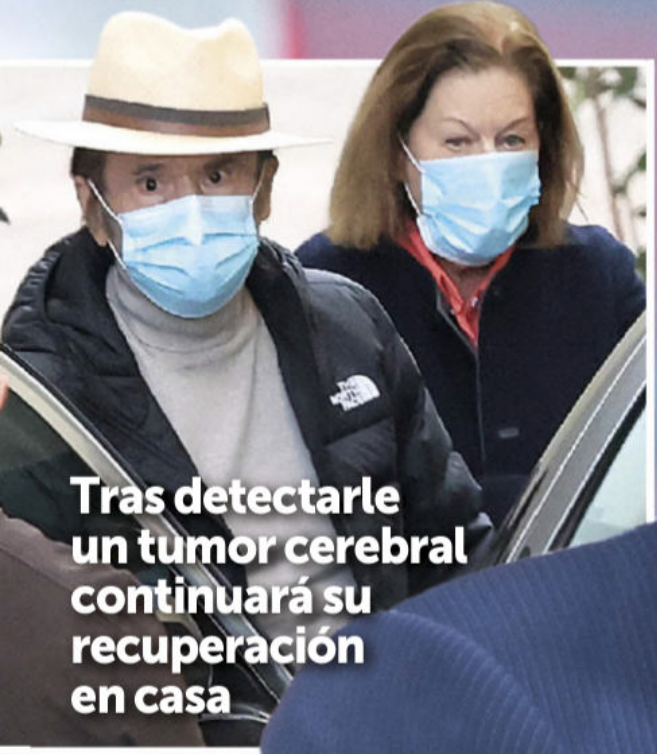
www.semana.es

SEMANA

8 DE ENERO DE 2025 NÚM. 4.431 • 2,70 € CANARIAS 2,80 €



Tras detectarle un tumor cerebral continuará su recuperación en casa

RAPHAEL

Libra su batalla más difícil

EXCLUSIVA

El momento más emotivo de CARI LAPIQUE en Navidad

ALASKA

"Me enfada que me digan cómo debo ser"

Alemania: 2,50€, Bélgica: 5,40€, Finlandia: 9,00€, Francia: 5,90€, Reino Unido: 5.00 £, Italia: 4,90€, Luxemburgo: 5,90€, Portugal: Cont. 2,20€, Islas: € 4,40 F.S.

www.semana.es

SEMANA

TE DESEA

¡Felices Fiestas!

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

Feliz 2025

PÁGINA **8**

KATE MIDDLETON, ESPECTACULAR EN SU REAPARICIÓN.

PÁGINA **90**

ISABEL PANTOJA ENLOQUECE A SUS FANS.

4 Raphael libra su batalla más difícil.

12 Fernando Alonso y Melissa Jiménez, primer paseo juntos.

14 Cari Lapique se vuelca con sus nietos.

18 Felipe y Letizia: el año clave de su reinado.

30 Las 12 noticias del año 2024. Los personajes de la actualidad.

38 Helena Bianco llora la muerte de su marido.

40 Bárbara Rey y Sofía Cristo, más unidas que nunca.

41 Ortega Cano, todo un padrazo.

42 Ion Aramendi: "Mis padres son mis fans número uno".

44 Nieves Álvarez, paseo romántico con su novio.

68 Alaska: "Me enfada que alguien pretenda que yo sea lo que él quiera".

74 Televisión: Noticias, estrenos, actualidad...

84 La Familia Real: sorpresa navideña en Valencia.

92 María de las Mercedes: 25 aniversario de la muerte de la reina sin trono.

98 Así hemos cambiado: Mariah Carey.

PÁGINA **86**

LARA ÁLVAREZ, EN LA CHRISTMAS STARLITE

y además no te pierdas...

Especial recetas de Navidad*

4 fascículos únicos para coleccionar

*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

EL 8 DE ENERO VOLVEMOS CON NUESTRO COLECCIONABLE DE COCINA PROVINCIAL

Raphael planta cara a su batalla más difícil

El artista, que tiene un linfoma cerebral del que ya se está tratando, ha dejado el hospital tras diez días ingresado

LA vida nos enfrenta en ocasiones a situaciones muy difíciles, que nos obligan a plantarles cara. A lo largo de su dilatada carrera y a sus más de seis décadas sobre los escenarios, Raphael (81) ha vivido momentos muy complicados, que ha superado con coraje y valentía.... Y esta vez no va a ser menos.

Porque el artista de Linares ha visto como en estas últimas dos semanas la vida lo ha golpeado con fuerza, pero eso no ha mermado sus ganas de seguir brillando como la estrella que es.

Tras su ingreso después de sufrir un episodio transitorio de confusión (que al principio se confundió con un ictus), su traslado de hospital del Clínico al 12 de Octubre y una vez realizadas las pruebas médicas necesarias, solo faltaba esperar un diagnóstico. No ha sido lo que esperábamos y ahora toca afrontarlo y acomodarse a la nueva realidad.

El viernes 27 abandonó el Hospital 12 de Octubre acompañado por su mujer, Natalia Figueroa

Genio y figura. Con mascarilla pero con sombrero y bien abrigado camino al coche.

Nuestro artista más querido padece, tal y como se puede leer en el informe médico oficial "un linfoma cerebral con dos nódulos cerebrales en el hemisferio izquierdo del que ya está siendo tratado y que justifica los síntomas neurológicos que presentó entonces". Todo un mazazo para la familia y el artista que se había visto obligado a pasar la Nochebuena y la Navidad, esperando que en el hospital les diesen el alta en los días siguientes. Finalmente vimos a Raphael saliendo el viernes 27 de diciembre, diez días después de su ingreso, por su propio pie, cansado, pero feliz de volver a casa con los suyos.

¿Qué es un linfoma?

Toca ahora atarse los machos y continuar adelante. Ya lo anunciaba su equipo médico el día anterior: "Durante su ingreso en este Hospital se ha iniciado tratamiento específico para esta patología que continuará de forma ambulatoria".

Pero, ¿a qué se enfrenta Raphael? Lo primero que hay que saber es que un linfoma cerebral es un tipo de cáncer que se origina en las células linfáticas del cerebro o de la médula espinal.

Este tipo de linfoma pertenece al grupo de los linfomas no Hodgkin y se caracteriza por localizarse en el sistema nervioso central. No se conoce su causa exacta y puede presentarse a cualquier edad, aunque la verdad es que es más común en adultos mayores y en pacientes inmunodeprimidos o que han recibido trasplantes de órganos. ▶▶▶

▶▶▶ Raphael pertenece a este último grupo, porque en 2003 fue trasplantado de hígado debido a una cirrosis hepática.

Algunos de los síntomas más habituales son: cambios en el habla o la visión, confusión, dolores de cabeza, debilidad en las manos, pérdida de la coordinación, cambios en la personalidad... que se pueden encontrar en otras enfermedades neurológicas como los accidentes cerebrovasculares, por lo que a veces un diagnóstico puede ser complicado.

Lo importante ahora es que Raphael descanse, se tome las cosas con calma y evite el estrés y las preocupaciones

El tratamiento contra un linfoma cerebral varía según el alcance del tumor y el estado del paciente, pero incluye quimioterapia, radioterapia e inmunosupresores en muchos casos.

Lo único seguro en estos momentos es que Raphael necesita reposo y tranquilidad. Y eso, conociendo al cantante de Linares, es lo

Ya sin mascarilla, al artista se le veía feliz y animado.

Raphael prefirió no hacer declaraciones a su salida del hospital y su hijo Jacobo reconoció que aun está un poco "flojillo".

que peor va a llevar porque es incapaz de estarse quieto.

De hecho, lo más difícil para él estos días, en los que ha estado consciente y estable en todo momento, es aceptar la recomendación de sus médicos y cancelar las giras que tenía programadas en diciembre en Madrid y el final de su *Gira Victoria 2024* en Latinoamérica. Nueve conciertos en febrero y marzo en Estados Unidos, México, Puerto Rico, República Dominicana y Costa Rica, de los que ya se ha anunciado que devolverán el importe de las entradas.

No le ha quedado más remedio que cancelar los conciertos que tenía previstos para febrero y marzo en América

La gira en España y los nueve conciertos que le quedan todavía aquí se mantienen, a la espera de novedades, pero ahora Raphael tiene una prioridad: centrarse en tomarse las cosas con calma. Algo para lo que el apoyo de la familia y los amigos son fundamentales.

La salida el viernes del hospital la hacía Raphael con mascarilla, pero ya en el coche se la quitó para agradecer sin palabras a todos las muestras de cariño recibido estos días. Ya nos había avisado su hijo Jacobo que salía "flojillo" y que por eso no iba a hacer declaraciones, pero verlo sonreír y saludar fue para sus fans la mejor de las noticias.

Queda ahora una dura batalla por delante, pero él ya ha toreado en otras plazas difíciles y se muestra optimista y confiado. Mucho ánimo, Raphael. ■

Natalia no se ha separado de su marido durante los días que ha estado en el hospital y ahora está feliz con él ya en casa.

SU OTRA SEGUNDA OPORTUNIDAD

El 29 de abril de 2003, Raphael aparecía feliz ante la prensa para celebrar el primer mes de su nuevo yo, tras haberse sometido a un trasplante de hígado que le había salvado la vida. Le faltaba una semana para cumplir 60 años y reconocía: "Dios me ha concedido una prórroga y pienso meter muchos goles". El cantante llevaba años luchando contra una cirrosis hepática y decía que tras la operación sus prioridades habían cambiado: "Tengo ganas de vivir, de disfrutar de los que me quieren...". Un mensaje que hoy sigue más vigente que nunca.

Kate Middleton, espectacular y muy sonriente en su reaparición

La princesa no se perdió la tradicional Misa de Navidad en Sandringham junto a los reyes Carlos y Camilla

LOS Windsor han regresado un año más a la residencia campestre de Sandringham para celebrar la Navidad. Unas fechas en las que los reyes Carlos y Camilla ejercen como anfitriones y que este año cobran un significado aún más especial.

El cáncer del monarca y de la princesa de Gales ha marcado la agenda oficial y ha dejado una huella profunda en la familia. Por eso, en esta ocasión resultaba tan importante su asistencia a la Misa de Navidad, la cita perfecta para pulsar el estado de relaciones de la Familia Real británica y mostrar una imagen de unidad... o no.

Verde esperanza

De lo que se ha visto, siguiendo con la tradición iniciada por la reina Isabel II, esta reunión de todos juntos invita a la esperanza en tiempos complicados.

Y curiosamente, de esperanzador y simbólico verde coincidieron en sus atuendos las damas titulares de la familia, tanto la reina como la princesa Kate. Tras el anuncio de que esta última ha completado su tratamiento de quimioterapia y de retomar algunos compromisos públicos, con cada nueva salida percibimos pequeños pasos hacia adelante.

Tras este nuevo "annus horribilis", la familia Windsor empieza a ver la luz: su reunión por Navidad es el mejor bálsamo

Kate Middleton se entregó a la causa haciendo gala de su magia única, ▶▶▶

Los príncipes de Gales con sus tres hijos: George (11), Charlotte (9) y Louis (6).

Los reyes Carlos y Camilla, al frente de la comitiva familiar.

▶▶▶ muy sonriente y amable, a su llegada a la iglesia de Santa María Magdalena.

Elegantísima con tocado y abrigo, la princesa apareció junto a su esposo, el príncipe Guillermo, y sus hijos, los príncipes George, Charlotte y Louis. La familia se desplazó desde su cercana residencia de Anmer Hall, el que ha sido el gran refugio de Kate durante su convalencia.

El cariño de su pueblo

Numerosas personas se agolpaban ya a los lados del camino que conduce a la iglesia, deseosas de ver a sus 'royals' en vivo y en directo, y en particular de brindarle todo su cariño y apoyo a Kate. Esta les correspondió con creces, parándose a saludar y recoger sus dulces tarjetas de felicitación, ramos de flores y hasta peluches.

En este paseíllo icónico se pudo ver a otros miembros de la realeza británica, como la princesa Ana y sus hijos, Peter Phillips y Zara Tindall, ambos con sus hijas; el príncipe Eduardo y los suyos; y Beatriz de York, entre otros.

Kate, a la salida de la iglesia con sus pequeños.

Kate (42) lució un elegante abrigo largo de Alexander McQueen con tocado de Gina Foster, y una bufanda de tartán.

La princesa de Gales regresó a esta misa tan simbólica. De hecho, el año pasado fue el último acto que cumplió antes de que le diagnosticaran el cáncer

Los duques de Edimburgo, Eduardo y Sophie, con sus hijos, Louise (21) y Jacobo (17).

