de calle como para los bañadores.



Para eliminar las manchas de crema solar, rocía la zona afectada con alcohol y luego frota bien. Después lava en la lavadora.



Consejo extra

Por si sois nuevos por aquí o no te acuerdas de cómo preparar la fórmula mágica: solo necesitas medio litro de agua caliente, dos cucharaditas pequeñas de jabón en escamas y 50 ml de amoníaco. Guárdalo en un frasco con difusor y tendrás producto para mucho mucho tiempo y para todo tipo de manchas.

Ahorra
cocinando
este verano

● **Aprovecha esta época del año** para hacer platos fríos, como ensaladas o gazpachos, utilizando, siempre que puedas, productos de temporada.

● **Si vas a usar la vitro,** cocina de una sola vez todo lo que vayas a hacer y en grandes cantidades para poder congelar.

● **Recuerda que el horno gasta más energía** que el microondas.

● **Usa la fruta madura** para hacer ricos smoothies, batidos y macedonias.

Recupérate
del calor
con romero

Si a consecuencia de las altas temperaturas, notas mucha fatiga y falta de concentración, prueba a tomar cada día una infusión fría de romero con unas rodajitas de limón. Esta hierba aromática potencia de forma natural la circulación de las piernas y la cerebral, estimulando el sistema nervioso y subiendo ligeramente la presión arterial.

Pasatiempos de verano

AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 23 cuadros en blanco	HIZO ARANAZOS INANIMADO, SIN VIDA MILIBAR	CIERTA INFUSIÓN UTILIZAS CUBRIERA CON LACA CHILE, PIMIENTO	ETAPAS EXPRESA ALGO CON PALABRAS FABRICAS MONEDA	ORG. PALESTINA RABICORTA FABULISTA GRIEGO SÍMBOLO DEL ÁREA	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO HIZO UNA TASACIÓN	ANT., PRE- CEPTORAS ALLÍ OVAR ¡JOLÍN!	EN LOS AN SOPHIA ... ACTRIZ ACUDÍAMOS	UNA PRE- POSICIÓN GOL, PUNTO CAMINADA SON CANARIO	FRUTOS DEL NOGAL REALIZA INDAGA- CIONES DESORDEN
SIGLAS DE "ANTIGUO TESTAMENTO" HACEN OJALES									
TUVO REFLUJO QUINTA VOCAL									
LA MÁS ABIERTA DE LAS VOCALES ESPACHURRE									
ANTILOPES AFRICANOS HIJO DE ABRAHAM									
CUEVA DONDE SE RECÓGE EL OSO NORNORESTE									
PREPARARÁ EN EL HORNO TRIBUNAL SUPREMO									
IMPUESTO DE SOCIEDADES ABOLLADURA									
NITRÓGENO PLEGÓ PRIMERO									
PONDRÁN EN LÍNEA RECTA									
SUSTANCIA IRISADA EN INGLÉS, FIN									
ELEVE LA BANDERA SERIE DE COSAS									
SÍMBOLO DEL MASURIO LO DE AHÍ SÍMBOLO QUÍMICO DE LA PLATA									
ÉPOCAS EXISTENCIA									
PONÍA COTAS									
CONSONANTE NASAL AUPARÁ SÍMBOLO DEL CARBONO									
ACCIÓN DE BAÑAR, PL. DE MI PROPIEDAD, FEM.									
¡AJAJÁ! LLENO DE OJOS O AGUJEROS									
SONRISA MAMÍFERAS PLANTIGRADAS									

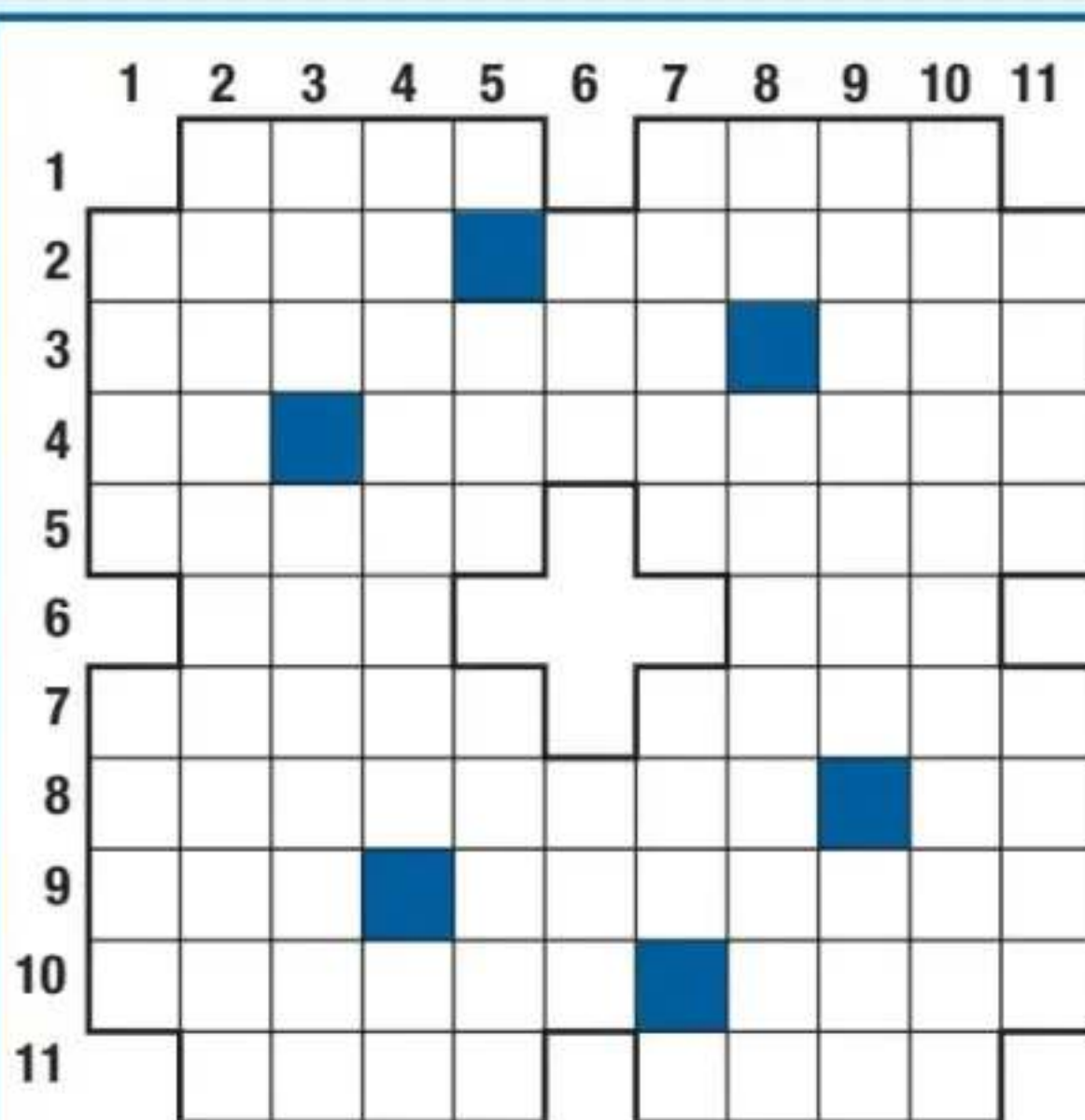


CRUCIGRAMA

Nº 2.907

HORIZONTALES

- 1:** Cifra de valor nulo. Vender a crédito.
2: Ingiere alimentos. Cierta postre, pl.
3: Reduzca, haga menor. Organización de Cooperación Económica.
4: Abreviatura de "megapíxel". Dramas exagerados.
5: Estuvo en combustión. Ocasiono abatimiento.
6: Escuchar. Tipo de poema.
7: Realizar una acción. Tipo de válvula electrónica.
8: Compatriotas, fem. Posición de encendido.
9: Símbolo del ergio. Instrumento quirúrgico.
10: Fibra sintética. Dueñas, propietarias.
11: Existís. Un demostrativo.



VERTICALES

- 1:** Lecho. Tipo de competición deportiva.
2: Cotejarás, compararás.
3: Una compañía discográfica. Condujo, guio.
4: Darás rendimiento. Símbolo químico del litio.
5: Metal de color amarillo. Colas de los animales.
6: Abrev., factura. Anaïs ..., escritora.
7: Mucosidad de las vías respiratorias. Haces entrega de alguna cosa.
8: Inteligencia artificial. Quienes tocan el oboe.
9: Pasmó, desconcertó. Udad. de masa atómica.
10: Que recetan, fem.
11: Coloq., juicio, sensatez. Cangas de ..., localidad asturiana.

SUDOKUS

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

Fácil

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

Difícil

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



AUTODEFINIDO

En la joyería



1



2



3



4



5

FOTO 5 GIRONA	ÓXIDO DE CALCIO	PREF., SE- PARACIÓN QUITÁIS LA VIDA	... ASTAIRE, BAILARÍN MARCHI- TASE	CIERTA TASA	HECTOLI- TRO EMPLEAS, UTILIZAS	FOTO 4 SELLAD CON LACRE	IMPARES
	FOTO 3 EN ROMA- NOS, 52			LANZAN AULLIDOS QUE NO ES DIFÍCIL			
ALLÍ EN ROMA- NOS, 901			PATRONES PERCIBIRÁS SONIDOS			ANT.. ADONDE LIMPIAN CON AGUA	
		REMOL- CADA RASPAIS			LEVANTEN HECHA EN EL HORNO		
IRRITAIS, ENCOLERI- ZÁIS APÓC., UNO				UNIR EN MA- TRIMONIO CONCLUYA, FINALICE			PIEDRA GRANDE Y PLANA
	VENTILÁIS HIJO DE DÉDALO				UN BAILE DE SALÓN DA EL VIS- TO BUENO		
RÍGIDA, DURA MOVÍ. BALANCEÉ			FIJADO CON CLAVOS ESTACAS				FOTO 2
		BALNEARIO MODERNO ISLA BALEAR		COLOQ., DINERO UNA RADIO ESPAÑOLA		ABREV. DE "SEÑOR" LANCE	
MASA DE AGUA SALADA	DE ESTA FORMA FOTO 1		DESTAPES SUCESOS IMPREVIS- TOS			LETRA GRIEGA WILLIAM ..., ACTOR	
		DEN BALIDOS DE LA TIBIA			EN ESE LUGAR AFECTO, CARÍO		PROPOR- CIONÓ
PROPIO DE LOS GODO VALLADO- LID				¡ÁNIMO! CUARTO DE ..., SALITA		TRAMÉ, MAQUINÉ LABRAD CON ARADO	
	ELEVASE LAS VELAS MARMITA				PRODUZCA MAREO OCURRA		CUÁNTO
PAPIROTA- ZOS SALVADOR ..., PINTOR			EN INGLÉS, DEPORTE ABREV. DE "PESETA"			PERSONAL COMPUTER SONREI	
		TOMARÁ UNA OPCIÓN IN AGRO				REP. ÁRABE UNIDA INTERNET PROTOCOL	
TEATRO DE MILÁN	QUE COMETEN LAÍSMO				ENTREGARA		
			SUPERFICIE			QUE PÍA MUCHO	

DAMERO

Nº 2.960

1	S	2	P	3	O		5	B	6	E	7	R	8	E		10	R	11	I	12	K		14	E	15	E	
16	Q	17	Q	18	E	19	K	20	I		22	R	23	B		25	H	26	Q	27	S	28	B	29	A	30	B
	32	O	33	F	34	Q		36	M	37	L		39	Q	40	Q	41	F	42	M		44	M	45	A		
46	N	47	G		49	R	50	D		52	L	53	G	54	S		56	G	57	I	58	M	59	N	60	N	
61	F	62	D	63	C		65	N	66	G		68	J	69	J	70	K	71	M	72	A	73	O		75	R	
76	C	77	K	78	L	79	O	80	F	81	N	82	O		84	S	85	C	86	K	87	I		89	D	90	J
91	H	92	J	93	R	94	P	95	E		97	Q	98	M	99	A		101	C	102	L	103	P	104	D	105	J
106	H		108	N	109	L	110	L		112	L	113	C	114	S		116	C	117	M	118	O	119	H	120	I	
121	N	122	P	123	J		125	G	126	R	127	H		129	D	130	G	131	D	132	O	133	S	134	F	135	B
136	I	137	P	138	A		140	H	141	A	142	S		144	K	145	F	146	B	147	P	148	K	149	P		
																							...				