Beatriz de York, embarazada de su segundo hijo, y su esposo, Edoardo Mapelli. Con ellos el hijo mayor de este, Wolfie, fruto de una anterior relación.

Por consejo médico, esta última, que está embarazada de su segundo hijo, decidió no viajar a Italia para celebrar las fiestas con la familia de su marido, Edoardo Mapelli.

El gran ausente en este caso fue su padre, el príncipe Andrés, quien vuelve a estar en el centro de la polémica por su relación comercial con el empresario chino, acusado de espía, Yang Tengbo. El pasado noviembre, el rey Carlos III le retiró a su hermano la asignación anual que le pasaba de más de un millón de euros y sigue 'invitándole' a abandonar la residencia de Royal Lodge, en Windsor, sin que Andrés se dé por enterado. ■

Zara Tindall, de la mano de su hija menor, Lena (6). A la derecha, su sobrina, Isla Phillips (12).

Primeras imágenes de Fernando Alonso y Melissa Jiménez juntos

El piloto y la periodista han estado en Alcañiz acompañados por los padres y la hermana del piloto

CASI dos años después de comenzar su historia de amor, Fernando Alonso (43) y Melissa Jiménez (37) demuestran que su relación está consolidada. La mejor prueba de ello son estas primeras imágenes de ellos juntos, en las que la periodista está totalmente integrada en la familia del piloto.

Alonso, junto a su novia, sus padres y su hermana viajó a Alcañiz (Teruel) para rodar en su circuito unas imágenes del documental que está grabando sobre su vida y, a la vez, impartir un curso de conducción para futuros pilotos.

En armonía

Allí se pudo ver a la periodista como una más de la familia, junto a sus suegros, y charlando con la hermana del piloto, con quien ha congeniado especialmente.

Melissa, periodista especializada en Fórmula 1, y Alonso comenzaron su relación a mediados de 2023

En estas fechas Alonso y Melissa han aprovechado para estar juntos y celebrar la Nochebuena en Oviedo, a donde la periodista viajó en el avión privado del piloto con los tres hijos que tuvo con el futbolista Marc Bartra.

Aunque Melissa vive en Sitges y Alonso tiene fijada su residencia en Montecarlo, la pareja tiene la suerte de poder estar junta durante el año, ya que ella es periodista especializada en Fórmula 1 en un canal de televisión y viaja a todos los circuitos en los que corre el asturiano.

Fotos: Agencias

Fernando con su novia, sus padres y su hermana, a la salida del hotel en el que se hospedaron.

Melissa Jiménez ha entablado una gran relación con la hermana del piloto.

REGALO ESPECIAL

El piloto ha regalado a sus padres una réplica de un coche que llevó el mítico Ayrton Senna: "Imposible compensar todo lo que me han dado y enseñado mis padres. Pero hoy ha sido un bonito día viéndoles conducir su fórmula 1. Gracias por tanto, disfrutadlo y dejadme usarlo de vez en cuando".

FOTOS EXCLUSIVAS

Cari Lapique se vuelca en sus nietos en sus Navidades más tristes

Ellos la ayudan a sobrellevar la dolorosa pérdida este verano de su marido y de su hija mayor

Cari sacó fuerzas de flaqueza para asistir a la función escolar de su nieta MiniCari. Su hija Carla la acompañaba.

NO hay dolor más grande que el de perder a un ser querido. Pero si tenemos que despedirnos de un hijo, la pena se hace insoportable. Cari Lapique (72) lo sabe perfectamente porque el pasado mes de agosto perdió a dos de los pilares de su vida: su marido, Carlos Goyanes (79), y su hija mayor, Caritina (46), con 20 días de diferencia.

Cari se enfrenta este año a las Navidades más difíciles de su vida, las más amargas, y solo el amor de las personas que tiene a su lado, que son muchas y que no la sueltan de la mano, le permiten seguir adelante.

De todas ellas, son su hija menor, Carla (41), y su hermana, Myriam, y sus cinco nietos quienes le dan esa fuerza que necesita ahora para afrontar estas fechas, cuando más añoramos a quienes no están y que en casa de los Goyanes Lapique siempre se habían vivido con especial ilusión.

Hace unos días vimos a Cari acudiendo a la función escolar de su nieta MiniCari, la hija de Caritina. Unas imágenes que SEMANA ofrece en exclusiva y en la que podemos ver cómo el dolor se refleja en los rostros de Cari y de Carla, que, no olvidemos, ha perdido también a su padre y a su hermana y amiga.

SEMANA ofrece imágenes exclusivas de la empresaria, que está muy arropada por el resto de la familia, en especial su hija Carla

Sacando fuerzas

Pero la pena se quedó en la puerta del colegio. Hasta allí llegó Cari con su hermana Myriam, que ahora vive con ella. Eran las 10,30 horas del 20 de diciembre y minutos después aparecía Carla para unirse a ellas. Las tres sacaron fuerzas de donde no hay para que la pequeña MiniCari no viera tristeza ni lágrimas. Tenían que estar ahí acompañando niña en su función de Navidad, apoyándola.

Una hora después, las tres mujeres dejaban el colegio, rumbo a su casa. Lejos ▶▶▶

Carla Goyanes está muy pendiente de su madre y de sus sobrinos.

El rostro de Cari refleja el dolor y la pesadilla que ha vivido.

La familia Goyanes Lapique siempre vivía estas fiestas de manera especial. Ahora las afrontan sin dos de sus pilares, pero muy unidos

Myriam Lapique, la hermana de Cari, se ha trasladado a vivir con ella a Madrid.

CUMPLIENDO LA PROMESA QUE HIZO

Tras perder a Caritina, Carla prometió que cuidaría de sus sobrinos como si fueran sus propios hijos. Y lo está haciendo. Se desvive por Pedrito, de 13 años, y por MiniCari, de 10. Y precisamente con la pequeña y con su hijo mayor, Carlos, la vimos hace unos días en el concierto de Camilo, en Madrid, dentro del Festival Christmas Starlite. "A mi sobrina le encanta y yo vengo entregada", nos confesó.

Cari y su hermana saludando a una amiga. La red de apoyo que tiene la empresaria la sostiene en estos momentos tan duros.

▶▶▶ de la mirada de su nieta, Cari recuperaba el gesto serio y apesadumbrado que se mantiene inalterable desde hace cinco meses. Ya lo dice su hija Carla cuándo se le pregunta por cómo se encuentra su madre: "Ahí va. Poquillo a poco", responde.

Siempre amable, ella también intenta seguir adelante, sobre todo por sus sobrinos. Tras la muerte de su hermana prometió que los cuidaría como si fueran sus hijos, y lo está cumpliendo.

"Al final ellos se merecen que seamos felices y hay que seguir para adelante. Y además, a los de arriba (dice mirando con ternura al cielo) les gustaría que estuviéramos así, por nosotros mismos y sobre todo por ellos", dice Carla refiriéndose a los más pequeños de la casa.

"Hay que hacer un esfuerzo y ellos ayudan mucho", añade, sabiendo que estos días son los más complicados.

Y por esa misma razón tenían pensado pasar las fiestas todos juntos: Cari, Carla, su marido y sus tres hijos (Carlos, Santi y Beltrán) y el viudo de Cartinina, Antonio Matos, con sus hijos, como a Caritina le hubiera gustado.

A ellos se suman también Myriam, que no se separa de su hermana y que enviudó también hace cuatro años, y probablemente alguno de sus hijos.

Estar unidos ahora es el único consuelo de Cari Lapique, y estar a su lado, cuidándola y reconfortándola, es la máxima prioridad de su familia. Ella, que siempre ha presumido de abuela orgullosa, se refugia ahora en los príncipes de la casa, sus nietos. ■

Por qué 2024 ha sido el año clave en su reinado

La Familia Real culmina un año que marca un antes y un después en su regencia. Muchos no lo habrán detectado, pero ha habido un cambio importante en su forma de proceder. Se han reencontrado con el pueblo, su pueblo

Por Jorge Borrajo (Director de SEMANA)

Los Reyes Felipe y Letizia, la Princesa Leonor y la Infanta Sofía festejando la primera década en el trono desde el balcón del Palacio Real. Con esta foto se inauguró la cuenta oficial de Instagram de la Casa Real.

20 años de casados, 10 de años en el trono y una auténtica desgracia que ha servido para reencontrarse con el pueblo. Los Reyes Felipe y Letizia cierran un 2024 al que podremos considerar clave en su reinado. De esos que marcan un antes y un después. Un año en el que las circunstancias les ha llevado de celebrar con el pueblo su décimo aniversario de reinado a echarse al barro (nunca mejor dicho) y plantarle cara con gran acierto a la mayor crisis institucional a la que se han enfrentado en esta década. Salvando las distancias propias de la gravedad de los hechos, la DANA ha sido su particular 23F.

Nunca se había recibido a los Reyes lanzándoles barro y otros objetos contundentes que terminaron con varios miembros de su equipo de seguridad heridos. Fue inaudito ver cómo el pueblo de Valencia, cuyo malestar representaba a toda España, recibía a los Reyes y otras autoridades con abucheos, gritos y arrojándoles el ▶▶▶

Este 2024 Don Felipe y Doña Letizia han celebrado su X aniversario en el trono y sus 20 años de casados

Tras un año inolvidable, lleno de desafíos, los soberanos abren una nueva etapa de su reinado con cambios sustanciales en su manera de comunicar

Sus Majestades, abrazados en una de las fotos del posado oficial por su 20 aniversario de boda, realizado en los jardines del Palacio Real de Madrid.

La Reina Letizia, cubierta de barro, apoyando a una afectada por las riadas durante la visita de los Reyes al pueblo de Paiporta.

El Rey Felipe, hablando y tratando de consolar a un joven desesperado.

El 29 de octubre ha quedado grabado tras la DANA que dejó más de 220 personas fallecidas. Los Reyes se han mostrado a pie de calle y más cercanos que nunca

Saludando a afectados tras el incendio de unos edificios de viviendas en Valencia, en el que fallecieron 10 personas.

▶▶▶ lodo por el que lo han perdido todo. Todos entendimos su indignación, sus protestas, su rabia, su desolación... Todos estábamos detrás de sus lágrimas, aunque no nos pareciera bien la forma de mostrar la exasperación. Pero les entendíamos. Y los primeros que entendieron a un pueblo que se sentía abandonado fueron los Reyes.

Escucharon al pueblo

Su equipo de seguridad les dijo que había que abandonar la zona, que corría peligro su integridad. Les cogieron para llevárselos, pero ellos dijeron que no. Entendieron desde el primer lanzamiento lo que allí estaba ocurriendo y decidieron dar la cara y comerse el marrón. Don Felipe supo que tenía que es-

Los Reyes hicieron todo lo posible por dialogar y ser empáticos con las personas que lo habían perdido todo bajo el agua.

EL ÚLTIMO MENSAJE DE NAVIDAD
El Rey Felipe ha regresado al Palacio Real, escenario que ya eligió en 2015, para el tradicional mensaje de Nochebuena. Su discurso comenzó con un recuerdo a las víctimas de la DANA.

cuchar a ese pueblo, su pueblo. Igual que Doña Letizia, cuya cara estaba manchada de un pegote de barro que le impactó en el rostro. No era fácil, pero consiguieron que la gente se calmara.

¿Y cómo? Escuchándolos, mostrando interés por ellos, por sus problemas, por su ruina... Oyendo con suma atención cómo las personas les contaban auténticos dramas personales. Sufriendo con ellos. Hasta el punto de ver a la Reina Letizia con lágrimas en los ojos. Lágrimas de impotencia por lo que acababa de ocurrir y de dolor por lo que esa gente había pasado y estaba pasando.

Los Reyes se bajaron de su trono para abrazar a hombres, mujeres y niños que lo habían perdido todo, incluso seres queridos.

Ese día, 3 de noviembre de 2024, ha supuesto un punto de inflexión en el reinado de Felipe VI y Letizia. La DANA (o mejor dicho, la reacción que ellos han ▶▶▶

Fotos cedidas Banco de España

NUEVOS RETRATOS
A encargo del Banco de España, la fotógrafa estadounidense Annie Leibovitz ha captado a los soberanos en el Palacio Real. El Rey, con uniforme; y la Reina, de Balenciaga.

La Princesa Leonor fue nombrada Alcaldesa honoraria de Oviedo y recibió la Medalla de Oro de Asturias.

▶▶▶ tenido con esta tragedia) ha servido para que el pueblo se reencuentre con los Reyes. La gente ha reconocido en estas visitas a Valencia a los Reyes que queremos tener. A unos monarcas esquivando el protocolo y las exigencias de un guion que no siempre les marca el mejor camino para ellos. Sí, como decía al principio, esto ha sido su particular 23F.

En las últimas dos décadas se ha generado una brecha en la relación del pueblo con la Familia Real. El caso Nóos con Iñaki Urdangarin y la Infanta Cristina, pero, sobre todo, los escándalos del Rey Juan Carlos con esos negocios opacos y sus relaciones extramaritales distanciaron mucho a un pueblo algo desencantado con la Corona. Pero la actitud y el compromiso que han mostrado Felipe y Letizia con la mayor tragedia natural de la historia de España y el mayor drama humano desde el 11M, nos ha hecho volver a creer en ellos. Han recuperado la admiración de un pueblo que les echaba de menos.

Pero su compromiso con los afectados por la DANA no ha sido el único gesto que ha marcado este 2024. Antes de que el agua y el lodo arrasara la vida de más de 75.000 afectados y terminara con 227 de ellas, ya se vislumbraba un cambio de actitud de los Reyes. Este año se les ha visto más cercanos, más comunicativos, más ellos...

Más que una imagen

Y una prueba de esto es la fotografía encargada por el Banco de España para exaltar sus 10 años de reinado. Una instantánea para la historia que simboliza esa ruptura con lo anterior. Hasta ahora estos retratos habían sido pinturas, nunca fotografías.

> "En este 2024 los Reyes han sabido interpretar el momento y lo más importante: estar más presentes"

Por ello, esta imagen encargada a la prestigiosa fotógrafa Annie Leibovitz, reconocida como la mejor retratista de la actualidad, simboliza ese cambio y deja entrever el giro de timón que se ha hecho en Casa Real y en la gestión de la imagen de los Reyes. Una imagen espectacular donde salen perfectamente representados: el Rey en una actitud regia, de jefe de Estado; y ella, más Letizia que nunca, con una mezcla de reina, transmitiendo poder, con el glamour de una estrella internacional.

En este 2024 los Reyes han sabido interpretar el momento actual y han sido conscientes del cambio generacional y cultural y de la necesidad de adaptarse a los nuevos tiempos. Y tal vez lo más importante: estar más presentes y mostrarse con personalidad propia. ■

El monarca aparecía sin la chaqueta y trabajando en su despacho de La Zarzuela para conmemorar sus diez años como jefe del Estado. La viva imagen de su lema: "Servicio, compromiso y deber"

La Familia Real yendo al encuentro de la gente en la Plaza de Oriente en el 18 cumpleaños de la Princesa Leonor.

En un selfie, ya constantes en sus salidas públicas.

Anabel Pantoja, primera Navidad como mamá

● Radiantes de felicidad, así se encuentran Anabel Pantoja (37) y David Rodríguez (26) mientras disfrutan de su primera Navidad con su hija, Alma, que nació el pasado 23 de noviembre: "Su primera Navidad que jamás olvidaremos", han dicho.

El Gran Duque de Luxemburgo anuncia su abdicación

● Será el 3 de octubre de 2025 cuando el Gran Duque Enrique de Luxemburgo (69) abdique definitivamente en su hijo mayor, Guillermo (43). Así lo ha anunciado en su tradicional discurso de Nochebuena.

Sonsoles Ónega padece una afección cardíaca

● La presentadora de Antena 3 contó en un acto solidario a favor de los pacientes oncológicos que pedía salud para el 2025 porque al final es lo más importante. Hablando del tema, Sonsoles Ónega (47) contó que ella misma necesita hacerse revisiones porque tiene una válvula bicúspide, una malformación genética que le detectaron a los 38 años en una revisión rutinaria. "Cada año me tengo que mirar por si hay una dilatación excesiva de la aorta, aunque sería una muerte dulce, porque te caes, te da un parraque y te mueres en el momento", dijo Sonsoles, tratando de poner un poco de humor.

Querida Energía:
HEMOS PASADO DE DESPERDICIARTE A NO DEJARTE ESCAPAR
En IDAE cumplimos 40 años transformando actitudes. Y hoy, entre todos, le estamos dando al país una nueva energía para crecer y avanzar como sociedad.
GOBIERNO DE ESPAÑA
VICEPRESIDENCIA TERCERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA Y EL RETO DEMOGRÁFICO
IDAE

Matías Prats Jr. y Claudia Collado serán papás

● La pareja de periodistas de Mediaset, que contrajo matrimonio en el verano de 2023, está esperando su primer hijo para este año. Matías Prats (39) y Claudia Collado (34) harán abuelo por segunda vez al veterano Matías Prats (74).

Anne Igartiburu pierde a su padre

● Están siendo unas Navidades especialmente dolorosas para Anne Igartiburu (55), ya que ha salido a la luz el reciente fallecimiento de su padre, José Manuel, al que estaba muy unida. La presentadora vasca perdió a su madre cuando solo tenía 16 años, en un accidente de aviación.

Jennifer Lopez, la reina de la nieve

● La estación de esquí de Aspen (Colorado) es el centro con más cantidad de estrellas de Hollywood por metro cuadrado cuando llega la Navidad. Y entre ellas, no falta Jennifer Lopez (55). La cantante está en Aspen junto a su familia, sus hijos y su madre, y es habitual encontrársela por la calle yendo de compras o a comer a algunos de sus selectos restaurantes. Por supuesto, siempre cuidando al máximo su estilo, con unas botas *apres ski* de pelo y la parka, sin olvidar el toque chic del bolso Lady Dior.

La Familia Real noruega sonríe ante la adversidad

● Los reyes noruegos, Harald (87) y Sonia (87), los príncipes herederos, Haakon (51) y Mette-Marit (51), y la hija de estos, la princesa Ingrid (20) son los protagonistas del Christmas navideño de la Familia Real. Aunque aparecen con una ligera sonrisa, la propia Mette-Marit ha declarado que "ha sido un año muy duro", refiriéndose a las acusaciones a su hijo Magnus por violación .

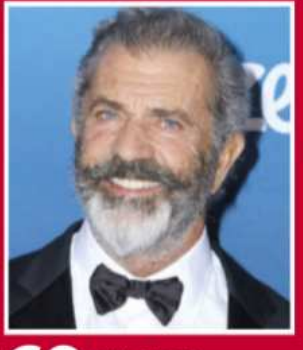
El alcalde de Madrid, en una comida solidaria

● El alcalde de Madrid ha visitado la Fundación José María Llanos para agradecer a Provacuno (Organización Interprofesional de la Carne de Vacuno) la comida solidaria destinada a personas en situación de vulnerabilidad. El menú está elaborado por cocineros Michelín y alumnos de la Escuela de Hostelería a los que Almeida se atrevió a 'echarles' una mano.

CUMPLEN AÑOS

46 GISELA 1-1-1979

49 PAZ VEGA 2-1-1976



69 MEL GIBSON 3-1-1956

50 BRADLEY COOPER 5-1-1975

Ana Mena se 'viste' de novia para Óscar Casas

● La cantante malagueña arrasó en su concierto en Madrid y, entre el público, se encontraba el actor Óscar Casas (26), con quien ha iniciado una relación. Ana Mena (27) y el hermano de Mario Casas rodaron juntos este verano la película *Ídolos*, una historia de amor y motos que cruzó el destino de la joven pareja.

Óscar, entre el público que fue al concierto de la malagueña.

La reina Sofía, abuela orgullosa

● La Reina emérita y su hija, la infanta Cristina, viajaron hasta Guadalajara, donde Pablo Urdangarin (24) y su equipo, el Fraikin B.M Granollers, disputaba un partido de balonmano contra el equipo local. Doña Sofía (86) y Cristina (59) animaron con fuerza al deportista, incluso la Reina le mandaba besos a su nieto desde la grada y, acabado el encuentro, se reunieron con él y la Reina charló con algunos de sus compañeros de equipo.

PACK DE 2 LIBROS
APROVECHA LA OFERTA

+

2 LIBROS POR SOLO 5,95 €

Dos mujeres fascinantes que desafiaron a todos.
Dos vidas marcadas por la búsqueda de la felicidad.
Las historias más desconocidas de Camilla de Inglaterra y Meghan Markle, que hicieron tambalear los cimientos de la monarquía británica.

YA DISPONIBLE EN TU PUNTO DE VENTA

www.semana.es
SEMANA

LAS 12 NOTICIAS DEL AÑO

Rupturas, enfermedades, escándalos reales, robos, fallecimientos inesperados, infidelidades... El 2024 ha estado cargado de sucesos que nos impactaron y que ocuparon nuestra crónica social

2 **José María Almoguera (34), hijo de Carmen Borrego, y Paola Olmedo (37)** nos concedieron una entrevista en abril para explicarnos los motivos de su inesperada separación, tras dos años casados y un hijo en común.
La tensa relación de la pareja con Carmen Borrego hizo mella en su matrimonio y ambos la señalaron como una pieza clave (que no la única) en su ruptura. Tras su salto a nuestras páginas, madre e hijo han tratado de resolver sus diferencias sin éxito. Carmen y José aún tienen algunos asuntos pendientes y los reproches siguen siendo constantes.

La Familia Real británica ha vivido otro 'annus horribilis' con los diagnósticos de cáncer a Carlor III y Kate Middleton

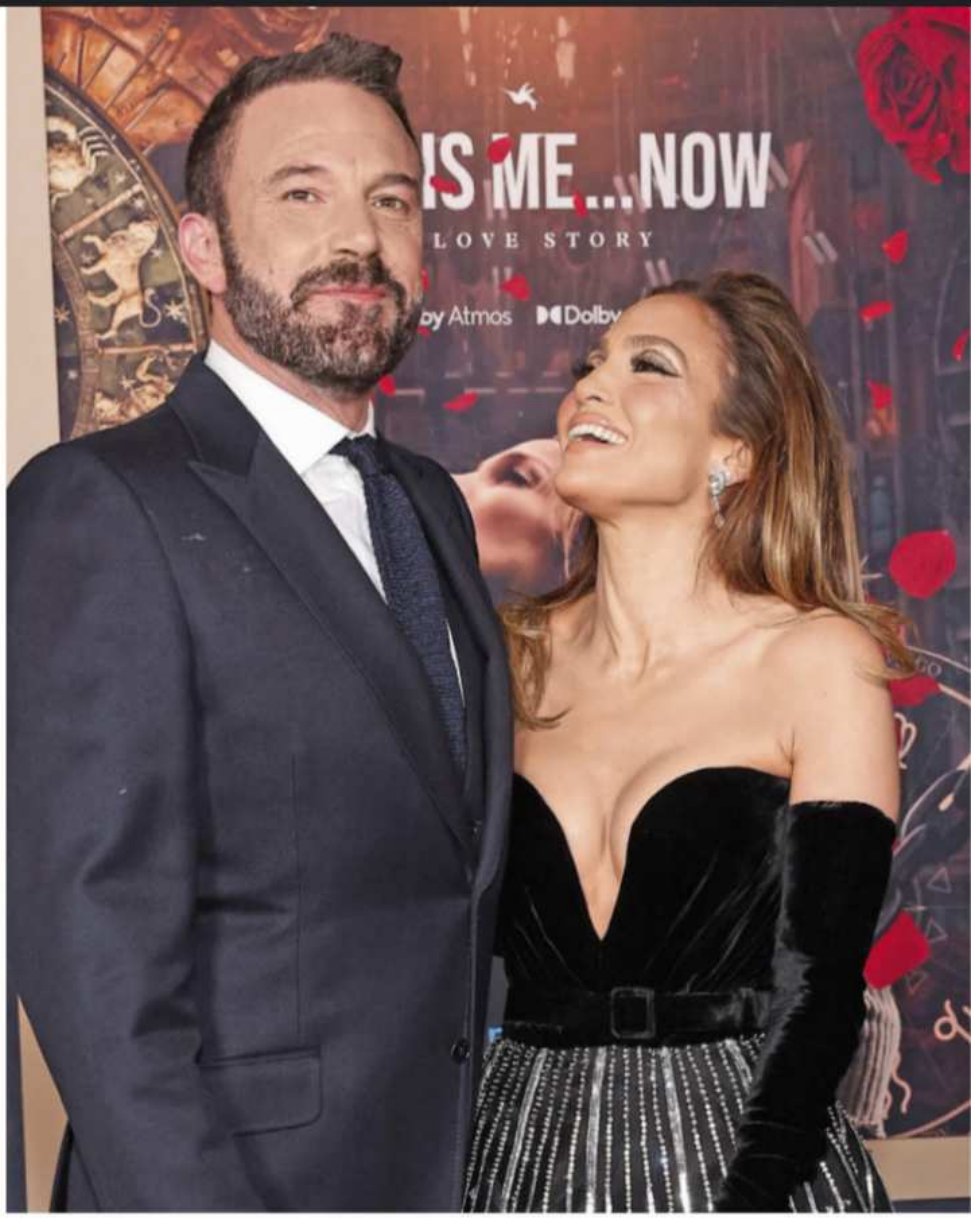
1

El 20 de marzo, Kate Middleton anunció con un mensaje de vídeo que le habían encontrado un cáncer. Apartada de la vida pública, la princesa de Gales comenzó la quimioterapia preventiva y el 9 de septiembre reapareció, con buen aspecto y sonriente, en un acto de homenaje a los soldados británicos muertos en conflicto en el Royal Albert Hall de Londres.