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

A. 141 29 45 72 138 99
Olfateados.

B. 28 135 23 5 146 30
Regó con baldes.

C. 85 116 113 101 76 63
Hospedas, amparas.

D. 50 89 129 131 62 104
País.

E. 14 15 95 18 6 8
Capa conjuntiva que forma parte de la piel de los vertebrados.

F. 33 61 145 80 134 41
Pasad por alto alguna cosa.

G. 47 125 53 66 56 130
Un deporte de raqueta.

H. 91 140 25 119 127 106
... Calamaro, cantante.

I. 136 11 57 120 87 20
Hijas políticas.

J. 90 69 92 68 105 123
Llenen complemeta-mente.

K. 144 148 70 77 12 86 19
El que tiene por oficio labrar el hierro.

L. 102 78 37 52 109 110 112
Vuelvan opaco.

M. 117 42 36 58 71 44 98
Encontrado.

N. 46 65 108 81 121 59 60
Arrienda una propiedad.

O. 3 82 32 79 132 118 73
Se acostaría.

P. 137 2 149 103 122 147 94
Bailara.

Q. 17 34 16 26 39 40 97
Falto de civilidad.

R. 7 75 93 22 10 126 49
Mitigue.

S. 142 1 54 133 84 27 114
Guías nepalíes.



7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.959

Ruedan, ruedan los espejos
como planetas por fuera de su eje
como canicas bajo la lluvia.
Ruedan, ruedan los espejos
con el recuerdo del último rostro...

Clave: Daniel Acevedo. Medellín.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS



SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.906

HORIZONTALES.

- 1: WiFi. Roba.
- 2: Jerarcas. Su.
- 3: A. Reexpedir.
- 4: Vainica. Ore.
- 5: Aptas. Salía.
- 6: AAR. Boa.
- 7: Albas. Morir.
- 8: DAA. Ominosa.
- 9: Abnegadas. E.
- 10: Sr. Ganábais.
- 11: Años. Nasa.

VERTICALES.

- 1: Java. Adas.
- 2: We. Apalabra.
- 3: Irritaban. Ñ.
- 4: Faenara. Ego.
- 5: Iréis. Sogas.
- 6: CXC. Man.
- 7: Ropas. Midan.
- 8: Ose. Abonaba.
- 9: B. Dolorosas.
- 10: Asiriais. IA.
- 11: Urea. Raes.

LIBROS

● **Hermana, hermana.**

Sigrid vive atormentada por el pasado, las peleas de sus padres, el haber perdido a su mejor amiga... Cuando su hermana mayor, Margit, se propone entenderla y revelar los secretos que oculta, ambas descubren, cada una a su tiempo y manera, que reavivar la imaginación de su infancia es el único modo de seguir adelante. **Plata Ed. 17,40 €.**

● **La esposa alemana.**

En los años 50, Jürgen Rhodes trabaja para el programa espacial norteamericano. Pero los rumores sobre su pasado nazi despiertan sospechas en la comunidad. Cuando la violencia estalla, su mujer, Sofie deberá enfrentarse a una verdad capaz de destruir a su familia o liberarla para siempre. **NdeNovela. 21 €.**

● **Redención.** En un pueblo de la Inglaterra rural, la fe se tambalea: un cura ha dejado de creer, una monja se cuestiona su vocación y la aparición de un misterioso personaje al que todos

toman por el nuevo vicario desencadenan una transformación imparable. Fludd afirma haber venido a cambiarlo todo y su presencia sacude a la comunidad. **Destino. 19,90 €.**

● **Nuevos deseos.** Izzy siempre ha sabido que para Will, el sheriff del pueblo, solo es su mejor amiga. Ni siquiera aquel beso robado en Nochevieja cambió nada. Pero la llegada de Cole Jacobs, un actor famoso, pone su mundo patas arriba. Mientras ellos se acercan, Will empieza a entender lo que ha negado durante años. **Planeta. 20 €.**

● **La sociedad de los objetos extraordinarios.** Magda Sparks heredó de su madre su puesto en una sociedad secreta que protege los artículos mágicos que hay en el mundo. Cuando viaja a Hong Kong, a recuperar uno de esos objetos, es atacada. Será el comienzo de un peligroso viaje, donde saldrán también a la luz algunas cosas del pasado. **Maeva. 23,90 €.**



Escapadas

Higuerón Hotel Curio Collection by Hilton

Av. del Higuerón, 48
29640 Fuengirola, Málaga
Tlfn: 951 50 51 01

● A solo 20 minutos de Málaga y a 30 minutos de Marbella, disfruta de uno de los resorts más exclusivos del sur de España y también de su fantástica oferta de ocio y gastronomía, incluido el restaurante Sollo, galardonado con estrellas Michelin, o su club deportivo con 11 pistas de pádel, 2 pistas de tenis, una piscina climatizada semi olímpica... Toda una experiencia artística, cultural y culinaria que no te deberías perder.



www.hilton.com/es/hotels/agprhqq-higueron-hotel-malaga



Anne Hathaway
12 de noviembre de 1982
(43 años)



El mejor signo de la semana

GÉMINIS

21/5 - 20/6

SALUD: Noticias tranquilizadoras tuyas o de alguien cercano.

DINERO: Llegada de oportunidades profesionales o ingresos adicionales que mejorarán tu economía.

AMOR: Agosto será favorable para reconciliaciones, reencuentros y acercamientos.

Coloca flores frescas para renovar la energía.

CÁNCER

21/6 - 20/7

SALUD: Altibajos emocionales y cambios de humor.

DINERO: Deberás controlar los gastos y renunciar temporalmente a algunos caprichos.

AMOR: Los malentendidos podrían complicarte. Expresa lo que sientes, pero evita ser impulsivo.

Lleva un citrino para mejorar el ánimo.

LEO

21/7 - 21/8

SALUD: Un problema que permanecía oculto podría hacerse evidente.

DINERO: Cambios inesperados que terminarán favoreciendo tu situación económica.

AMOR: Tu atractivo y capacidad de seducción estarán potenciados. Vivirás momentos de pasión.

Lleva una piedra de color verde para tu salud.

VIRGO

22/8 - 22/9

SALUD: Posibles reacciones a medicamentos. Consulta cualquier síntoma con el médico.

DINERO: Gastos por viajes o la compra de algo tecnológico.

AMOR: Etapa para conocer a alguien con quien establecer una conexión especial.

Lleva una pieza de plata para la buena suerte.

LIBRA

23/9 - 22/10

SALUD: Desconecta y dirige tu atención hacia lo positivo sin alimentar preocupaciones.

DINERO: Nuevas alternativas para mejorar ingresos. Operaciones interesantes.

AMOR: Conservar la armonía será más valioso que demostrar tener razón.

Lleva una amatista para la serenidad mental.

ESCORPIO

23/10 - 22/11

SALUD: El esfuerzo de los últimos tiempos dará resultados.

DINERO: Recuperación económica. Entrada de dinero esperada.

AMOR: Agosto favorecerá los inicios sentimentales. Si tienes pareja, será un momento para fortalecer la relación.

Pon flores blancas para renovar el ambiente.

SAGITARIO

23/11 - 20/12

SALUD: Cierre de etapa. Finalizarás un tratamiento, intervención o rehabilitación.

DINERO: Controla los gastos, especialmente los relacionados con las vacaciones.

AMOR: Renovación. Pondrás distancia con quienes te desgastan o son interesados.

Lleva una turquesa para la toma de decisiones.

CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

SALUD: Tu actitud optimista será una gran aliada para superar cualquier proceso.

DINERO: Estabilidad económica y laboral. Podrás hacer permitirme caprichos.

AMOR: Procura no reclamar aquello que tú mismo no estás dispuesto a ofrecer.

Lleva una piedra negra para absorber las energías.

ACUARIO

20/1 - 18/2

SALUD: Nuevas rutinas te harán sentirte mejor física y emocionalmente.

DINERO: Buen momento para estudiar un cambio profesional necesario.

AMOR: Necesitarás disponer de más tiempo para ti y evitarás compromisos sociales.

Lleva un cuarzo rosa para favorecer la armonía.

PISCIS

19/2 - 20/3

SALUD: Atención a tu imagen y bienestar. Mejorarás la alimentación.

DINERO: Los compromisos, celebraciones, viajes y la vida social aumentarán tus gastos.

AMOR: Podrás ampliar tu círculo de amistades e incluso conocer a alguien nuevo especial.

Quema incienso de sándalo para alejar lo negativo.

Rafaela Vilchez
Vidente Natural

931 220 339
SOLO 0,80 CTS X MIN

Auténtica experta en temas de amor



tu consejera amiga

De tú a tú

Consultas claras y precisas

806 424 343

Coste máximo: red fija: 1,21 red móvil: 1,57 €/min IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio Ofrecido por Regalos de Voz Iván-Eric S.L.P. Careros 6, 43870 Amposta



ALICIA GALVÁN

LA MAGIA COMIENZA Contigo

922 679 362
806 514 514



Coste 806 514 514 red fija: 1,21 €/min red móvil: 1,57 €/min IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio Ofrecido por Regalos de Voz Iván-Eric S.L.P. Careros 6, 43870 Amposta

2026
PREDICCIONES

Gorka Rodríguez:

"Me hicieron dudar de mí mismo, pero nunca dejé de creer en mi sueño"

El presentador vive un verano intenso al frente del 'Grand Prix', de TVE, y 'El despertador', en RNE

DETRÁS de cada éxito suele esconderse una historia de perseverancia. La de Gorka Rodríguez (44) está llena de castings, dudas y años trabajando entre bambalinas antes de ponerse delante de una cámara. Hoy, convertido en una de las nuevas caras de TVE gracias a *Grand Prix*, el presentador de *El despertador* (RNE) abre las puertas de su hogar a SEMANA para recordar el camino recorrido. Un relato sincero en el que habla de los momentos en los que estuvo a punto de perder la confianza en sí mismo y de cómo aprendió que, incluso después de muchos "noes", siempre puede llegar un "sí" capaz de cambiar una vida.

Este año está siendo especialmente bonito para ti...

Empecé el año diciendo: "Va a ser una mierda este año" (risas), porque tuve una decepción muy grande. El 1 de enero pensé que todo iba a salir mal y, sin embargo, me está sorprendiendo. Está siendo uno de los mejores.



EL ÉXITO DEL VERANO EN TVE

Gorka junto a sus compañeros del *Grand Prix*, Ramón García, Lalachus y, por supuesto, la famosa vaquilla.



Gorka disfruta de un gran momento profesional: "Está siendo uno de los mejores años de mi vida".

¿Esa decepción era profesional?

Sí. Este es un sector en el que todos intentamos encontrar nuestro sitio. Haces castings, esperas oportunidades y, cuando no salen, llegan las decepciones. Es inevitable. Al final es un toma y daca constante y, cuando además diriges un programa como *El despertador*, donde dependes de tantas personas, las decepciones forman parte del día a día.

Has contado que eras un niño al que la televisión te fascinaba. ¿Qué sientes ahora al ver cumplido tu sueño?