Este revés para la Familia Real británica se suma al delicado estado de salud del rey Carlos III, quien también fue diagnosticado de un cáncer en enero de 2024, solo un año después de su coronación, por lo que durante varios meses suspendió sus apariciones públicas. El rey todavía continúa en tratamiento, aunque fuentes oficiales aseguran que está controlado.

3 **En marzo, se produjo la detención de Antonio Tejado (39), sobrino de María del Monte.** La Guardia Civil sostiene que tuvo un papel destacable, como informador necesario, en el robo que la cantante y su mujer, Inmaculada, habían sufrido en su casa en agosto de 2023. Fue un verdadero *shock* para ellas, ya que fueron agredidas y les robaron objetos personales de gran valor económico y sentimental. Además, descubrir que su querido sobrino era uno de los detenidos produjo una gran tristeza en la artista, que todavía no ha superado del todo ese duro episodio.

4 **El 14 de febrero, Federico (56) y Mary Donaldson (52) fueron coronados reyes de Dinamarca tras la abdicación de la reina Margarita, solo un mes antes.** Para muchos, esta inesperada ascensión al Trono fue la concesión que la soberana le hizo a su nuera para que no se divorciara tras el escándalo de las fotos de Federico con Genoveva Casanova en Madrid, en octubre de 2023. Tras los primeros meses con diversos actos por separado y cierto distanciamiento, en los últimos tiempos la situación parece haberse normalizado y se muestran cómplices y cercanos disfrutando de su reinado.



5 **A la segunda no fue la vencida para Ben Affleck (52) y Jennifer López (55).** La pareja se separó en agosto, poco antes de celebrar su segundo aniversario de boda y el propio actor reconoció que le pudo la presión de estar casado con una estrella de su calibre que está todo el tiempo con los focos sobre ella. Ambos habían vivido un noviazgo de dos años entre 2002 y 2004 y retomaron su relación en 2021 tras la ruptura de Jennifer con el exfutbolista Álex Rodríguez, con quien había llegado a comprometerse. Ben y Jennifer disfrutaron de una breve felicidad, pero no pudo ser.

6 **Impactante fue la muerte de Caritina Goyanes, el 26 de agosto con solo 46 años, a causa de un infarto.** Fue un durísimo e inesperado golpe para la familia Goyanes, que solo veinte días antes había perdido al padre, Carlos Goyanes, con 79 años. Cari Lapique y su otra hija, Carla Coyanes, afrontaron con entereza y muy unidas estos días terribles. Caritina estaba casada con el empresario Antonio Matos y tenían dos hijos pequeños.

7 **Gran sorpresa fue el romance de Alejandra Rubio (24) y Carlo Costanzia (32) que SEMANA desveló en febrero.** Y casi igual de inesperado fue el anuncio de su embarazo a las pocas semanas. Poco antes de acabar el año, el 6 de diciembre, la hija de Terelu Campos y el hijo de Mar Flores fueron padres de un niño al que han llamado Carlo. La pareja se enfrenta a constantes rumores de crisis pero el propio Carlo ha asegurado que su relación es fuerte, que están disfrutando mucho de su bebé y que han pasado las fiestas con Terelu y Carmen Borrego.

8 **En agosto, justo un año después del macabro asesinato de Edwin Arrieta, Daniel Sancho (30) fue condenado a cadena perpetua** y a pagar a la familia una indemnización de 100.000 euros. El hijo de Rodolfo Sancho fue trasladado a la prisión de Surat Thani, donde se encuentran los reclusos más peligrosos de Tailandia condenados a cadena perpetua o a pena capital por delitos especialmente graves. Rodolfo contó su versión de lo sucedido en el documental *El caso Sancho,* que puede verse en HBO Max.

9 **Álvaro Muñoz Escassi (51) y María José Suárez (49) rompieron su noviazgo en junio tras tres años juntos.** Sería otra ruptura más si no fuera por las circunstancias: Álvaro le fue infiel a su chica y ella lo descubrió por un email que le mandó la otra persona involucrada. Álvaro pronto encontró consuelo en la actriz Hiba Abouk, con quien vivió un breve romance veraniego, y ahora disfruta de otra relación con Sheila Casas, hermana del actor Mario Casas. Lo del jinete y la Miss España 1996 fue el culebrón del verano.

10 **Bárbara Rey (74) reapareció en televisión para contar con todo lujo de detalles, y por capítulos, su relación con el Rey Juan Carlos.** El detonante fueron unas fotos privadas de la pareja sacadas a la luz por su hijo, Ángel. Al escándalo real, se suman las acusaciones cruzadas de madre e hijo desvelándose también duros episodios familiares. Aunque la relación entre la vedette y el rey Emérito era conocida (tuvo lugar entre 1976 y 1994 de forma intermitente) los detalles que Bárbara ha dado suponen un fuerte varapalo para la imagen de don Juan Carlos.

11 **La familia Pantoja vivió un nuevo capítulo que aleja todavía más a sus miembros de una posible reconciliación.** Entre lágrimas, Isa Pantoja (29) contó algunos duros episodios de su adolescencia, entre otros, cuando su hermano Kiko Rivera, con el consentimiento de su madre, la mojó con una manguera tras dejarla en ropa interior cuando descubrieron que había perdido la virginidad con su primer novio y que contaba con un móvil con el que hablaba con él sin que su familia lo supiera. Ahora, Isa espera su segundo hijo con Asraf Beno, el primero de la pareja pero el reencuentro familiar parece cada vez más lejano.

12 **En diciembre, la colaboradora de televisión Belén Rodríguez (58) contó a SEMANA que le habían detectado un tumor maligno en la garganta.** Consciente de los duros meses que le esperan tras este duro revés, Belén ha dejado la tele y ha empezado un tratamiento de radio y quimioterapia que afronta con optimismo apoyada por su familia y amigos.

Helena Bianco llora la muerte de su marido: "Se me ha ido mi vida"

La cantante y el músico y actor Guillermo Antón llevaban juntos 43 años. "Estoy en 'shock", se lamenta Helena

MATRIMONIO FELIZ
Helena y Guillermo, que solía acompañar a su mujer en sus actuaciones, eran los eternos enamorados. "Nos amábamos profundamente, fuimos una pareja inmensamente feliz", nos dice

Foto: José Irun

Helena con sus compañeras de profesión Karina, Elsa Baeza y Alma María, con quienes participó en 2003 en Telecinco, en el programa *Vivo cantando: los años dorados.*

En 2019 Helena, que era la apuesta de Pablo López, ganó la primera edición de *La Voz Senior.*

Guillermo falleció el pasado 19 de diciembre tras sufrir días antes un derrame cerebral que no pudo superar

SON las Navidades más tristes de su vida, las más dolorosas. Helena Bianco (La cantante de *El Puente* y su inolvidable estribillo "*Será maravilloso viajar hasta Mallorca...*") llora en silencio la muerte de su marido, el músico y actor Guillermo Antón, fallecido el pasado 19 de diciembre tras sufrir un derrame cerebral del que no se recuperó.

"Tenía 76 años, los mismos que yo, y hasta el día 10, que fue cuando sufrió el derrame, se encontraba bien. Nada hacía presagiar lo que iba a ocurrir. Es muy duro, un drama, se me ha ido mi vida. Han sido 43 años maravillosos llenos de grandes vivencias. Estoy en shock..."

Pero no puedes cerrarte a la vida.

Es muy difícil vivir sin él, pero tengo que sacar fuerzas de donde no hay y seguir viviendo. El pasado jueves 26 tuve que subirme a un escenario para cumplir un contrato y me costó muchísimo. La pena está muy dentro y el dolor es muy intenso, he anulado muchos trabajos desde el día 10. Le cuidé con mimo pensando en que podría recuperarse y no fue así.

Eres una mujer con una gran fortaleza.

Bueno, vamos a ver... estoy ante una gran prueba, una prueba de fuego.

Es como empezar de cero.

Así es. tengo que replantearme la vida. Y recuperar del todo la garganta porque la tengo muy afectada. A ver si puedo seguir cantando...

Unas Navidades difíciles...

Tristísimas. Las peores de mi vida. Pero las estamos celebrando por mis nietos. Poca fiesta, pero una reunión familiar muy intensa y emotiva. Todos unidos ante la adversidad.

Guillermo llevaba una vida muy tranquila.

Sí. El día que sufrió el derrame había salido a comprar por la mañana, estaba fenomenal, haciendo bromas, volvió a casa y se puso a limpiar el jardín, pero le vino un mareo, perdió el sentido, y le ayudé a sentarse porque no se mantenía en pie. Le abracé, sufría un gran dolor de cabeza, con el lado izquierdo del cuerpo paralizado, la cabeza torcida...

Llamaste enseguida a una ambulancia.

Llegaron muy rápido, enseguida le estaban atendiendo y le vieron muy mal.

¿No pudieron operarle?

Ya no. Corría el peligro de quedar peor de cómo estaba, con unas secuelas terribles y Guillermo no habría querido eso jamás. Las mismas doctoras me dijeron que operarle era un riesgo innecesario. Sus últimos dos días de vida fueron horribles.

Él te adoraba...

Me tenía como a una diosa, nos amábamos profundamente, fuimos una pareja inmensamente feliz.

Lo habéis incinerado.

De hecho me pillas viniendo de recoger sus cenizas. Y las vamos a esparcir debajo de un roble. Es una empresa que te deja elegir el árbol y ahí descansarán sus cenizas para siempre. Guillermo era un gran amante de la naturaleza y de los robles.

José de Santiago

Bárbara Rey y Sofía Cristo, Navidades más unidas que nunca

La artista celebró su Nochebuena más difícil junto a su hija y la novia de esta en plena guerra con su hijo

BÁRBARA Rey está atravesando grandes turbulencias. No es la primera vez en su vida que afronta situaciones difíciles, pero la diferencia es que ahora atañen a su núcleo familiar, en concreto con su hijo, Ángel, y eso duele infinitamente más. La guerra entre ambos, en medio de un duro cruce de entrevistas televisivas, está haciendo que estas navidades sean más 'especiales'.

Justo después de su intervención en directo en *¡De Viernes!* (Telecinco), Bárbara Rey festejó la Nochebuena y la Navidad en casa y con una mesa reducida a tres personas: su hija, Sofía Cristo, quien sigue a su lado, y la novia de esta, Sandra-Ly Flor.

La artista compartió las fotos en su Instagram, deseando a todos "que siempre estéis rodeados de las personas que os quieren de verdad". Un mensaje con segundas intenciones y un aviso para navegantes... ■

Bárbara Rey y su hija, Sofía Cristo, celebrando juntas estas navidades.

Antes de la fiesta en casa, el torero salió a un centro comercial con sus hijos José Fernando y José María.

Ortega Cano, todo un padrazo

El torero pasó el día de su 71 cumpleaños acompañado por sus hijos

A las fiestas navideñas José Ortega Cano tiene otro motivo de celebración, ya que el pasado 23 de diciembre cumplió 71 años. En un día tan especial estuvo acompañado por sus tres hijos: José Fernando (31), Gloria Camila (28) y José María (11), además de otros miembros de su familia y amigos conocidos como la bailaora María Rosa o la diseñadora Marilí Coll

Antes de soplar las velas en casa, el torero, junto a José Fernando y José María, salieron a hacer unas compras a un centro comercial cercano al domicilio e hicieron una breve parada en un parque, en el tanto el diestro como su hijo pequeño se subieron en uno de los columpios.

A Ortega Cano se le veía feliz de poder compartir ese día con sus tres hijos y estuvo especialmente cariñoso con el pequeño nacido de su relación con Ana María Aldón, al que no dejaba de besar y abrazar.

Tras unos años turbulentos por la separación de Aldón y otros conflictos familiares, el diestro ha encontrado la tranquilidad, centrándose en sus tres hijos.

Agencias

Ortega Cano acompañó a su pequeño a subirse en unos columpios.

Ion Aramendi: "Mis padres son mis fans número uno"

El presentador estrella de Mediaset ha sido premiado con dar las Campanadas este año en la cadena, una noticia que lo ha llenado de alegría, pero que también le ha provocado nostalgia...

EL 2024 le ha sonreído a Ion Aramendi (47). Al margen de éxito profesional que ha llevado a la cadena a apostar por él para dar las Campanadas 2024 en Mediaset junto a Blanca Romero (48), el presentador vive uno de los momentos más felices de su vida tras el nacimiento de su hija pequeña hace dos añitos. Estas serán las primeras Navidades sin ellos y, aunque es por un motivo de alegría, la melancolía se aprecia en su rostro...

¿Es la primera vez que no vas a estar con tu familia estas Navidades?

Sí. Los niños son muy pequeños y no pueden estar conmigo. Pero se quedan con sus abuelos, primos y tíos. Les echaré mucho de menos. Me veran por la tele, al menos el mayor (risas).

¿Te va a costar separarte de ellos?

Me resulta más triste mis padres, porque es la primera vez que me separo de ellos. La Navidad en mi familia la vivimos intensamente. Nochebuena y Navidad son fechas a las que damos mucha importancia. Mi padre siempre nos dice, "yo quiero cruzar la Nochevieja con vosotros", con todos los hijos y todos los nietos. Y eso es lo que más pena me da. A mis hijos espero tenerlos toda la vida, pero mi padre ya va a cumplir 80 años... Pero les hace mucha ilusión también que yo pueda vivir esto. Para ellos es también muy importante este paso.

¿Y cómo se lo tomaron?

Con orgullo y hasta se emocionaron. Mis padres son mis fans número uno y me ven todos los días. Mi madre hasta las 2 de la mañana está viendo los debates de *Gran Hermano*, se ve todas las galas y me llama al día siguiente para comentar. Les gusta mucho verme por la tele. Y esto de las Campanadas les llena de mucho orgullo. Es un motivo de alegría y celebración.

> "A mis hijos espero tenerlos toda la vida, pero mi padre ya va a cumplir 80 años... pero les hace mucha ilusión que presente las Campanadas"

> "Soy una persona muy familiar y me gusta fomentar la unión", nos dice Ion Aramendi.

¿Por qué no te traes a los pequeñes?

Porque la niña es muy pequeña. Todos los inviernos intento venir unos días con mis niños a las islas Canarias (las Campanadas de Telecinco se emiten desde Lanzarote). Hemos estado en Gran Canaria, Tenerife. Este año tuvimos la suerte de viajar a Lanzarote y nos encantó. Ellos siempre se ponen felices con estos viajes. Canarias es el paraíso en la tierra y lo tenemos muy cerquita. Más que coger el coche e irte a otro lado. Salir del duro invierno de Madrid, bajarte del avión y meterte en una piscina, es una gozada.

Eres muy familiar.

Mucho y en mi casa me gusta fomentar la unión. Hay veces que mis hijos empiezan jugando y acaban peleando. Yo les aviso y les digo que es una línea roja en mi

Ion será el encargado de presentar la próxima edición de *Gh Duo* en Mediaset.

casa. Entonces si tengo que dar un bocinazo, lo doy porque no me gusta que se lleguen a este tipo de enfrentamiento que luego acaban mal. Aunque luego se piden perdón y se dan un abrazo. Mis hijos no tienen ninguna maldad y a mí me hacen sentir el padre más orgulloso del mundo.

¿Conocías a Blanca Romero, con quién vas a dar las Campanadas?

Creo que cuando estaba en Sálvame alguna vez la he entrevistado, pero no me acuerdo, algo que es bueno porque no me soltó una bordería como sí hicieron otros personajes. Y ella tampoco se acordaba de mí, lo que quiere decir que seguramente tuvimos una relación de entendimiento. Hemos coincidido en la grabación de la promoción y hemos conectado muy bien. Y ahora en el viaje a Lanzarote. Es que es una chica muy natural, divertida y lo estamos pasando genial.

¿Qué mensaje te gustaría lanzar ese día?

Yo no soy muy original en esto. Solo quiero que la gente tenga un año maravilloso, que espero que olviden las cosas malas que han tenido en 2024 y que el 2025 sea un año de salud y que la gente se quiera mucho, que para mí es la clave fundamental. No voy a reivindicar nada porque no soy una persona reivindicadora. No creo que mi opinión importe mucho en nada. Importa en lo que yo conozco, en mi familia o el deporte, cosas así que son un poco genéricas. Soy una persona de vivir y dejar vivir.

Iván Reboso

Nieves Álvarez, paseo romántico con su novio

La modelo y el empresario libanés prosiguen su discreta relación tras más de dos años juntos

Nieves Álvarez y Bill Saad, en el centro de Madrid.

LA modelo española (50) está disfrutando de las fiestas de la mano de su novio, el empresario libanés Bill Saad (57). Este romántico paseo por las calles de Madrid es la mejor prueba de que el amor les sonríe.

Nieves Álvarez se separó en 2015 del fotógrafo italiano Marco Severini, con el que estuvo casada doce años y tuvo tres hijos. La modelo y presentadora vivió luego un par de romances con un empresario mexicano y un abogado valenciano. Pero no ha sido hasta que llegó Bill Saad que Nieves se ha vuelto a ilusionar de verdad.

Los vimos juntos por primera vez en marzo de 2022, y parece que Nieves ha encontrado a un aliado perfecto. Cosmopolita, educado en Francia y Canadá, el empresario trabaja en el sector de las tecnologías y es padre de dos hijos ya mayores.

La pareja aprovechó para hacer algunas compras navideñas por el exclusivo barrio de Salamanca. Discretos y bien abrigados contra el frío, pero muy felices. ■

Abrigados y con estilo para hacer compras navideñas.

estilo y vida
www.semana.es
SEMANA

MODA
Los abrigos clave para las mujeres +50

Kate Middleton Vs. Marie de Dinamarca

SALUD
Ácido úrico: mantenlo bajo control

TRUCOS
Empieza el año con mucho Feng Shui

Y ADEMÁS
Pasatiempos, ocio, ideas, horóscopo, recetas fáciles...

BELLEZA

REGALOS BEAUTY

para acertar el Día de Reyes

Los abrigos más chic
para las mujeres de +50 años

Más allá de las tendencias, a partir de cierta edad es clave elegir prendas que verdaderamente sienten bien. Atenta, estos son los abrigos imprescindibles para las mujeres de más de 50 años este invierno

Reina Letizia (52)

Anne Igartiburu (55)

Ana Milán (51)

Estilo batín
Los abrigos estilo batín son un básico todoterreno para el día a día. Elígelo en negro o camel para no fallar.

Oversize
El abrigo oversize es el mejor aliado para completar trajes de chaqueta o pantalones en clave masculina.

Metalizado
Los acolchados son impresindibles para los días más fríos. Pero, para ganar estilo, atrévete con un diseño metalizado.

¿Quién dijo que la paleta de colores se reduce en invierno? Haz como Naty Abascal (81) y apuesta por un abrigo clásico en rosa empolvado. ¡Rejuvenecerás al instante!

Susanna Griso (55)

De cuadros

El abrigo con estampado de cuadros es imbatible para combinar con cualquier conjunto de básicos. Ademas, si eliges un diseño por debajo de las rodillas, podrás ponértelo con absolutamente todos los vaqueros de tu armario.

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

escanéame

▸Guess. 850€

▸Miu Miu. 1.150€

▸Zara. 35,95€

▸Barra de labios hidratante Color Riche, de L'Oréal Paris. 17,85€

▸Misako. 25,99€

▸La Folie Santander. 255€

PARA OCASIONES ESPECIALES, LOS ABRIGOS DE PELO SON ÉXITO SEGURO: LLÉVALOS CON PRENDAS SENCILLAS Y NO TE SUMARÁN AÑOS

Carmen Lomana (76)

▸Boss. 314,95€

▸Bijou Brigitte. 17,95€

▸Sfera. 12,99€

UN ABRIGO CAMEL NO PUEDE FALTAR EN EL GUARDARROPA DE LAS MUJERES +50: PERFECTO PARA IR ELEGANTE LAS 24 HORAS DEL DÍA

▸Mango. 29,99€

▸Mango. 89,99€

▸Pitillos. 74,95€

Isabel Preysler (73)

Vestido de lentejuelas

¿Quién lo lleva mejor?

Marie de Dinamarca (48)

Kate Middleton (42)

Dos *royals* y un vestido de lentejuelas

Kate Middleton deslumbró con un espectacular vestido verde repleto de lentejuelas, de cuerpo entallado y manga larga, obra de Jenny Packhman, una de sus diseñadoras favoritas.La princesa de Gales lo combinó con un echarpe a juego, sandalias metalizadas en plata y pendientes de filigranas. Tras ella, la princesa Marie de Dinamarca lo lució con *stilettos* en negro, el clutch Knot de Bottega Veneta, también en negro, y una tiara floral.

www.semana.es
SEMANA
COCINA
de Navidad
Recetas fáciles para triunfar estas fiestas

LLEGAN LOS REYES MAGOS

El día de los más pequeños

La primera semana del año, que culmina con la llegada de los Reyes Magos, todavía nos permite seguir disfrutando de la gastronomía típicamente navideña. Te 'regalamos' algunas recetas para que triunfes

✳ **Todos los niños conocen los nombres de Melchor, Gaspar y Baltasar.** Los Reyes Magos (realmente astrólogos) que llevaron regalos al niño Jesús. Aunque aparecen mencionados en el Evangelio original, es en los Apócrifos donde están mejor descritos pero no se les da nombre hasta la Edad Media, concretamente, aparecen por primera vez en un mosaico del siglo VI de la basílica de San Apolinar de la ciudad italiana de Rávena.

✳ **La llegada de los Reyes Magos, la noche del 5 al 6 de enero,** pone fin a las fiestas navideñas en España. Tras dos semanas de festejos, los excesos gastronómicos empiezan a pasar factura. Pero todavía queda hueco para un poco más, sobre todo si se trata de dulces llenos de tradición.

✳ **El Roscón de Reyes es la estrella de estos días,** pero en los últimos años, está arrasando el panettone, típico de Italia, sin olvidarnos del tronco de Navidad, preferiblemente de chocolate o las galletas de canela y jengibre. Otros países europeos que celebran esta festividad, también tienen sus postres o bebidas típicas. En Inglaterra, en algunas regiones se bebe una sidra caliente (wassail) que se ofrece de puerta en puerta a cambio de regalos. En Portugal, se encuentra el bolo rei y el bolo raínha, parecidos al roscón de Reyes pero aromatizados con Oporto y rellenos con frutas escarchadas y frutos secos, respectivamente. En Francia, disfrutan de las galettes des rois, un hojaldre relleno de crema de almendra y en algunos países nórdicos y de centroeuropa tenemos el llamado bollo de los tres reyes (dreikönigskuchen), un dulce en forma de flor preparado con azúcar, huevo y leche y adornado con azúcar y almendra laminada.

Crema de espárragos con cangrejo

Preparación:

4 raciones / 50 minutos

Rehogar en una sartén junto con la mantequilla y el aceite los espárragos troceados y la cebolleta finamente picada.

Añadir el caldo de verduras y dos vasos de agua de agua.

Incorporar la patata cortada, salpimentar y dejar cocer durante 30 minutos.

Triturar en una batidora y pasar por un chino para eliminar posibles impurezas.

Si queda muy densa, añadir un poco de leche.

Servir la crema de espárragos junto con dos cucharaditas de cangrejo, adornar con una ramita de eneldo.

Ingredientes:

- 300 gramos de espárragos enlatados
- 2 cebolletas
- 1 patata
- 80 gramos de mantequilla
- 60 ml de aceite de oliva
- 1 litros de caldo de verduras
- sal
- pimienta
- 1 lata de cangrejo
- leche
- eneldo

CADA VEZ COBRA MÁS IMPORTANCIA EN NUESTRAS MESAS NAVIDEÑAS LA PRESENTACIÓN DE LOS PLATOS. SERVIR UNA CREMA EN VASITO, EN LUGAR DE EN UN PLATO YA DA UN TOQUE ESPECIAL A LA VELADA

Lubina a la sal con puré de calabaza

Preparación:

4 raciones / 60 minutos

Preparación del puré de calabaza:
Cocinar durante 20 minutos la calabaza en agua hirviendo con sal. Escurrir y colocar la calabaza en un tazón. Agregar la mantequilla, la sal y la pimienta al gusto. Triturar con un tenedor hasta obtener un puré suave. Reservar.

Preparar la lubina:
Precalentar el horno a 200 °C. Colocar algunas ramitas de romero o tomillo dentro de la lubina para darle más sabor. En un tazón, mezclar la sal gruesa con la clara de huevo hasta que esté bien combinada.