Me emociona... (se emociona). Con *Grand Prix* sentí que se cerraba un círculo. Soy de Vitoria y de pequeño, cuando pasábamos por Madrid camino de la playa, me moría de ilusión al ver el Pirulí porque para mí allí estaba la televisión. Tenía cinco años y aquello era un sueño.

¿Tus padres entendían aquel sueño?

No. Mi madre siempre ha sido quien más ha creído en mí, pero en casa pensaban que tenía que estudiar una profesión "seria": médico, abogado o ingeniero. Lo de querer ser presentador era una fantasía de niño. Creían que se me pasaría... y mira.

Sin embargo, antes de ponerte delante de una cámara pasaste muchos años detrás. ¿Cómo recuerdas aquella etapa?

Fue muy dura. Los redactores y coordinadores trabajamos muchísimas horas y, además, estamos muy mal pagados. Había días en los que salía de madrugada y a las pocas horas ya estaba otra vez trabajando. *... ..*

"Aunque ahora presente, sigo sintiéndome redactor. Mis guiones y mis entradillas los hago yo porque es la parte del trabajo que más disfruto"



+++ Sacar adelante un programa exige muchísimo esfuerzo y, muchas veces, apenas queda espacio para perseguir tus sueños.

¿Aun así nunca dejaste de intentarlo?

Nunca. En *Qué tiempo tan feliz* pude hacer algunos reportajes y para mí era increíble que María Teresa Campos dijera mi nombre. Pero el gran cambio llegó cuando terminó *Gran Hermano*. Decidí dejar de esperar y apostar por mí. Ahí apareció Aragón TV. Y, aunque ahora presente, sigo sintiéndome redactor. Mis guiones y mis entradillas los hago yo porque es la parte del trabajo que más disfruto.

¿Cuándo decides apostar definitivamente por ti?

Cuando entendí que quería presentar y no dirigir pro-

gramas. Rechacé trabajos, incluso sin tener dinero, porque sentía que tenía que intentarlo. Fueron meses muy difíciles. La incertidumbre te hace pensar constantemente si te estás equivocando, pero lo único que puedes hacer es confiar y seguir adelante.

¿Alguna vez pensaste en tirar la toalla?

No. Nunca hubo un plan B. Mucha gente me decía que buscara otra salida cuando cumplí los 40 años, pero yo solo pensaba: "Tiene que ser esto". Un amigo me dijo entonces que había bajado el telón de la primera parte de mi vida. Esa frase se me quedó grabada. Cuando empieza la segunda parte entiendes que el tiempo corre, dejas de boicotearte y aprovechas mucho más cada oportunidad.

¿Cómo recuerdas tu etapa en *El Cazador*?

Fue durísimo. Paradójicamente, el momento con el que tanto había soñado terminó siendo también uno de los más difíciles. Intentaba hacer mi trabajo lo mejor posible, pero había personas que, por un lado, me decían que confiaban en mí y, por otro, me hacían sentir que no estaba preparado. Llegué a dudar de mí mismo, aunque no dejé de creer en mi sueño. Grabamos casi 90 programas y, aunque hubo momentos maravillosos, yo terminé convencido de que había fracasado.

¿Hasta ese punto llegaron a hacerte dudar?

Sí. Cuando llevas toda la vida esperando una oportunidad así y, de repente, quienes tienes alrededor te hacen sentir inseguro, acabas cre-

yéndotelo. Además, el programa no terminaba de funcionar y yo pensaba que quizá el problema era yo. Hoy sé que no era así, pero lo pasé realmente mal. Fueron meses de muchísima presión y de mucha soledad.

¿Fue ese el momento en el que tocaste fondo?

No. El golpe más fuerte llegó unos meses antes, cuando no salió *El comodín* de La 1. En un solo verano hice tres *castings* importantes y no me cogieron en ninguno. Ahí sí sentí que todo se acababa. Esta profesión está llena de "noes" y cada uno se clava como una estaca. Lo peor es creer que ya no habrá otra oportunidad.

Mientras todo eso ocurría, apareció *El despertador* en Radio Nacional. ¿Cómo llegó esa propuesta?

Estaba colaborando en un programa cuando me ofrecieron seguir en Radio Nacional. Mucha gente pensaba que iba a rechazarlo porque venía de presentar televisión y la radio supone madrugar mucho y cobrar menos. Pero a mí me encantan los retos. Acepté y, unos meses después, me propusieron ponerme al frente de *El despertador*. Es la mayor responsabilidad que tengo ahora mismo. Intento que todo el equipo tenga su espacio porque yo también he estado al otro lado. Cada redactor tiene su propia sección y me gusta que todos crezcan.

Este verano también ha llegado *Grand Prix*. ¿Cómo recibiste esa llamada?

Fue mágico. Yo pensaba que esta temporada solo iba a hacer radio y ya me había resignado. Seguía viendo a otros compañeros aparecer en televisión mientras yo no tenía esa oportunidad. Cuando me llamaron para decirme que querían que ocupara ese puesto no me lo podía creer. Todo el mundo me dice que he cumplido un sueño, pero lo curioso es que *Grand Prix* nunca formó parte de mis sueños. Jamás imaginé que acabaría formando parte de ese programa.

La química con Ramón García traspasa la pantalla.

Ramón es mi compañero, es mi mentor. Me ha enseñado tanto... Es una persona tan generosa. Además, hemos conectado muchísimo, creo que por ser los dos del norte (risas).

No me voy a ir sin preguntarte por tu estado civil.

Estoy felizmente casado con Fernando (ríe).

¿A qué se dedica?

Es cocinero y jefe de cocina

Gorka confiesa que siente auténtica devoción por Fanta, la mascota de su gran amigo Javi con la que suele pasar tiempo.



en un restaurante de un gimnasio. Lleva una vida mucho más tranquila que la mía, pero me acompaña y me apoya en todo.

¿Cómo vive él todas tus andanzas?

Es mi mayor apoyo y ve en mí cosas que yo todavía no soy capaz de ver. Estoy convencido de que nada de lo que he conseguido habría sido posible sin Fer.

Iván Reboso

Fotos: Alberto Bernárdez

Agradecimientos: Hune, code22 y

Tamara pres.

Estilismo: María Verardini



El presentador vitoriano reconoce que le encantan los retos.

A photograph of Roberto Braseró, a middle-aged man with grey hair, wearing a dark blue polo shirt and jeans. He is sitting on a stone ledge outdoors, with green foliage in the background. He is holding a pair of 3D glasses over his eyes with his right hand and winking with his left eye. He is smiling at the camera.

RESIGNADO

Lleva 25 años siendo el hombre del tiempo en Antena 3. Y sí, fuera de cámara es tan encantador como parece.

Roberto Braseró: "La gente se enfada conmigo si hace mal tiempo"

Nos da todas las claves para disfrutar, con seguridad y tranquilidad, del eclipse solar del 12 de agosto.

"Mi único temor es que haya nubes", dice

ESTAMOS a punto de vivir un acontecimiento muy especial, un eclipse solar que tendrá lugar la próxima semana, el día 12 y que se va a poder ver prácticamente desde cualquier punto de España, en mayor o menor medida. Un fenómeno que ha despertado mucha expectación y ya hay incluso localidades en las que desde hace meses no hay alojamiento disponible.

Roberto Brasero, el hombre del tiempo de Antena 3, está entusiasmado y de hecho ha escrito *Eclipses* (Ed. Espasa), que mezcla historia, meteorología, anécdotas... Quedamos con él para hablar de eso y de más cosas, claro; nos reímos y además nos dio algunos truquillos de lo más prácticos.

¿Y a ti dónde te va a pillar el 12 de agosto?

Pues yo estoy de vacaciones en Santander, pero creo que me iré o a Reinosa (Cantabria), o a Palencia, a un pueblecito en mitad del campo, o a Burgos, es que tengo varias opciones.

Porque tú lo vas a ver.

Hombre claro. Yo no me lo pierdo. De hecho, tengo cierta ansiedad porque llegue ya el 12 de agosto, pero controlada. Para que no llegue ese punto de frustración de decir: "Solo ha durado un minuto" o "no ha sido casi tanto". Creo que nos va a sorprender, nos va a gustar y si encima tienes el conocimiento previo de este libro, que te cuentan cosas... Vamos, que es como una guía de fenómenos que van a ocurrir y que no te puedes perder.

Pues yo no pensaba estar pendiente del eclipse, lo confieso...

Pues muy mal. Mira, a las personas como tú, les voy a decir una cosa: "¿Cómo puedes derrochar una oportunidad así?, ¿cómo puedes desaprovechar una oportunidad que no hemos tenido nuestra generación?". Para ver un eclipse en la península, el último fue hace 114 años. Nosotros no lo hemos visto, nuestros lectores no lo han visto, la mayoría, te diría. Y ahora lo vamos a tener en la puerta de casa. Tú piensa que hay gente que espera años, que hace miles de kilómetros y tú lo vas a tener aquí mismo, vivas donde vivas.

"El último eclipse solar que se vio en España fue hace 114 años. ¿Cómo vamos a perdernos este, que se verá en todo el país?"

Vale, lo haré, no me riñas.

Así me gusta (risas). Yo el único temor que tengo es que haya nubes. Hombre, hay zonas de mayor probabilidad de nubes, que son las costas. Hay zonas donde hay muy baja probabilidad de nubes, que es el interior. Pero el 12 de agosto, en la historia climatológica, ha pasado de todo: días nublados, sin nubes, tormentas... La estadística es que haya pocas nubes en el interior y posibilidad de nubes en zonas de costa, pero luego puede pasar de todo. Ese es uno de los riesgos. El otro es la organización. A ver si sabemos organizarnos porque somos muy de dejarlo todo para el último día, nos metemos en



Casado y padre de cuatro hijos, todo el mundo destaca el buen carácter de Brasero. "Pero a veces, pocas, también me enfado", nos avisa.

el coche, y para un eclipse que va a empezar a las siete y media de la tarde queremos llegar a las seis y ya ¿no? Vamos a organizarnos un poquito más... Buscar donde dormir el día antes va a ser difícil, porque está casi todo ocupado, pero aun puedes encontrar espacio.

La gente te pregunta siempre, pero serás consciente de que, como haga mal tiempo, más de uno te va a echar la culpa a ti.

Bueno, pues es que voy a estar de vacaciones y padeceré y seré una víctima más

si se nos estropea el tiempo. Porque sí estaré pendiente, lógicamente.

Ahora en serio, ¿la gente te riñe por la calle?

La verdad es que sí. Se enfadan conmigo si hace mal tiempo. Muchos me felicitan y también me dan las gracias porque han tenido un tiempo maravilloso en el día de su boda, sin tener yo nada que ver. Pero otros me regañan porque no se ha cumplido la previsión, que a veces pasa, y el primer fastidiado soy yo. Pero bueno, siempre recomiendo, en el caso ➡ ➡ ➡

+++ de una boda o una comunión, cuando la cosa es que vaya a llover, que pongan una carpa, una medida preventiva que no está de más. Te gastas el dinero, claro, pero estás más tranquilo.

Hablando de dinero, el libro se amortiza porque nos vale para este eclipse, para el del año que viene y para el del 2028.

Empecé a escribirlo el año pasado y terminé este mes de abril. Pensé: Creo que saldrá ya, inmediatamente, pero por si acaso, y no da tiempo a que se vendan muchos ejemplares antes de este eclipse, por lo menos que sirva para los otros.

Llevas casi treinta años, de hombre del tiempo, aunque tú en realidad empezaste en informativos.

Efectivamente, pero dando el tiempo ya empecé en Telemadrid en el 2000, o sea que llevo veintiséis años. Al año siguiente me fui a Antena 3. Y aquí sigo.

¿Y alguna vez te has arrepentido de haber dicho que sí cuando te pusieron por primera vez a hablar de isobaras y anticiclones?