En una bandeja para hornear, coloca una capa de la mezcla de sal, luego pon la lubina encima y cubrir completamente con el resto de la sal, formando una costra. Pintar con la clara. Hornear la lubina durante 30 minutos, hasta que la costra de sal esté dorada y el pescado esté cocido. Retirar del horno y dejar reposar unos minutos antes de romper la costra de sal.

Servir la lubina en una bandeja junto con el puré de calabaza.

Ingredientes:

Para la lubina:
- 1 lubina entera
- 3 tazas de sal gruesa
- 1 clara de huevo
- Ramitas de romero o tomillo

Para el puré de calabaza:
- 1 calabaza pelada y cortada en cubos
- 2 cucharadas de mantequilla
- Sal
- Pimienta
- 1/4 de taza de avellanas tostadas picadas

LA LUBINA ES UNO DE LOS PESCADOS BLANCOS MÁS MAGROS QUE HAY, YA QUE APENAS APORTA 1,3 G DE GRASA POR 100 G

Codornices asadas al horno

Preparación:

4 raciones / 45 minutos

Precalentar el horno a 200 °C y preparar una base de cebolla, tomatitos, patatas y ajos sin pelar en una bandeja de horno. Sazonar y añadir el tomillo picado.

Verter el vino blanco y 2-3 cucharadas de aceite en un bol. Mezclar bien y echar a la fuente. Hornear todo unos 20 minutos.

Cortar las codornices por la mitad, a lo largo. Salpimentarlas y untarlas con la mostaza aligerada con 1 cucharada de aceite y colocarlas en la fuente. Regar con un poco de aceite y hornear todo unos 15 minutos, porque esta carne se hace rápidamente. Servir la codorniz con la guarnición.

Ingredientes:

- 4 codornices
- 2 patatas
- 4 dientes de ajo
- 2 tomates
- 150 ml de vino blanco
- 2 cucharadas de mostaza
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta
- tomillo

LA CAZA MENOR ES TAMBIÉN UNA EXCELENTE OPCIÓN PARA PLATOS NAVIDEÑOS POR SER MUY ASEQUIBLE

Perrito de chocolate con relleno de crema de vainilla

8-10 raciones / 1 h 40 min.

Ingredientes:

Para el bizcocho
- 5 huevos
- 120 g de azúcar
- 2 cucharadas de azúcar vainillado
- 120 g de harina
- 2 cucharadas de maicena
- 3-4 cacao en polvo para espolvorear

Para la crema de vainilla
- 150 g de mantequilla blanda
- 300 g de azúcar glas
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

Para la ganache
- 400 g de chocolate para cobertura
- 200 ml de nata
- 50 g de mantequilla blanda

Para la decoración
- 200 g de fondant blanco
- colorante alimentario verde y negro
- pegamento de azúcar comestible
- 3 arándanos rojos
- azúcar glass

Preparación:

Precalientar el horno a 200 °C a fuego arriba y abajo. Para el bizcocho, separa los huevos. Bate las claras de huevo con 1 cucharada de agua, azúcar y azúcar de vainilla hasta que estén firmes. Bate las yemas de huevo y revolver. Mezcla la harina con la maizena y el cacao en polvo, tamiza sobre la mezcla de espuma y doblar. Extiende la masa uniformemente sobre una bandeja para hornear forrada con papel de hornear y alísala. Hornea el bizcocho en el horno precalentado durante unos 12-15 minutos (prueba con un palillo). Retira del horno, coloca el bizcocho sobre un paño de cocina espolvoreado con azúcar mientras aún esté caliente, despega el papel de horno, enrolla el bizcocho con la ayuda del paño y deja enfriar.

Para la crema de vainilla, agrega la mantequilla hasta que esté blanca y cremosa, luego añade gradualmente 250 g de azúcar en polvo. Agrega la esencia de vainilla y revuelve todo hasta obtener una crema firme. Si es necesario, añade un poco más de azúcar.

Desenrolla con cuidado el rollo de bizcocho enfriado y unta con la crema de mantequilla de vainilla. Vuelve a enrollar el rollo con la ayuda del paño de cocina. Cubre el rollo de bizcocho y refrigera durante al menos 3 horas. Mientras tanto, pica el chocolate para la ganache y ponlo en un bol. Calentar la nata, verter sobre la cobertura en el bol y remover hasta que la cobertura se haya disuelto. Agrega la mantequilla en hojuelas y revuelve. Deja que la mezcla se enfríe (refrigera si es necesario) hasta que comience a solidificarse, luego revuelve vigorosamente nuevamente.

Extiende el rollo de bizcocho espesamente con el ganache alrededor, formando una cabeza con un hocico, 4 patas y una cola, luego refrigera nuevamente durante unas 3 horas.

Para la decoración, amasar el fondant hasta que esté suave y cortarlo por la mitad. Extiende el fondant blanco finamente y corta 2 círculos como ojos (aprox. 3 cm de diámetro) y 2 hojas de acebo. Marca las venas de las hojas de cada una y colorea las hojas de verde con colorante alimentario. Forma tiras de unos 3-4 mm de grosor del resto y marca las patas y garras con ellas. Tiñe el fondant restante de negro y forma 2 orejas caídas. Extiende el resto hasta que tenga un grosor de unos 2 mm y corta 3 círculos como pupilas y hocico. Pega las pupilas negras a los ojos blancos con pegamento de azúcar. Saca el rollo de la nevera, colócalo en una fuente, decora con los trozos de fondant preparados, añade 3 arándanos entre las orejas y las hojas de acebo y sirve el "perro" ligeramente espolvoreado con azúcar glas.

EL NOMBRE DE 'GANACHE' VIENE DE UNA EQUIVOCACIÓN COMETIDA POR UN APRENDIZ PASTELERO, QUIEN HABRÍA ECHADO POR ERROR NATA CALIENTE EN UN CHOCOLATE, POR LO QUE SU MAESTRO LO HABRÍA TRATADO DE 'GANACHE', QUE SIGNIFICA TONTO O INCOMPETENTE, EN FRANCÉS. PERO, AL FINAL, LA CREMA TERMINÓ SIENDO UN ÉXITO Y EL NOMBRE SE QUEDÓ

Sushi navideño

Preparación:

4 raciones / 40 minutos

ÁRBOL DE NAVIDAD: **Cocinar el arroz de sushi según las instrucciones y mezclar con vinagre de arroz, azúcar y sal.** Dejar que se enfríe un poco antes de usarlo. Tomar pequeñas cantidades de arroz y formar bolas junto con la verdura picada y el queso crema, usar las manos húmedas para evitar que se pegue. Usar láminas finas de pepinillo para forrar la bola por ambos lados a modo abanico, dejar el centro descubierto. Fajar la parte baja con las anchoas. Cortar los rabanitos y poner una lámina en el medio. Regar con salsa de soja.

SUSHI DE OSITO: **Tomar pequeñas cantidades de arroz** y formar bolas junto con el aguacate picado y el queso crema. Añadir un poco de salsa de soja. Forrar la bola con salmón. Dibujar los ojos con semillas de sésamo. Partir a la mitad la galleta alemana y clavar en la parte superior a modo de orejas. Usar la punta de rábano como nariz.

BOLA DE NIEVE: **Tomar pequeñas cantidades de arroz de sushi** y formar bolas junto con el jengibre picado, las huevas y el queso crema. Añadir un poco de salsa de soja. Dibujar los ojos con semillas de sésamo. Usar una punta de zanahoria como nariz.

Ingredientes:

Para Sushi de Árbol de Navidad:
- Arroz para sushi
- Vinagre de arroz
- Azúcar • Sal
- Verduras (pepino, zanahoria, pimiento rojo)
- 1 lata de anchoas
- 4 pepinillos grandes en vinagre
- Queso crema
- Semillas de sésamo
- Rábanos
- Salsa de soja

Para Sushi de Osito:
- Arroz para sushi
- Vinagre de arroz
- Azúcar
- Sal
- Salmón ahumado
- Aguacate
- Queso crema
- Salzgebäck, galletas alemanas
- Sésamo
- Rábano
- Salsa de soja

Para Sushi de Bola de Nieve:
- Arroz para sushi
- Vinagre de arroz
- Azúcar • Sal
- Huevas de salmón
- Queso crema
- Zanahoria
- Salsa de soja
- Jengibre encurtido
- Sésamo tostado
- Rodajas de rábanos (para la nariz)

Fotos Coleccionable: Gtres y agencias

Barbacoa Classic Kettle de carbón, modelo clásico combinado con elegante funcionalidad. Pvr: 159,99 € www.weber.com

Cafetera Superautomática de Philips. Silenciosasa y rápidas para preparar un café en segundos sin molestar a nadie. Pvr: 649,99€ www.versuni.com

Juego de lógica, de Aldi. En caja metálica y formato portátil. Diferentes títulos. Por 7,99 € www.aldi.es

Llegan los Reyes Magos

El 6 de enero es el día más esperado por grandes y pequeños

Auriculares Heron 2 Pro. Plegables, cero ruidos y 75 horas de autonomía. Pvr: 79,90 € www.spc.es

Sacacorchos eléctrico con bomba de vacío Easyvac de Ufesa. www.ufesa.es

Caja de 7 AOVES XX Aniversario de Grandes Pagos de Olivar. www.grandespagosdeolivar.es

CADA VEZ ESTÁ MÁS DE MODA REGALAR PRODUCTOS DE GASTRONOMÍA GOURMET

Kit Ricitos de Oro fragancia Manzanilla o Lavanda y Lechuga con gel y champú de baño y loción corporal y regalo de peine y cepillo. www.ricitosdeorogrisi.es

bodegaslopezcristobal.com

Parcela Uno 2020, creado para celebrar el 30 aniversario de Bodegas López Cristóbal de la Ribera burgalesa. Pvr: 29 €

Jamón de Bellota 100% Ibérico cortado a mano de la Dehesa Barón de Ley con D.O. P Dehesa de Extremadura. www.barondeley.com

Día de Reyes

Recetas para hacer en casa

Los regalos de los reyes Magos se disfrutan mejor acompañados de un buen dulce

Rosca de chocolate

8 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES
- 70 g chocolate fondant
- 100 g azúcar
- 100 g mantequilla
- 1 huevo
- 100 g almendra molida

Montaje:
- 2 láminas de hojaldre
- 2 peras Conferencia
- 1 huevo batido
- azúcar glas
- 1 bote de cerezas confitadas
- 100 g de pistachos laminados

PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 210 ºC. Rallar el chocolate y reservar. Poner en el vaso de batir el azúcar, la mantequilla, el huevo, la almendra molida y batir durante 20 segundos. Agregar el chocolate reservado y mezclar. Verter la crema en una manga pastelera y reservar. Colocar un círculo de masa de hojaldre en un molde antiadherente, dejar un borde libre de unos 5 cm; con la manga, distribuir la crema encima y poner la sorpresa.

Pincelar con huevo batido el borde de la masa y cubrir con el otro círculo de masa. Presionar con los dedos todo el borde para que quede bien sellado. Pintar con huevo batido toda la superficie.

Fotos: Archivo Semana/ Soledad González/ Anel Fernández y Agencias

Partir las cerezas por la mitad y distribuir por la superficie, esparcir el pistacho laminado. Volver a pintar con huevo. Hornear durante 25 minutos a 210 ºC. Espolvorear con azúcar glas y volver a introducir en el horno sólo con grill hasta que esté dorada y brillante. Servir templado.

Panettone

6-8 PERSONAS 60 MIN

INGREDIENTES
Prefermento:
- 100 ml de leche
- 130 g de harina
- 20 g de azúcar
- 30 g levadura fresca de panadero
- 3 huevos
- 550 g harina de fuerza
- 120 g azúcar
- ½ cucharadita de sal
- 160 g mantequilla en pomada
- 80 ml de agua
- ralladura de 1 limón y de 1 naranja

PREPARACIÓN
Prefermento: Diluir la levadura en leche templada, añadir harina y azúcar y mezclar hasta tener una masa pegajosa. Taparla y dejar levar durante 1 h en sitio templado.
Mezclar en otro bol la harina, el azúcar, la sal y las ralladuras. Añadir huevos, agua, el prefermento y amasar en amasadora unos 20 min. (Si se hace en la mesa enharinada, ayudarse de una cuerna y después con las manos hasta que se despegue 25-30 min).

Añadir la mantequilla en pomada y amasar hasta que esté integrada y se despegue unos 25 min. Hacer una bola y dejar levar en un bol enharinado en sitio templado (2-3 horas) hasta que triplique su tamaño.

Sacar la masa, romper burbujas y trabajar en la mesa con ligeros golpes. Hacer una bola, colocarla en un molde de Panettone (solo hasta la mitad) y dejar levar otras 2 horas. Hacer una cruz arriba y poner unas nueces de mantequilla. Hornear a 180 ºC, 30 min. (tapar, si se dora mucho). Sacar y enfriar boca abajo o sobre una rejilla.

Guirlache

6 UNIDADES 30 MIN

INGREDIENTES
- 210 g de azúcar
- 1 cucharadita de zumo de limón
- 50 g de miel
- 200 g de avellanas crudas
- pistachos y piñones
- 1 cucharadita de sésamo o ajonjolí

PREPARACIÓN
Poner en un cazo de fondo grueso el azúcar y el zumo de limón y calentar a fuego bajo. Cuando el caramelo haya cogido color dorado, añadir la miel y mezclar.

Mezclar bien con una espátula engrasada en aceite el caramelo con los frutos secos y las semillas.
Forrar con papel de horno moldes individuales o 1 aro.

Verter una capa de la mezcla anterior de 1 cm o ½cm de grosor en los moldes. Dejarlos enfriar para que se endurezcan, desmoldarlos y servir.

ES UN DULCE MUY TÍPICO DE LA ZONA DE ARAGÓN, CATALUÑA Y VALENCIA

Ácido úrico

mantenlo bajo control tras los excesos

El ácido úrico es un compuesto que todos tenemos en la sangre. Sin embargo, unos niveles elevados del mismo pueden poner en riesgo la salud. Si no quieres que estos días de excesos pasen factura a tus articulaciones, toma nota y ponte manos a la obra

CON la mirada puesta en El Día de Reyes, ya son muchas las personas que, al subirse a la báscula, se han llevado las manos a la cabeza. Pero ojo, porque no todo es cuestión de peso. Lo cierto es que España es uno de los países que más gasta en comida y bebida durante las navidades. "Un día es un día", decimos. Sin embargo, el problema es que no es solo un día, y los excesos, la palabra que mejor puede definir esta época, se van acumulando hasta que se manifiestan en forma de afecciones.

Los niveles de ácido úrico son uno de los parámetros que más suelen aumentar tras la Navidad. Y hay que tener mucho cuidado, porque tenerlos altos nos puede acercar a la gota, una enfermedad muy dolorosa que afecta a las articulaciones.

La enfermedad que prolifera en Navidad

El ácido úrico se produce en nuestro cuerpo cuando se descomponen las purinas que, o bien se introducen por la dieta, o bien el propio organismo las fabrica. Por lo general, cuando se produce el ácido úrico este viaja directo a los riñones y se expulsa por la orina. Sin embargo, si nos pasamos con el consumo de purinas, es muy posible que no eliminemos todo el ácido úrico y buena parte quede circulando por la sangre. El problema es que este ácido tiene la capacidad de acumularse en algunas articulaciones formando cristales, y cuando esto ocurre, puede darse un ataque de gota.

Enemigos que disparan el ácido úrico

En todas las celebraciones se suele escuchar el mismo consejo cuando alguien devora el cuerpo de un langostino y después chupa su cabeza: "¡Cuidado, que eso tiene muchísimo ácido úrico!". Pero más allá del marisco, hay otros alimentos típicos de los festines navideños que también contienen purinas y deberían consumirse con moderación, ahora, y durante todo el año.

1 Cordero

Las carnes rojas se consideran, en general,

No des pie a la gota

En la mayoría de ocasiones, los ataques de gota se producen de manera repentina, por la noche y en la primera articulación metatarsofalángica, es decir, el dedo gordo del pie. Generalmente los ataques de gota suelen ser muy dolorosos y van acompañados de hinchazón, enrojecimiento y mucha sensibilidad en la articulación afectada. Pero, además, los niveles altos de ácido úrico también están relacionados con la formación de cálculos en el riñón e incluso con los cólicos nefríticos.

Y no olvides...

✓ **Mantente hidratada**

Beber suficiente agua ayuda a los riñones a filtrar el ácido úrico de la sangre y a eliminarlo a través de la orina. Intenta tomar al menos 8 vasos de agua al día. Y si te cuesta mucho, también puedes recurrir a las infusiones.

✓ **Haz ejercicio**

El ejercicio regular ha demostrado ser una herramienta eficaz para disminuir los niveles elevados de ácido úrico. Caminar, nadar, hacer yoga... ¡Tú decides la actividad que más va contigo!

un grupo de alimentos con un alto contenido de purinas. Pero, en concreto, el cordero **ocupa entre estas carnes un lugar especial, ya que es una de las que más grasa tiene,** por lo que se recomienda a las personas que tienen niveles de ácido úrico alto que lo eviten.

2 Foie gras

El foie gras se elabora a partir del hígado fresco de oca, ganso o pato. Lo cierto es que aunque es considerado un alimento de 'lujo', si nos fijamos en las purinas, la carne de los órganos de animales es una de las que más contiene, por lo que hay que andarse con ojo con su consumo. Además, el foie gras **es altamente calórico debido a su gran aporte de grasa: alrededor de 500 calorías por cada 100 gramos.**

3 Cerveza

Por si fueran pocos los efectos negativos del alcohol sobre la salud, este también aumenta los niveles de ácido úrico en la sangre. Y atenta, porque en especial **los licores destilados y la cerveza tienen un impacto más nocivo aún por su alto contenido en purinas,** cuya descomposición incrementa la producción de ácido úrico.

IMPRESCINDIBLES

4 alimentos aliados

Calabaza

¿Eres una apasionada de la calabaza? Entonces estás de suerte, porque es uno de esos vegetales diuréticos que ayudan a eliminar el ácido úrico gracias a que aumenta la producción de orina y, de esta forma, se eliminan las sustancias dañinas. Puedes cocerla o hacerla al horno, pero no desheches nunca sus semillas, son muy saludables.

Zanahoria

Además de cuidar y proteger la vista y la piel, la zanahoria brinda efectos muy efectivos para eliminar el exceso de purinas y cristales que se almacenan en las articulaciones. Puedes tomarla en batidos naturales: prueba a mezclar dos zanahorias, una remolacha y un buen vaso de agua. Es una merienda sana y deliciosa. ¡Ideal para depurar el organismo tras las fiestas!

Alcachofa

Sin duda es una de las mejores verduras para reducir el ácido úrico. Su secreto está en que es muy diurética e infalible en la eliminación de toxinas, por lo que también ayuda a evitar la retención de líquidos.

Manzana

Gracias al ácido málico que contiene, contribuye a rebajar los altos niveles de ácido úrico y a aliviar los dolores que causa la gota. Trata de tomar al menos una manzana al día.

Regalos beauty para acertar el Día de Reyes

Dar con el detalle ideal estas Navidades es más fácil que nunca con esta selección de regalos. Desde eficaces dispositivos, hasta nuevas herramientas para el cabello y cofres de belleza irresistibles ¡Toma nota!

● Estuche de Regalo Hair Prodigieux®, de Nuxe. 38,50€
✔El ritual ideal para un cabello sedoso y brillante en 3 cuidados: mascarilla nutritiva pre-champú, champú brillo Sublime y acondicionador Alto Sublime.

EN NAVIDAD MUCHAS FIRMAS COSMÉTICAS LANZAN EDICIONES ESPECIALES CON REGALO INCLUIDO

● Pack 3 Mini Shimmers, de Flor de Mayo. 14,97€
✔Las lociones corporales iluminadoras más virales. Con destellos de oro, plata y ahora también en tono 'pink'.

● Cofre ritual No Make Up-Make Up efecto buena cara, de Atashi Cellular Cosmetics. 50,95€
✔La rutina diaria definitiva para lucir una piel radiante sin necesidad de base de maquillaje.

● Moldeador de pelo Pro Glam Style, de Ufesa. 119,99€
✔Su tecnología de efecto Coanda moldea sin calor extremo, cuidando el brillo y la suavidad natural del cabello. Además, gracias a su motor digital brushless y sus 8 accesorios intercambiables, es posible crear rizos definidos, alisados impecables o simplemente un volumen capilar espectacular en minutos.

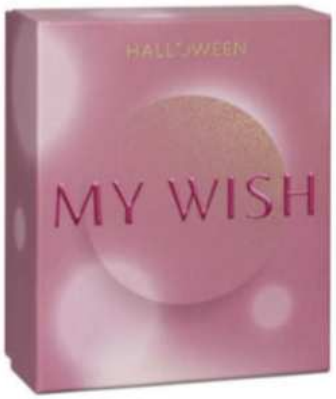
● Depiladora IPL Silk-expert Pro 5, de Braun en El Corte Inglés. 299€
✔ Una depiladora de luz pulsada rápida, potente y suave. Ofrece resultados visibles en solo 3 semanas.

● Máscara facial Wavelength Led, de Stylpro. 110€
✔Un dispositivo antienvejecimiento que utiliza LED rojos y azules para emitir longitudes de onda específicas y promover la salud de la piel en casa.

● Set de tonificación facial Bear 2, de Foreo. 359€
✔Con 4 tipos de microcorrientes y 10 intensidades, este set trabaja todos los músculos del rostro mejorando la apariencia de las arrugas y líneas de expresión en tan solo 1 semana.

● Kit plancha C3 + secador Flow DC, de Corioliss. 199€
✔La plancha C3, con placas de titanio extralargas, y el potente secador de 2200W ofrecen resultados profesionales en todo tipo de cabello.

● Cofre de Navidad antiedad, de Patyka. 84,90€
✔Trio de limpieza facial que incluye aceite desmaquillante, espuma limpiadora y sérum repulpante.



● Eau de Parfum My Wish, de Halloween Perfumes. 89€
✔La fragancia que cautivará a las mujeres más sofisticadas. Se presenta en un set que contiene vaporizador 100ml + réplica en 30ml.

● Gel limpiador facial activo, de Ziaja. 5,49€
✔A base de suaves agentes de limpieza, no reseca la piel y calma la irritación. Perfecto para desmaquillar también los ojos.

● Masajeador anticelulítico, de Medisana. 79,95€
✔Combina tres métodos eficaces en un solo aparato: masaje con ventosas de vacío, EMS y terapia con luz roja. ¡Adiós celulitis y piel de naranja!

CONSULTORIO DE

Carmen Navarro

SORPRENDE Y TRIUNFA

Si hay algo que nos trae de cabeza es cómo sorprender con los regalos de Navidad. Y sí, aunque nos parezca imposible, existe el regalo perfecto con el que sentirán, además, que has pensado en algo exclusivo y te has tomado un tiempo importante porque se merece lo mejor. Por eso, si hay algo que ha cobrado un valor especial en los últimos años, es el hecho de regalar experiencias para disfrutarlas y olvidarse del estrés, desconectar y, por si fuera poco, salir con la piel renovada y sintiéndose mejor que nunca.

La primera propuesta ideal es un tratamiento realizado en cabina. No solo para las pieles maduras, efectuados con cosméticos que les aportan juventud, sino también para aquellas más jóvenes que empiezan a cuidar su rostro. Un acierto seguro para profundizar en el cuidado de la piel y acompañar a la rutina cosmética que realizamos en casa día a día.

La segunda opción es la posibilidad de obsequiar con una tarjeta regalo. Es nuestro producto más solicitado cuando las dudas invaden, porque es tan sencillo como elegir (a través de la web o en nuestros centros) la tarjeta que más encaje con el presupuesto. Si dudas porque crees que puede resultar un regalo algo impersonal, te aseguramos que nadie se equivoca cuando elige este detalle. ¿El motivo? Los tratamientos de belleza de Carmen Navarro son siempre protocolos especializados.

La tercera idea es regalar belleza envasada y, para ello, los calendarios de adviento son magníficos. Incluyen momentos de mimos únicos y lujosos en forma de ampollas o muestras mini. Sus concentrados proporcionan hidratación, vitalidad y regeneración, que se podrán celebrar cada día. Detrás de cada una de sus 'ventanitas' hay una sorpresa cargada de ingredientes activos esperando para mimar la piel. Sin duda, un acierto.

SÍGUELA EN SU BLOG:

www.semana.es

Uvas pasas, gran fuente de energía

- **Aunque casi cuatriplica en calorías** a las uvas frescas, debido a su abundancia en hidratos de carbono simples, es una gran fuente de fibra que mejora el tránsito intestinal.
- **Destaca su contenido en vitaminas B6 y B12, y** en minerales como el calcio, el fósforo, el hierro, el magnesio y el selenio.
- **Su alto contenido en antioxidantes** ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares, regula la presión arterial, mejora el flujo sanguíneo y cuida de nuestra salud ocular.
- **Son una gran fuente de energía** rápida y sana.