Pues sí, muchísimas veces. Es más, te diría que todos los años varias veces. Y cada previsión que no se cumple y cada vez que creo que lo puedo hacer mejor, pues me arrepiento. Pero al día siguiente surge algo nuevo o un fenómeno que te preguntan y que puedes explicar, y entonces me vuelven a entrar las ganas. Yo estoy aquí porque creo que explico las cosas de manera que se pueden entender mejor y que lleguen a la gente y que se apasione por ello. O al menos eso me dicen.

En un mundo en el que los números cuentan, ¿te sientes presionado o ansioso por los índices de audiencia, por ejemplo?

Pues es que creo que las palabras no serían ansiedad o presión. Es más bien responsabilidad. Lo que tú dices en un medio de comunicación llega a mucha gente y no sabes cómo se va a recibir el mensaje. Y hay que decirlo de manera que llegue completo y bien. Porque puedes meter la pata y liarla. Hay que hacerlo de manera honesta y con todo el rigor. Y eso se aplica a lo que hago yo y a cualquier trabajo. Hay que ponerle la misma dedicación todos los días.

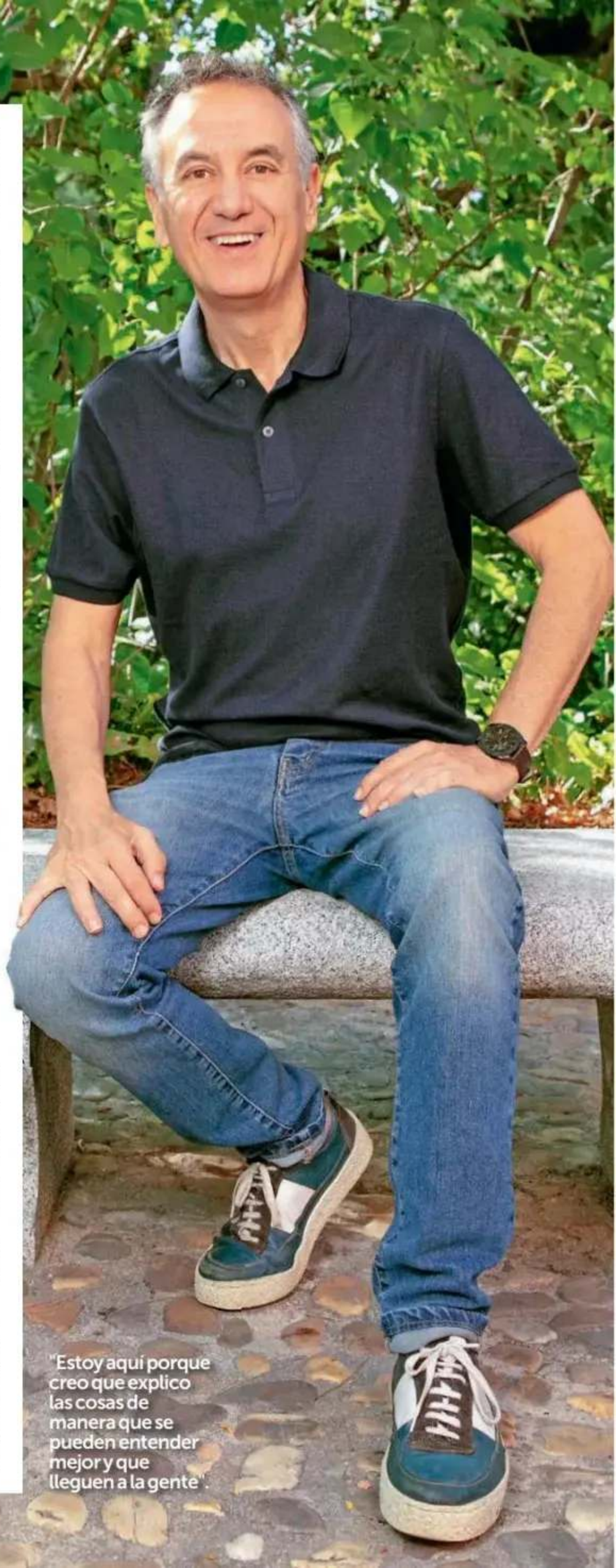
"Me fastidian los malentendidos y las injusticias también me sulfuran. Igual que el abuso y el reírse del indefenso"

Dicen que tienes un carácter estupendo y que nunca te enfadas.

Bueno, bueno, alguna vez sí que lo he hecho. Todos tenemos nuestros días y en ocasiones surgen momentos de mucho trabajo, fricciones y tensión y he levantado la voz. Pero también me acuerdo de todos y a lo mejor han sido tres a lo largo de estos años.

Y ya fuera del trabajo, ¿qué es lo que te hace perder los nervios?

Los malentendidos me fastidian mucho, que hayas querido decir algo, no se te haya entendido y se enfaden. Las injusticias también me sulfuran. Y el abuso, el reírse del indefenso, que se hagan



"Estoy aquí porque creo que explico las cosas de manera que se pueden entender mejor y que lleguen a la gente".

chistes de eso... Me siento muy mal y lo digo: "Tío, no vayas por ahí, estás equivocado, no hace ni puta gracia." Los tiempos han cambiado y nosotros también.

¿Eres organizado? Porque como hijo de guardia civil, algo de disciplina tienes que tener, ¿no?

En el día a día podría serlo más, lo reconozco, pero en momentos que exigen organización y control, sí. Como por ejemplo para escribir el libro. En invierno me encerraba en la buhardilla, donde hace un frío que te mueres, con un pequeño calefactor y una manta, y en verano, que esa parte de mi casa es un horno, tenía todo abierto para que hiciera corriente. Me levantaba temprano para aprovechar el tiempo antes de ir a trabajar y seguía por la noche. Eché muchas horas, le dediqué fines de semana... De otra manera habría sido imposible.

¿Has tenido que renunciar a muchas cosas?

Sobre todo a horas con la familia y planes que ellos han hecho y en los que yo no he estado. Pero lo han comprendido y me lo han perdonado.

Conociste a tu mujer trabajando. El hecho de compartir profesión, ¿facilita las cosas en la convivencia?

Ella era cámara y yo redactor, y las facilitó sobre todo cuando ella dejó de trabajar, muy a su pesar, porque sufrió el ERE de Telemadrid... Ayuda si no es la profesión de la tele, que te exige muchas horas y es sacrificada. Por otro lado, compartes temas, tienes mucho de que hablar...

Lleváis veinticinco años casados.

En realidad llevamos más. Desde 1998, así que haremos 28 años el próximo marzo. Y cada día descubro algo que me gusta de ella. No lo digo románticamente, como si fuera una novela, es que es verdad. Hay algo de mi mujer que día a día me sorprende, y siempre para bien.

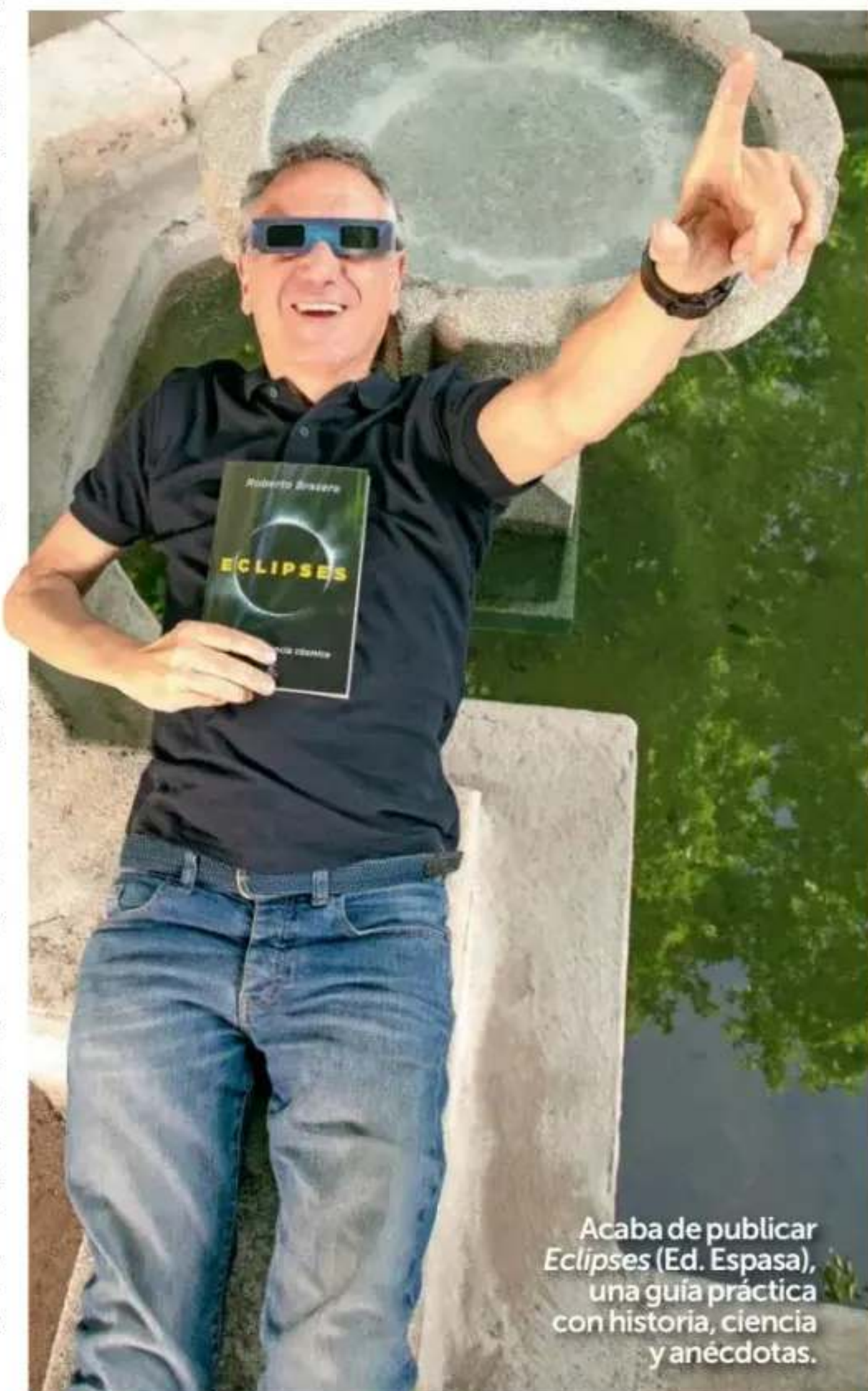
¿Alguno de tus hijos ha seguido vuestros pasos?

No, la verdad. Y aprovecho, para decir bien sus nombres: Nerea, Íñigo, Rocío y Elena. Porque he leído de todo (ri-

sas). Íñigo estudia Comunicación Audiovisual y ADE (Administración y Dirección de Empresa) y entrena a los equipos de fútbol de mi pueblo, donde vivía antes, Villanueva de las Cañadas. Nerea, ha estudiado Matemáticas y Biología y ahora hace un grado de Matemáticas aplicada a la Biología con la IA. Rocío está en primero de Biotecnología y Elena, la pequeña, sigue en el cole. Todos han tirado por el mundo de la ciencia.

Raquel Martínez

Fotos: Joan Crisol



Acaba de publicar *Eclipses* (Ed. Espasa), una guía práctica con historia, ciencia y anécdotas.

5 TIPS PARA UN ECLIPSE SEGURO

- "Compra gafas especiales para eclipse, que sean homologadas con el código ISO 12312-2."
- "Mientras esté el sol ahí arriba brillando, las gafas son imprescindibles para mirar el sol, porque si no, el sol te quema fulminante. Al día siguiente ya puedes tener problemas"
- "No valen las gafas de sol ni las radiografías. ¿El cristal del soldador? Bueno, hay algunos que si te pueden valer, pero ¿dónde vas a pillar un cristal de soldador?"
- "Búscate un sitio despejado hacia el horizonte para que ningún árbol o ninguna montaña o ningún edificio te fastidie mirar al sol. El sol va a estar muy bajito, eso es lo principal. Elige un sitio despejado mirando al horizonte en los sitios que se vea bien y con buena protección a disfrutar de este espectáculo natural".
- "No lo dejes todo para el último momento, organízate y un par de días antes comprueba que vas a verlo bien"

Josep Pedrerol aterriza en Mediaset el 17 de agosto

● Probablemente sea una de las noticias televisivas del verano: *El Chiringuito* cambia de grupo y salta de Atresmedia a Mediaset.

SEMANA pudo asistir a su presentación, donde se dieron todos los detalles de esta nueva etapa del formato creado por Josep Pedrerol.

A partir del próximo lunes 17 de agosto, coincidiendo con el inicio de la temporada de LaLiga, *El Chiringuito* inaugurará su nueva etapa, que emitirá de lunes a jueves a las 00:00h en Energy y los domingos en Cuatro, tras *Cuarto Milenio*.

La cadena ha asegurado que el programa mantendrá intactas las señas de identidad que lo han convertido en líder: el entretenimiento, la información en directo y la última hora del fútbol y del deporte en general.

Habrán tres fichajes estrella que se anunciarán durante la semana del estreno del programa, en directo

Junto a Pedrerol estará su equipo habitual: Tomás Roncero, Edu Aguirre, Alfredo Duro, Jota Jordi, Cristóbal Soria, Carme Barceló, Juanma Rodríguez, Paco Buyo, Lobo Carrasco, Fernando Sanz, Jorge d'Alessandro, Javier Balboa, Juanfe Sanz, Diego Plaza y Álex Silvestre.



En la presentación del espacio pudimos ver a un Pedrerol feliz y agradecido de pertenecer a Mediaset.

La periodista y tertuliana Esther Palomera será la copresentadora del tramo más político de *Malas Lenguas*, el que se emite en La 2.



UN CAMBIO RADICAL DE LOS ROSTROS PRINCIPALES



Jesús Cintora abandonará las tardes para sustituir a Javier Ruiz al mando de las mañanas de La 1.

Javier, que ha fichado por una nueva cadena llamada La Séptima, dejará *Mañaneros*.



La 1 se revoluciona con el arranque de la temporada

● Septiembre siempre ha sido el mes de volver a colocar las sillas en la tele.

Pero en TVE, esta vez, algunas cambiarán directamente de dueño. La cadena pública prepara un importante baile de rostros para el comienzo de la nueva temporada, provocado por una salida que terminará cambiando buena parte de su programación diaria.

La primera pieza que se mueve es Javier Ruiz. El periodista dejará *Mañaneros* 360 después de haber contribuido, junto a Adela González, a convertir el programa en uno de los grandes aciertos de La 1. Su próximo

destino será La Séptima, el nuevo canal de la TDT, donde asumirá la dirección.

Aunque lo cierto es que TVE no quiere tocar demasiado una fórmula que le ha permitido recuperar el liderazgo matinal, así que ha mirado dentro de casa para encontrar sustituto. El elegido es Jesús Cintora, que dará el salto desde *Malas lenguas* y acompañará a Adela González a partir de septiembre.

Por la tarde, Gonzalo Miró dejará *Directo al grano* y cogerá el testigo de Cintora. Estará acompañado de Ana Hinestrosa y de la periodista Esther Palomera.



Gonzalo Miró dejará *Directo al grano* y ejercerá de presentador en el que era el formato de Jesús Cintora.



Ana Hinestrosa copresentará el tramo de actualidad y sucesos de *Malas Lenguas*, el que se emite en La 1.

María Casado ficha por Canal Sur una semana después de abandonar Telecinco

● La presentadora se aleja de la información y ficha por La Gran Audición, un nuevo talent musical de Canal Sur que, tal y como ha confirmado SEMANA, se espera que llegue a la parrilla de la televisión andaluza en la noche de los sábados a partir de septiembre.

La presentadora estará acompañada de Pablo Puyol en este nuevo formato que buscará descubrir al artista más completo y convertirlo en el nuevo gran talento del teatro musical.

Tendrán que ser capaces de cantar, interpretar y bailar al máximo nivel, y el ganador protagonizará un musical de la productora.



Laura Madrueño habla de su salida de 'Supervivientes'



● La presentadora ha roto su silencio y ha hablado de cómo vivió los últimos meses antes de decidir dejar para siempre *Supervivientes*.

"En tres años he hecho seis, me ha llevado al límite. Hay que ser fuerte para soportar la adrenalina y la soledad de la fama. Si algo he aprendido es que hay que cuidar los pilares y mantenerlos y esos están en tu casa. Honduras no es mi casa", dijo en *Universo Calleja*.



Lucas Paulano, a 'Eurovisión Junior 2026'

● Tiene solo diez años, nació en Jaén y ha sido elegido como representante de España en *Eurovisión Junior* por un proceso de selección interna.

En 2025 se convirtió en el ganador de *La Voz Kids* y cantó con Manuel Turizo en tres conciertos de su gira por España.

Ahora se tendrá que enfrentar al público europeo en Malta, el 24 de octubre.



Iker Jiménez y Carmen Porter interrumpen sus vacaciones

● Los presentadores y directores de *Horizonte* han recuperado por sorpresa el formato pocos días después de despedir la temporada para informar sobre la crisis migratoria que se ha desatado en la última semana en Ceuta.

Ambos se pusieron al frente de una edición especial del programa de Cuatro en la que analizaron la última hora de lo sucedi-

do y aportaron más información rodeados de su equipo de colaboradores habitual.

Un hecho histórico que no había sucedido nunca y que se une al regreso de Ana Rosa para hacer lo propio, pero desde el terreno, rodeada de los protagonistas.

Así las cosas, debemos esperar para conocer si ha sido un especial puntual o se mantiene en antena una semana más.



Ana Rosa se traslada a Ceuta en mitad de sus vacaciones

● La periodista ha hecho un parón en sus vacaciones, que se encontraba disfrutando en Sotogrande (Cádiz), para coger el micrófono y ejercer de enviada especial en Ceuta.

Quintana, que ha conectado en los últimos días con las distintas ediciones de *Informativos Telecinco* y los programas de la casa, ha informado sobre la crisis migratoria.

Inés Hernand estrena 'Ordena tu vida'

● TVE ya tiene nuevo programa para la noche de los jueves: *Ordena tu vida*.

Un formato que cambiará la vida de una serie de familias ordenando sus hogares.



'OT USA', cancelado un mes después

● Ni el reclamo de David Bisbal como el miembro estrella del jurado ha valido para que *Operación Triunfo Estados Unidos* triunfe como la versión española.

El talent de Telemundo se despide de la audiencia un mes después del estreno.



'Chiquito el grande', la serie de la vida de Chiquito



● TVE continúa su apuesta por la ficción y ya tiene en el horno una nueva serie, esta vez sobre la figura de Chiquito de la Calzada, considerado uno de los cómicos más influyentes de su generación.

En dos episodios, esta

ficción dirigida por Jacobo Martos y Alfonso Sánchez, y protagonizada por el propio Sánchez junto a Inma Cuevas, Alberto López o Carlos Bardem, recorrerá la vida de Chiquito hasta su triunfo con 63 años recién cumplidos.

Paula del Fraile abandona La Sexta tras 14 años

● La periodista, uno de los rostros más destacados de La Sexta, ha decidido abandonar la que ha sido su casa durante 14 años.

Paula se despidió junto a su marido, José Yélamo, en *La Sexta Xplica*, protagonizando un momento muy cómico. "Aquí nos hemos conocido y aquí acaba nuestra vida profesional común, que no la personal", decía Yélamo. "Ah, qué susto. Ruptura en directo", le respondía ella haciendo



gala de su sentido del humor.

Se desconoce cuál será su nuevo destino profesional, pero se suma a la larga lista de cambios que se suceden en todas las cadenas de cara a la nueva temporada.

★ PELÍCULA

'Vida privada', un thriller trepidante con una Jodie Foster como nunca antes la habíamos visto

Plataforma: Apple TV/ Movistar Plus+

Int: Jodie Foster, Daniel Auteuil, Virginie Efira, Mathieu Amalric, Vincent Lacoste, Luana Bajrami, Sophie Guillemin



● La película cuenta la historia de Lilian Steiner (magníficamente interpretada por Jodie Foster), una mujer que está muy acostumbrada a escuchar a los demás desde su posición de psiquiatra respetada, metódica y bastante seca. La muerte de Paula, una paciente a la que creía conocer bien, rompe esa seguridad que llevaba manteniendo durante años.

Ella misma se convence de que no fue un suicidio y empieza a investigar por su cuenta, aunque es muy evidente que su empeño también le sirve para evitar hacerse una pregunta que la destruiría: cómo pudo pasar tantas horas delante de



Aunque es un thriller, tiene un punto cómico, sobre todo en la lucha de la protagonista por no mostrarse vulnerable.

Paula sin advertir lo que estaba sucediendo.

Foster interpreta a la perfección esa sensación de estar perdida, pero aún así tener que seguir como si nada, de tener que aprender a oírte de nuevo.



Si te gustan las series con mucho misterio y conflictos familiares, llenas de flashbacks, esta es perfecta.

★ SERIE

'El Homenaje', un cumpleaños familiar que desata una auténtica explosión (literalmente) en la familia Novak

Plataforma: Prime video

Int: Eusebio Poncela, Elsa Pataky, Ángela Molina

★
¡NUESTRA
SERIE
FAVORITA!



● Antes incluso de darle al play, lo primero que salta a la vista de esta ficción de 8 episodios es su espectacular reparto: Eusebio Poncela (en el que fue su último trabajo), Elsa Pataky, Ángela Molina, Luis Tosar, Juana Acosta... Y la historia tampoco está nada mal, cosa que no suele suceder cuando hay un elenco tan espectacular, ya que el peso suele recaer en ellos y no en la trama. Se fía todo a las caras.

El Homenaje comienza durante la celebración del 80 cumpleaños de Adolfo Novak, el patriarca de una familia rica, poderosa y acostumbrada a proteger su intimidad. A la fiesta acuden sus hijos, su esposa, amigos y colaboradores, además de Saúl Morvan, un biógrafo que está preparando las memorias del empresario. Lo que debía ser una noche destinada a recordar sus éxitos termina con una explosión, varias víctimas mortales y una investigación. A partir de ese momento, la serie reconstruye el pasado de los Novak y muestra qué lugar ocupa realmente cada uno dentro de la familia.

★ DOCUMENTAL

'Almudena', el documental definitivo sobre Almudena Grandes

Plataforma: Movistar Plus+

● Hemos hablado en muchas ocasiones sobre docuseries o documentales biográficos, pero este tiene una particularidad que lo hace muy especial: Azucena, su directora, era amiga íntima de la escritora. Por lo que podéis imaginar la sensibilidad y el amor con el que está hecho.

Recorre su trayectoria, desde el éxito temprano de *Las edades de Lulú* hasta los *Episodios de una guerra interminable*, pero las mejores partes son las que se alejan de sus obras.

Paradójicamente, lo más interesante es conocer mejor a la persona que parió todas esas historias que nos han hecho disfrutar tanto. Es un muy buen documental.



M+

ENAMORADA DEL VERANO

María José Suárez se refugia en Andalucía

La andaluza ha aprovechado un descanso en las grabaciones de *El show de Bertín* para disfrutar de su tierra

QUE el verano es la estación favorita de María José Suárez (50) no es ningún secreto. La modelo sevillana está disfrutando al máximo de la época estival rodeada de los suyos y en el destino que más feliz la hace: su tierra. Andalucía forma parte de su ADN y, por eso, aprovecha el tiempo libre que le dejan las grabaciones de *El show de Bertín* para recorrer algunos de sus rincones favoritos, como es el caso de Marbella. "Este verano está siendo muy especial. Lo estoy disfrutando más que nunca, en familia y en mi tierra", ha confesado María José.

Unas vacaciones que también están sirviendo para presumir del excelente momento personal y físico que atraviesa. Tal y como muestran estas imágenes, la andaluza disfrutó de un refrescante baño luciendo un favorecedor bikini con el que volvió a hacer gala de su espectacular figura. ■

"Este verano está siendo muy especial", asegura la modelo, que combina los compromisos profesionales con unos días de descanso en familia



FAMILIA UNIDA

Marcos no dudó en hacerse cargo del carrito de su hija mientras Paddy la llevaba en brazos durante parte del paseo.

Marcos Llorente, última escapada veraniega

Tras unos días de descanso en Ibiza y Formentera con Ferran Torres, el futbolista disfruta ahora de Marbella junto a su mujer, Paddy, y su hija antes de regresar a la disciplina del Atlético de Madrid

DESPUÉS de acaparar titulares durante su estancia en Ibiza y Formentera junto a Ferran Torres, el héroe del mundial, Marcos Llorente (31) y su mujer, Paddy (29), han cambiado las islas por la Costa

del Sol para poner el broche de oro a sus vacaciones estivales. El matrimonio ha encontrado en Marbella el escenario perfecto para seguir desconectando antes del regreso a la rutina. Tal y como muestran estas imágenes, el futbolista del Atlético de Ma-

drid y la empresaria aprovecharon una agradable jornada para pasear junto a su hija por las playas de la localidad malagueña ajenos a la mirada de los curiosos.

Marbella será una de sus últimas paradas antes de que Marcos tenga que reincor-

porarse a la disciplina del Atlético de Madrid para afrontar una nueva e ilusional temporada. Mientras tanto, el matrimonio continúa disfrutando de unos días de descanso en familia y regalando una imagen de absoluta tranquilidad. ■

Nico Williams: las fotos de la polémica

Su novia rompe con el futbolista tras este viaje a Ibiza con amigos

NICO Williams y Ainhi García llevaban dos años de relación, pero justo tras ganar el Mundial, el futbolista de la Selección Española y su novia han roto.

El detonante se podría encontrar en estas fotografías tomadas durante sus vacaciones en Ibiza, en las que Nico aparece en un barco rodeado de bellas mujeres, lo cual habría molestado, y mucho, a la joven.

Vida de solteros

Ainhi García había acompañado a Nico durante el mes del Mundial en Estados Unidos, pero su historia no ha podido ser. Y parece que no hay terceras personas. Ahora ambos han empezado su nueva vida de solteros: "El mar todo lo cura", ha escrito Ainhi en sus redes. "Tu mente es el lugar donde todo comienza", dice Nico. ■



Nico, rodeado de algunas amigas en el agua.



Unos días después de celebrar su éxito en Estados Unidos, la fiesta del jugador en un barco rodeado de jóvenes bellezas hizo saltar por los aires sus dos años de noviazgo

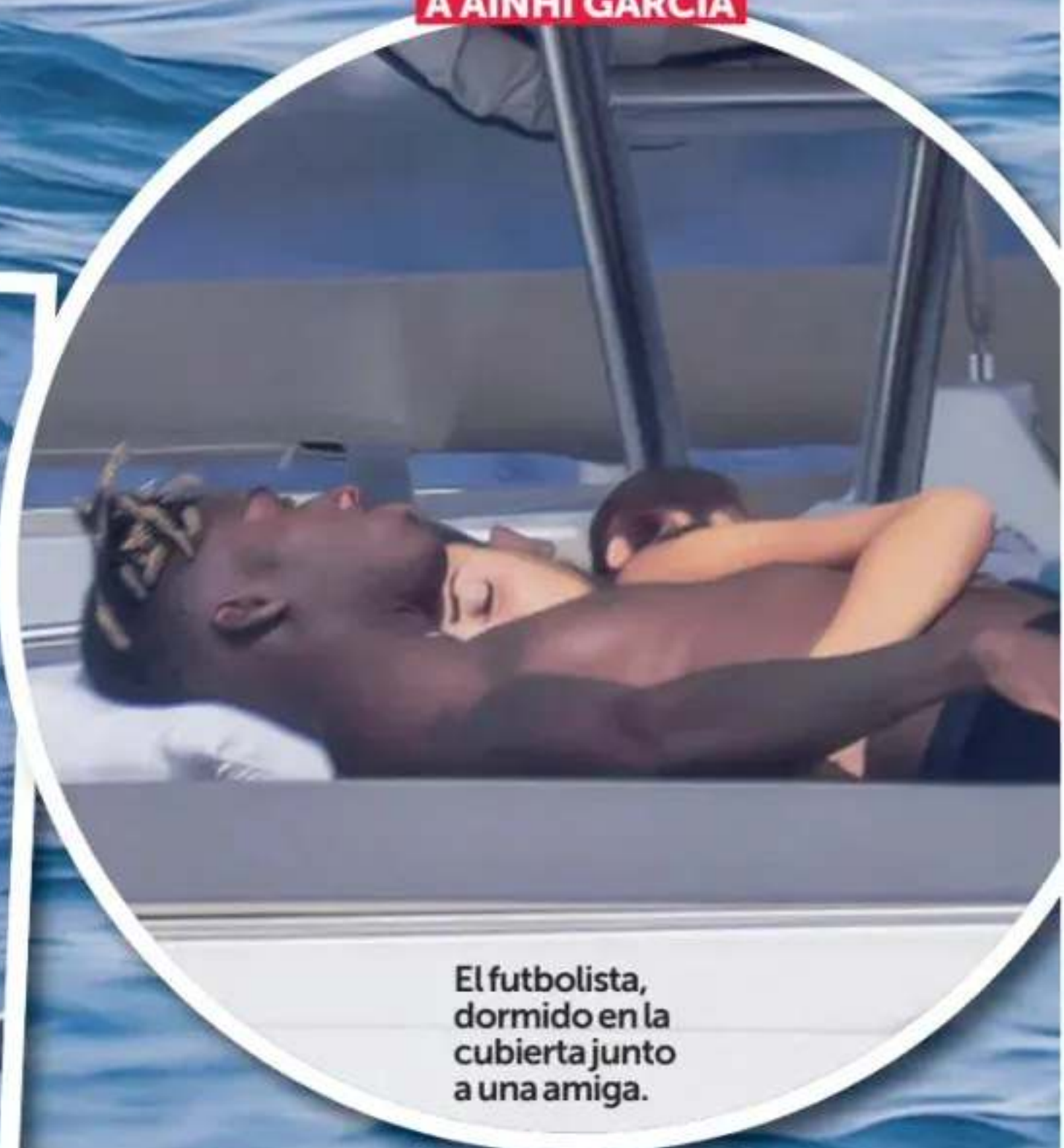
A photograph showing a man in black swim trunks diving from the side of a white boat into the blue sea. A woman in a black bikini stands on the boat behind him, and a Spanish flag is visible on the right.

Nico Williams, lanzándose al mar desde el barco.

LAS IMÁGENES EN UN BARCO QUE MOLESTARON A AINHI GARCÍA

A photograph of a man and two women sitting on a surfboard in the water. The man is on the left, and the two women are on the right, all wearing swimwear.

Nico Williams, sobre una tabla de surf en buena compañía.

A circular inset photograph showing a man and a woman lying down on a boat, appearing to be asleep. The man is in the foreground, and the woman is behind him.

El futbolista, dormido en la cubierta junto a una amiga.

El futbolista y la empresaria tinerfeña han puesto el broche a seis años de relación.

Romántica boda del futbolista del Real Madrid Brahim Díaz

El jugador dio el 'sí, quiero' a su novia, Luz Méndez, en una discreta ceremonia celebrada en Grecia



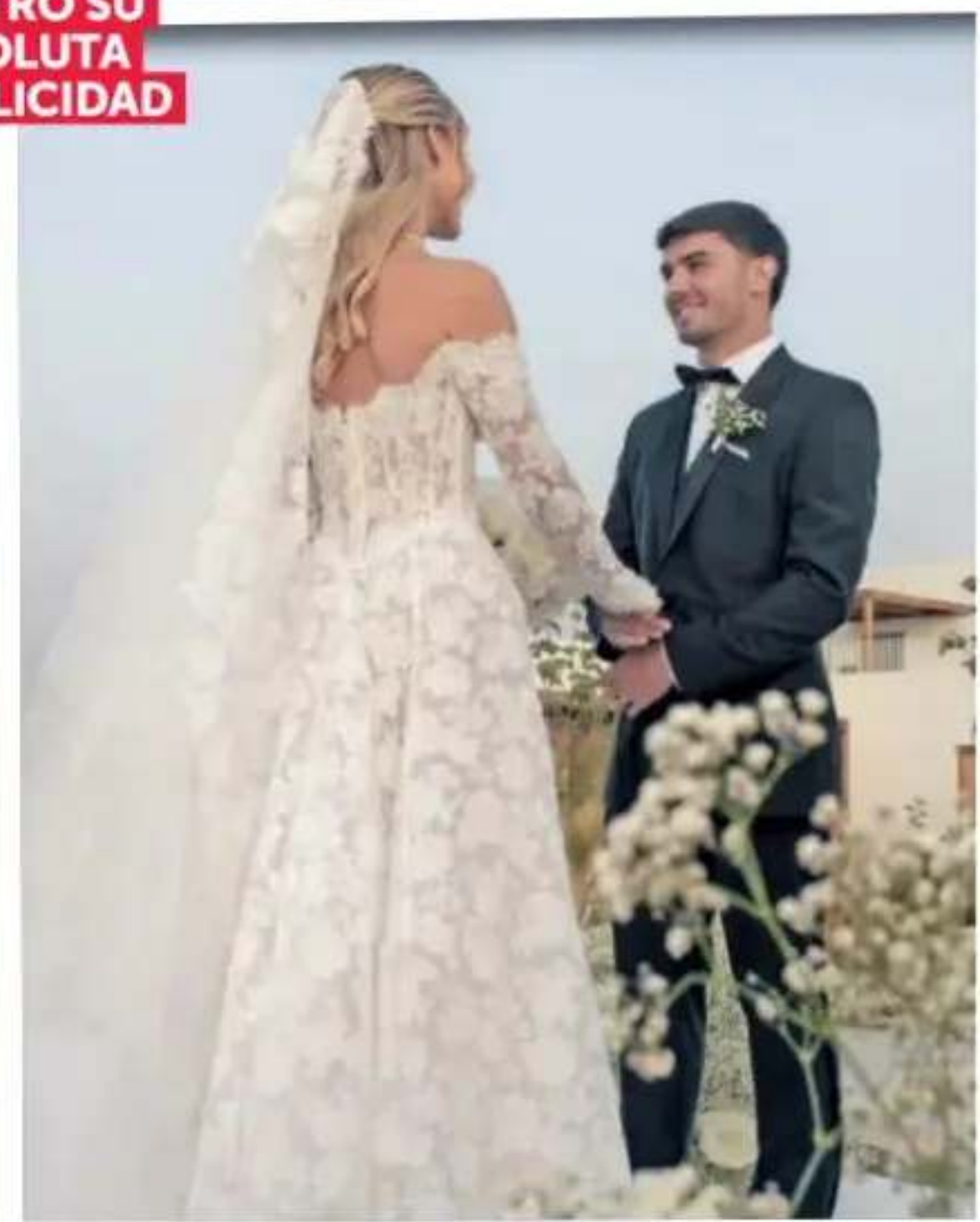
EQUIPO Y SELECCIÓN

Desde junio de 2023 el futbolista hispanomarroquí Brahim Díaz forma parte de la plantilla del Real Madrid. Nacido en Málaga, juega con la selección de Marruecos.



**LA PAREJA
MOSTRÓ SU
ABSOLUTA
COMPLICIDAD**

Luz eligió un vestido totalmente bordado de encaje con cuerpo corsé y escote barco.



TRAS seis años de relación, Brahim Díaz (27) jugador del Real Madrid, y Luz Méndez protagonizaron una boda de ensueño en las islas griegas, rodeados de su círculo más íntimo. La pareja nos ha regalado las imágenes

más romántica de su gran día, con sonrisas y miradas llenas de amor y el Mar Mediterráneo como telón de fondo inigualable

La empresaria tinerfeña estaba radiante con un vestido totalmente bordado de encaje, con cuerpo corsé,

falda voluminosa, escote barco y manga larga, que completó con un velo de encaje y tul que salía de su semirecogido; mientras que el futbolista optó por un elegante esmoquin con pajarita.

Brahim y Luz comenzaron su relación en 2020. Los co-

mienzos los vivieron a caballo entre España e Italia, ya que el futbolista jugaba en el AC Milán. Cuando fichó por el Real Madrid, en junio de 2023, se instalaron juntos en una lujosa casa de la capital, donde han formado su hogar. ■



Los duques de Huéscar regresan otro verano a Sotogrande

La futura duquesa de Alba volvió a destacar por su impecable estilo, luciendo un kaftán.

Fernando Fitz-James Stuart y Sofía Palazuelo disfrutaron de una jornada en el mar con sus dos hijas





Los duques de Huéscar, que salieron a navegar con Beltrán, hermano de Sofía, estuvieron muy pendientes de sus dos hijas.



La nuera del duque de Alba presume en biquini de una figura 10.

**NAVEGARON
EN EL YATE
DEL DUQUE
DE ALBA**

JUNTO a Mallorca, Ibiza y Marbella, Sotogrande es el cuarto lugar de la geografía española preferido por los famosos para disfrutar de las vacaciones de verano. Esta exclusiva urbanización del municipio de San Roque, en Cádiz, con un ambiente muy familiar, elegante y discreto, también es la elegida por los duques de Huéscar para pasar sus días de descanso.

Fernando Fitz-James Stuart (35) y Sofía Palazuelo (34) tienen allí su cuartel general, que comparten con algunos de sus familiares. En esta ocasión hemos podido ver a la pareja en una jornada marinera, acompañados por sus dos hijas, saliendo a navegar en el Ajax III, el yate que pertenece al actual duque de Alba. Con ellos también estaba Beltrán, hermano de Sofía, con su mujer, Eu-



Fernando y Sofía veranean todos los años en esta exclusiva urbanización gaditana.

genia Hernández-Antolín. La duquesa de Huéscar está muy unida a su hermano, de hecho, fue él quien le presentó al que hoy es su marido y es el padrino de su primogénita, Rosario.

Precisamente las dos pequeñas de la casa fueron las auténticas protagonistas de la jornada en el mar, con sus flotadores, y sus padres muy pendientes de ellas en todo momento. ■

La pareja
aprovechó
estos días para
intentar
desconectar y
recargar pilas
en un
pequeño
hotelito del
sur de la isla.

FOTOS EXCLUSIVAS

Sarkozy y Carla Bruni: **vacaciones al sol** **mediterráneo**

El matrimonio se relaja en Córcega a la espera de un juicio en el que se decidirá si el expresidente francés, en libertad provisional, entra de nuevo en la cárcel

TRAS pasar unos días de vacaciones en Ibiza y Formentera, Nicolás Sarkozy (71) y Carla Bruni (58) han continuado su periplo veraniego por la isla de Córcega (Francia), otro de sus destinos favoritos. Allí además de disfrutar de relajadas jornadas en alta mar en su yate, el matrimonio también goza de tranquilos días de playa, como comprobamos en este reportaje que SEMANA publica en exclusiva.

En él se puede ver al expresidente francés y a la exmodelo de origen italiano con una imagen muy distinta a la que lucen habitualmente. Él ha cambiado los trajes de chaqueta por el bañador, mientras Carla deja sus elegantes diseños de alta costura con un favorecedor, y pequeño, biquini azul que realza su silueta. Y por supuesto aprovecharon este



La pareja aprovechó para darse un refrescante baños en el mar, aunque a juzgar por la cara de Sarkozy, el agua quizás estaba un poco fría para él.

El matrimonio se mostró tan sólido y unido como siempre.

Carla, que perteneció al exclusivo club de las grandes top models de los años 90, demuestra que quien tuvo, retuvo

La modelo, que está en una gran forma física, se metió en el mar a nadar con aletas, cual sirena.

►►► idílico destino para tomar el sol y refrescarse en las aguas mediterráneas. Y en el exclusivo hotel Le Maquis, en Porticcio, al sur de la isla, un pequeño establecimiento con su propia playa, cuyo precio ronda los 1.000 euros la noche,

En esta ocasión, no les ha acompañado Giulia (14), la hija que tienen en común, tampoco Aurélien (25), fruto de una previa relación de la modelo, ni los tres hijos de Sarkozy nacidos de sus dos matrimonios anteriores.

Así, la pareja, que en febrero celebró su 15 aniversario de boda, disfrutó de tiempo para dedicárselo el uno al otro y nos han dejado estas envidiables imágenes. Un estupendo y romántico plan para cargar pilas antes de afrontar lo que la Justicia les depare en los próximos meses.

Y es que, aunque están intentando llevar la situación de la mejor forma posible, Sarkozy está en una situación complicada.

El juicio

En octubre Sarkozy fue condenado a cinco años de cárcel. Pasó 21 días en prisión preventiva y le concedieron la libertad provisional a la espera de que se celebre la apelación. De probarse los cargos,

debería cumplir toda la condena. Una complicada circunstancia a la que se suman dos condenas definitivas con penas que Sarkozy deberá cumplir mediante arresto domiciliario por delitos de escuchas telefónicas y sobrecostes electorales. ■



La ex primera dama francesa bajó a la playa con el albornoz del hotel en el que se alojaban.



Bruni está siendo el principal apoyo de su marido en estos complicados momentos



Nada como relajarse al sol para coger un poco de color... y evadirse de los problemas.

Diana de Gales: todos los secretos del vestido del siglo

El traje de novia de Lady Di, diseñado por David y Elizabeth Emanuel, es uno de los grandes iconos de la historia de la moda. Se cumplen ahora 45 años de un diseño que sigue despertando fascinación

EL 29 de julio de 1981 más de 750 millones de espectadores de todo el mundo tenían puestos sus ojos en la Catedral de San Pablo de Londres. Ese día se casaba Carlos de Inglaterra, entonces príncipe de Gales, con una jovencísima y tímida Diana Spencer, en lo que parecía la representación del perfecto cuento de hadas. Por encima de todos los detalles del enlace de los que estaban destinados a ser los futuros reyes de Inglaterra hubo uno que, cuarenta y cinco años después, todavía sigue despertando fascinación y hasta ha sido objeto de un documental en Movistar Plus: el vestido de la novia.

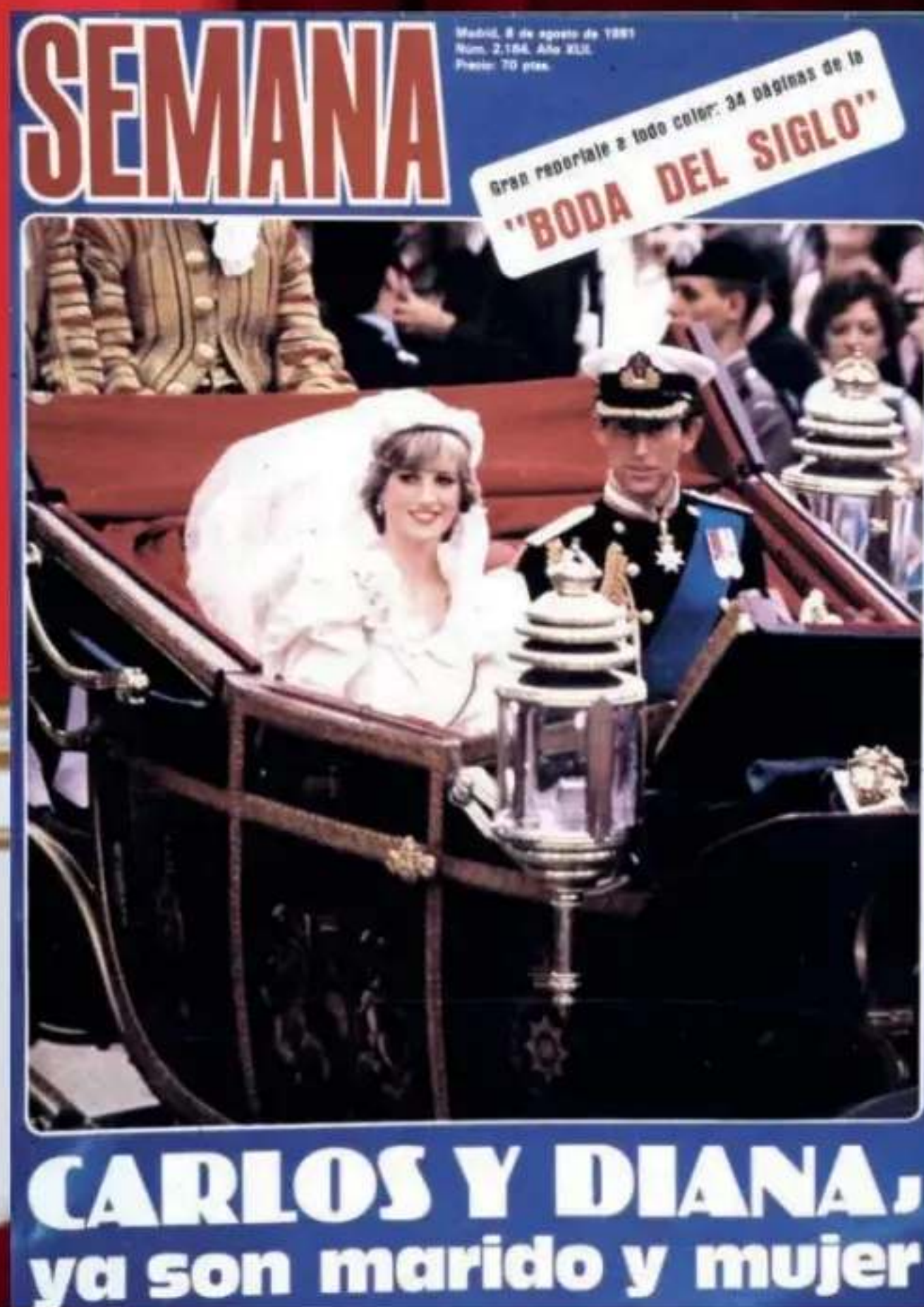
Creado por el matrimonio de diseñadores David y Elizabeth Emanuel, se convirtió en uno de los trajes más icónicos de todos los tiempos y ha sido considerado como el secreto mejor guardado de la historia de la moda. A su alrededor se activó todo un dispositivo digno de las mejores películas de espionaje para que no se filtrara ni un solo detalle. El objetivo era tan claro como compli-

cado: que Diana deslumbrara al mundo al verla por primera vez vestida de novia.

Todo comenzó con una llamada de la propia Diana al estudio de David y Elizabeth para pedirles que le diseñaran el vestido de novia. La relación entre ambas partes había comenzado poco antes, cuando la novia del príncipe Carlos les encargó el vestido para su primera salida oficial tras su compromiso. Ellos aceptaron inmediatamente y comenzó el proceso de creación del que se iba a conocer como "el vestido del siglo".

Primer encuentro

Elizabeth recuerda así su primer encuentro con la princesa: "Cuando conocimos a Diana por primera vez, yo diría que tenía una talla 12 o 14 británica (40 o 42 en España). Era un poco rellenita, no gorda ni nada de eso, pero tenía la cara redondeada y era muy dulce. Después, con el paso de los días, cuando ya habíamos empezado a hacer el vestido de novia, perdió mucho peso de repente, muchísimo. Su cintura se quedó en 23 pul-



LA BODA MÁS ESPERADA

El 'sí, quiero' del príncipe Carlos, entonces el heredero de la realeza más deseado, de 32 años, y una bella y tímida Diana Spencer, de apenas 20, fue un acontecimiento histórico que centró el interés de todos los medios, también de SEMANA. Más de 750 millones de espectadores en todo el mundo vivieron el enlace como un cuento de hadas.



Para evitar filtraciones se desplegó todo un operativo que incluía una caja fuerte para las telas y bocetos, un armario metálico en el que se guardaba el traje bajo llave y dos guardias de seguridad que custodiaban el taller

Los diseñadores despistaron a la prensa tirando a los contenedores trozos de tela rosas. Algún medio publicó que Diana iba a casarse con un vestido de ese color

gadas (58 centímetros) y parecía una modelo".

Nada más conocerse el nombre de los diseñadores, se inició el asedio para intentar saber cualquier detalle del traje. Para evitar filtraciones, en el estudio de Londres se instalaron persianas gruesas para no ser vistos desde el exterior, se colocó un armario metálico, donde guardaban por la noche el vestido bajo llave, y una caja de seguridad, que tuvieron que introducir por la ventana, en la que metían los patrones, bocetos y telas. Además, contrataron a dos guardias de seguridad para custodiar el material. Y para evitar que alguien escuchara sus conversaciones telefónicas, los diseñadores nunca se referían a Diana por su nombre, en su lugar utilizaban el seudónimo de Deborah Cornwall, en alusión al ducado de Cornualles que iba a recibir tras el matrimonio.

Porteléfono, los diseñadores utilizaban el seudónimo de Deborah Cornwall para referirse a Diana

Cada vez que Diana acudía al taller a una prueba, había cientos de personas agolpadas a la puerta. A ella le encantaba curiosear por las perchas, probarse vestidos y hablar con las costureras, a las que ofrecían grandes sumas de dinero por desvelar cualquier detalle, aunque ellas nunca aceptaron.

Engaño a la prensa

El interés era tan grande que algunos periodistas rebuscaban en la basura para intentar encontrar alguna pista sobre el modelo. Los dise-

ñadores, queriendo desviar la atención, dejaron en un contenedor tiras de tela de color rosa, por lo que algunos medios llegaron a publicar que la futura esposa de Carlos de Inglaterra iba a sorprender al mundo con un diseño en ese romántico color.

Cuando el vestido ya estaba prácticamente terminado la prueba de todo el conjunto supuso un nuevo quebradero de cabeza. Debido al reducido tamaño del estudio y la voluminosidad del diseño era

imposible hacerlo allí, pero fue la propia Diana quien tuvo la solución y propuso probarlo en los pasillos del Palacio de Buckingham, donde tuvieron que cerrar una planta entera para que nadie pudiera verlo antes de tiempo.

Por fin llegó el gran día. Diana Spencer se vistió en Clarence House, con la ayuda de David y Emanuel, quienes le deslizaron el vestido por encima de la cabeza para no estropear el peinado ni el

maquillaje. David tuvo que meterse literalmente bajo la inmensa enagua de cientos de metros de tul para comprobar los corchetes, ya que Elizabeth había tenido pesadillas en las que a la novia se le caía la cola: "Mientras salía de aquella nube de opulencia, noté a Diana algo tensa. Al asomar, me preguntó: '¿Has conocido ya a la reina madre?'. Y ahí estaba ella, con una mirada inquisitiva", se reía después el diseñador al recordarlo.



El vestido, confeccionado en tafetán de seda marfil, destacaba por su maximalismo, con encajes, lentejuelas y perlas bordadas, mangas abullonadas y cuello con volantes.



VISITAS AL TALLER

Cada vez que Diana acudía al taller de David y Elizabeth Emanuel, cientos de medios de comunicación y fans se agolpaban a las puertas para verla. Durante el proceso, la ansiedad y nervios por la boda, provocaron bajadas de peso que hicieron que tuvieran que modificar las medidas en más de una ocasión.



La cola del vestido de Diana tenía más de siete metros, la más larga de los trajes nupciales de la realeza.

El velo de tul bordado dejaba ver la tiara Spencer que lució.



El look nupcial de Diana fue el primero concebido para ser visto en televisión. Inspirado en el de la reina Victoria, ha pasado a la historia por su maximalismo.

Bordados y encaje

Era un vestido en tafetán de seda en tono marfil bordado a mano con lentejuelas y 10.000 perlas, y encaje Carrickmacross, que había pertenecido originalmente a la reina María. En su diseño destacaban las mangas abullonadas decoradas con lazo, el cuello con volantes, una cola desmontable de siete metros, la más larga de los vestidos nupciales de la realeza, y un velo de tul decorado con diminutas lentejuelas bordadas a modo de gotas de lluvia.



Tras la ceremonia en la catedral de San Pablo se realizaron las fotos oficiales de la pareja en el palacio de Buckingham.

Minutos antes de salir hacia la catedral Diana se roció con su perfume favorito, Quelques Fleurs de Houbigant, pero al manipular el frasco le cayó sobre la delicada tela, dejando una pequeña mancha. Como no había tiempo para limpiarla, le aconsejaron que sujetara ligeramente la falda y colocara la mano estratégicamente para ocultarla.

Millones de personas contuvieron el aliento cuando

la vieron descender del carruaje envuelta en una nube de tafetán de seda en marfil, el tono que mejor encajaba con la piel de la nueva princesa de Gales.

Tras la ceremonia, David y Elizabeth Emanuel fueron trasladados en un coche a gran velocidad y saltándose los semáforos, escoltados por la policía, para llegar a tiempo al palacio de Buckingham para la sesión de fotografías oficiales, en la que estuvieron

pendientes de todos los detalles de la puesta en escena del vestido.

Un segundo vestido

Paralelo al gran traje de novia, los diseñadores estaban haciendo otro vestido de repuesto, sin que la propia Diana lo supiera. David y Elizabeth querían estar preparados ante cualquier contratiempo. ¿Y si alguien entraba en el estudio y robaba el vestido? ¿Y si se derramaba algo en-

cima en el último momento? ¿Y si había un incendio? Ante una emergencia debían estar preparados con un plan B y la única opción era tener una réplica del vestido de novia real. Durante dos meses trabajaron en este diseño, que intentaron copiar lo más fielmente posible, aunque no era exactamente igual al original, ya que tenía escote en pico y mangas estrechas.

Al final no fue necesario, y "el vestido que nunca fue"

A la vez que el traje oficial, diseñaron un segundo vestido prácticamente igual por si había algún contratiempo con el original. Diana nunca llegó a saberlo



quedó olvidado en un perchero de muestras sin llegar a terminarse.

La historia ha convertido a Diana de Gales en un mito y a su vestido de novia en una de las prendas más icónicas, a pesar de que con el paso del tiempo las opiniones sobre el diseño no han sido unánimemente positivas. Excesivo y anticuado son algunas de las críticas.

Sonia Montero



UN VESTIDO DE MUSEO

El vestido, que pertenece a los príncipes Guillermo y Harry y forma parte del Archivo Histórico Real, fue expuesto en una vitrina de cristal en el invernadero del palacio de Kensington, donde vivió Lady Di, en 2021, junto con otras creaciones de la Casa Windsor. Su diseño es la mejor representación de los excesos de la moda de los 80.

Wedding Dress of Diana, Princess of Wales

Nothing about the design was left to chance. A suit was made of the 25-foot long train and careful measurements were taken of St. Paul's Cathedral to make sure it would fit.

In keeping with tradition, the snoggy lace was the something old, the dress was the something new, the Spencer tiara was the something borrowed, and a little bow at the back was the something blue. The flowers of the bouquet were British-grown and matched the colour and shape of the dress.



Exhibited
in the
Royal Collection
at Kensington Palace

ASÍ HEMOS CAMBIADO...

Es una de las actrices más bellas del Hollywood actual. Nació en Sudáfrica y tuvo que 'deformar' su rostro para dar vida a una asesina en serie y llevarse un Oscar en 2003 por la película *Monster*. Tras una dura infancia marcada por la muerte de su padre a manos de su madre para defender a ambas, empezó a trabajar como modelo y con pequeños papeles en el cine hasta que, a los 22 años, tuvo su primera gran oportunidad con *El abogado del diablo*, junto a Al Pacino y Keanu Reeves. En su intensa carrera, Charlize Theron, que cumple 51 años este 7 de agosto, ha protagonizado comedias románticas, dramas y grandes éxitos de taquilla como *The Italian Job*, *La vieja guardia*, *Blancanieves* y la leyenda del cazador, *Prometheus*, *Max Max: Furia en la carretera* o la recién estrenada *La Odissea*. En su vida privada, la actriz adoptó a dos niñas estando soltera y sus parejas más conocidas han sido los actores Stuart Townsend (2001-2010) y Sean Penn (2013-2015).

Charlize Theron



10 años



25 años



40 años



46 años

50 años

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

DIRECTOR: Jorge Borrajo.

REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.

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

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

DOCUMENTACIÓN: Francisco José de Pablo.

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

EDITA: SEMANA, S.L.

REDACCIÓN:

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

Apartado de Correos 383

Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: redaccion@semana.es

ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN

Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00

E-mail: administracion@semana.es

E-mail: distribucion@semana.es

E-mail: suscripciones@semana.es

IMPRESIÓN: Rotocobri S.A.

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

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

Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:

RBA PUBLIVENTAS, S.A.

CEO: Enrique Blanc.

Director de negocio digital: Serafin González.

Madrid, Norte y Andalucía

Directora de oficina: Arantxa Sánchez.

Directora de publicidad: Belén González.

Subdirectora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.

Jefa de publicidad: Silvia Montalbán.

Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.

C/ Mendez Álvaro, 56 planta 5ª

28045. Madrid. Teléfono: 91 510 66 00

Barcelona y Levante

Directora de oficina: Ana Gea.

Directora de publicidad: Ángela Carpio.

Directora de publicidad: Olga Fernández

Directora de publicidad: Cristina Hombravella
Coordinadora de publicidad:
Ivana Stelmazewski.
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.
Teléfono: 93 415 73 74.



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



www.orbytes



www.kioskoyms.com



www.zinio.com

Escanéame



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



#YoLeoSemana

WWW.SEMANA.ES

TODA LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN ESTÉS DONDE ESTÉS*



Tik Tok
@semana_revista



Facebook
facebook.com/semana.es



Twitter
@semana_revista



Instagram
@semana_revista



→ ¿Falta mucho para irnos?
Nos estamos hinchando.
Oye, pero escúchanos.
Mira que hinchazón.
¡Es verdad!
¡Dos varices asomando!
Esto hay que pararlo ya.
¡Solución!
¡Solución!
¡Solución!



Siéntete Imparable

Al primer síntoma de **dolor, varices, hinchazón**
o si tus piernas se ponen pesadas



Tratamiento de los síntomas relacionados con la insuficiencia venosa leve en adultos.

Lea las instrucciones de este medicamento y consulte al farmacéutico.

SERVIER
moved by you

¹Número uno en España en prescripciones. Internal calculations based on Quintiles IMS database. Analytics Link, C5C Spain, RX prescriptions, MAT Mar. 2026