BELLEZA

Operación buena cara

Fuente de proteínas, la clara de huevo es el ingrediente estrella de esta mascarilla nutritiva y purificante. Échala en un recipiente y añade unas gotas de limón y una cucharada de miel. Deja actuar 20 minutos y aclara.

REMEDIO EFICAZ

VIEIRAS CONTRA LA FATIGA

Además de ser un delicioso alimento, las vieiras son una gran fuente de proteínas, ácidos Omega 3, hierro y vitamina B12, sustancias básicas para combatir la anemia y la fatiga.

Como quitar las manchas de aceite

Si tus servilletas y manteles tienen restos de manchas de aceite, aplica sobre las mismas un poco de bicarbonato de sodio y de lavavajillas, frota, deja actuar 10 minutos y lava de la forma habitual.

HOGAR

Tips para eliminar el polvo de tu hogar

1 Ventila y humidifica
Una humedad adecuada en el aire dificulta que campen a sus anchas las partículas de polvo, que además son perjudiciales para la salud. Para ello, ventila varias veces al día durante poco tiempo, usa humidificadores y decora tu casa con plantas de interior, que ayudan a aumentar la humedad.

2 Crea tu spray antipolvo
Introduce en un spray 500 ml de agua, 500 ml de vinagre blanco, 2 cucharadas de aceite de oliva, una cucharadita de jabón líquido y 10 gotas de tu aceite esencial favorito. Agítalo bien antes de cada uso y limpia con un paño suave. Esta mezcla tiene efecto antiestático.

HOGAR

Empieza el año con mucho Feng Shui

✓ **El Feng Shui, antigua filosofía china de armonización del entorno,** nos regala sencillas recomendaciones para purificar nuestra casa y comenzar el nuevo año con la mejor energía.

✓ **Deshazte de los objetos rotos, dañados o innecesarios,** ya que estos pueden representar bloqueos en tu vida. Liberar espacio físico te ayuda a liberar espacio en tu mente, abriéndote a nuevas oportunidades.

✓ **En este mismo sentido, elimina todo aquello asociado a experiencias negativas o personas tóxicas:** fotos, ropa, objetos decorativos, regalos... deben salir de tu espacio personal.

✓ **El Feng Shui te invita a cambiar la decoración** en cada estación del año para que la buena energía fluya.

✓ **En esta filosofía, cada color tiene una energía** y lo más importante es encontrar la armonía.

✓ **Los cristales y las gemas atraen** y mantienen la energía positiva.

EJERCITA TU MENTE

Pasatiempos de Navidad

AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco

ESTADO BALCÁNICO / INSTRUM. DE PERCUSIÓN / COLOQ, TONTO

EN ROMANOS, 2000 / PASARÉ EL PEINE / HURTADOS

ESTADO DE ORIENTE MEDIO / DE LA INDIA / SUPERIORAS JERÁRQUICAS

LETRA GRIEGA / CINTURÓN / PRODUCE SONIDOS / PREF., PROXIMIDAD

NOMBRE DEL PERIODISTA DE LA FOTO / CREENCIA, DOCTRINA

LOS DE AHÍ / ... FLEMING, ESCRITOR / LABRARÍAS / EXPONENTE POTENCIAL

NITRÓGENO / CIUDAD FRANCESA / NO ACERTARAN / VOZ DEL POLLO

INTRIGA, COMPLOT / GUISAD EN EL HORNO / ATUENDOS

TENGA ABSORBENCIA / INTERRUPCIÓN / ALIMENTO MILAGROSO

ABREVIATURA DE "KILÓMETRO" / NO PEGADA A OTRA COSA

PASES EN SILENCIO UNA COSA / SÍMBOLO QUÍMICO DEL RUBIDIO

TERMINACIÓN DE PLURAL / SIN RABO, FEM., PL.

OPERACIÓN BURSÁTIL / SUF. SUPERLATIVO

RESULTA VENCEDOR / EMPERADOR DE RUSIA

ESCUCHÉ / ... FLAVIA, ACTUAL PADRÓN / SÍMBOLO DEL BORO

SÍLFIDE / TIPO DE PILA

TOQUILLAS

QUEMAZÓN / TIPO DE MÚSICA

MOSTRÉ ALEGRÍA / SE DEMORA, LLEGA TARDE

PRIMERA VOCAL / CUEVA DONDE SE RECOGE EL OSO / VOCAL DÉBIL

SÍMBOLO DEL CROMO / UTILIZARÁS

HAGA MAL DE OJO / RATERO

NAFTA

FUERA GAFE / ABREV. DE "VUESTRA MAJESTAD"

DISTRAÍDA / VIGILANTE SECRETO

ENLOSAD / ÁTOMO CON CARGA ELÉCTRICA

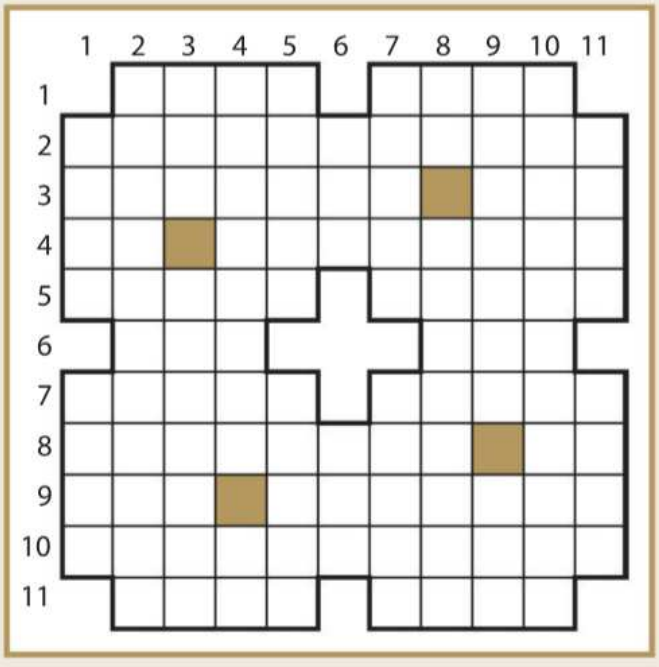
ISLANDIA / GRACIOSA, CON DONAIRE

CRUCIGRAMA

Nº 2.825

HORIZONTALES

1: Renombre, popularidad. Una terminación de participio, fem., pl.
2: Convertidas en fósiles.
3: Redujo a moneda. Organización de Cooperación Económica.
4: Nombre de la "Y". Que predicen desgracias, fem.
5: Va hacia dentro. Que se comporta con osadía.
6: Tasa anual equivalente. Onomatopeya del canto del grillo.
7: Secuestro de personas. Instrumento músico.
8: Trasladarían hacia aquí. Preposición, "dentro de".
9: Gran río europeo. Asistirá a un lugar.
10: De la maduración, pl.
11: Se percate de algo. En ... de, en interés de.



VERTICALES

1: ... Dunaway, actriz. Radiotelevisión de la Región de Murcia.
2: Promoverían.
3: Hizo en el horno. Poniendo la tapa.
4: Torre de una mezquita. Ant., do, nota musical.
5: Hace una alegación. Rezaré, haré oración.
6: Distraído. Índice de calidad del aire.
7: Se ..., se turbó. Modelo que se sigue para la realización de algo.
8: Leonardo ... Vinci. Dividir, efectuar escisión.
9: Idolatrara, sintiera adoración. Cierto impuesto.
10: Sacacuartos.
11: Cerebro. Un sufijo aumentativo, fem., pl.

SUDOKUS

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

Fácil

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

Difícil

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

AUTODEFINIDO

1

2

3

4

FOTO 5 / FOTO 2 — TRANSIGIR / SÍMBOLO DEL LANTANO — SÍMBOLO DEL HELIO / HACIA TASACIONES — ONOM. DE GOLFE / GORRO MILITAR — RESULTÓ CHOCANTE — SÍMBOLO DEL BROMO / VILLA SEVILLANA — JUEGO DE ENVITE / UNA CONJUNCIÓN — UNA CONTRACCIÓN / LETRA GRIEGA — FOTO 3 / SOPHIA ..., ACTRIZ ITALIANA

FOTO 7 / ANT., TENDRÁ

ADJ. DISTRIBUTIVO / COMUNIDAD AUTÓNOMA — SIETE Y UNO, PL. / SUF., SEMEJANZA — UTILIZO / HARÁN ENTREGA DE ALGO — "EL MAGO DE ..." / HIZO UNA ALEACIÓN

LAS DE AHÍ / DESPRENDÍAN OLOR — ASISTE / RELATIVA A LA AVIACIÓN — SEÑALÓ LA TARA / ÁRBOL SALICÁCEO

CUBRIO CON ORO / ESTRELLA LUMINOSA — FERTILIZA / NOVENTA Y UNO — NACE, BROTA / HACE ELISIÓN — DESPIDA DE SÍ UNA COSA

UNA RAZA DE PERROS / FILLOA, POSTRE — UNIDAD DE SUPERFICIE / DESISTIR — NOMBRE DE LETRA / FECHAD

LEVANTAR EN BRAZOS — SUFIJO DIMINUTIVO, FEM. / FOTO 4 — QUIEBRA COMERCIAL / CABEZA DE GANADO — HAGO ALUSIÓN / TENÍA TOS — QUE TIENE AVIDEZ, FEM.

EXPRESA ALEGRÍA / ... HIERRO, POETA — RELATIVA A LA RAZA / HACIENDO ORACIÓN — UNA INTERJECCIÓN / INTERJ., DESILUSIÓN

PONGA EJES / PERCIBI SONIDOS — HIZO MAL DE OJO / ESPETÓ — PARÉ / ACCIÓN DE PALOTEAR

ACTITUD FINGIDA / PLANTÍGRADO — HAGA RASPADURAS / TRES — EN ESE LUGAR / RASPAR — FOTO 6

NEGACIÓN, PL. / OBSERVAS — MAULLARÍA / TEATRO DE MILÁN — REAL DECRETO / HAGÁIS FRITURAS — DISTRITO POSTAL / LEONARDO ... VINCI

PUERCO ..., ROEDOR / NACIDOS EN RUSIA — LETRA GRIEGA / PROPIETARIO — SÍMBOLO DE "DECÁREA" / REACTOR

DIOS ESCANDINAVO / SÍMBOLO DEL BARIO — ACCIÓN DE CAER / PREF., NARIZ — PARTE DEL OÍDO / MARCHARSE — ... ASTAIRE, BAILARÍN

RÍO RUSO / ARGOLLA O ANILLO METÁLICO — HARÉ OMISIÓN / SU ALTEZA IMPERIAL — BUFIDO / VILLA ALICANTINA

FOTO 1 — REFUGIOS / EN INGLÉS, "DE" — AIREA, VENTILA / RENTA NACIONAL — LANCE / APÓCOPE DE "SUYO"

ARGÓN — EXISTÍS — FÍS., BELIO

PISO INFERIOR DEL ESCENARIO — FOTO 8 — ELEVADO, LEVANTADO

5

6

7

8

DAMERO

Nº 2.878

1 R	2 E	3 R		5 R	6 S	7 I	8 A	9 F		11 L	12 L		14 B	15 E
16 D	17 A	18 S	19 N	20 N	21 S		23 T	24 C		26 N	27 M	28 B ,		30 E
31 R	32 B	33 T	34 O	35 L	36 T	37 U	38 J		40 J	41 P	42 A		44 P	45 C
46 K	47 H	48 K	49 K	50 K		52 R	53 Q	54 J		56 T	57 J	58 C		60 T
61 V	62 E	63 N	64 G	65 V	66 U	67 E	68 P	69 Q	70 J		72 K	73 J		75 M
76 I	77 T	78 G	79 V	80 I ,		82 A	83 U	84 I	85 I	86 D	87 G	88 V	89 G	
91 A	92 V		94 P	95 H	96 U	97 G		99 F	100 V	101 N	102 C	103 K		105 N
106 P	107 U		109 G	110 P	111 V	112 B	113 Q	114 M	115 U	116 Q	117 L	118 B .		120 C
121 S	122 M		124 L	125 Q		127 I	128 A	129 U	130 O	131 S		133 H	134 E	
136 S	137 M		139 Q	140 H	141 O	142 D		144 F	145 C	146 O	147 F	148 L	149 D	
151 T	152 F	153 H		155 B	156 O		158 H	159 O	160 S	161 M	162 F	163 D	164 R	165 D .

Fragmento de una obra de Victoria Holt. **Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerá el título de la obra.**

A. ___ ___ ___ ___ ___ ___
91 128 17 82 8 42
Releímos.

B. ___ ___ ___ ___ ___ ___
118 14 28 32 112 155
Hagas una apelación.

C. ___ ___ ___ ___ ___ ___
24 45 120 102 58 145
Venían al mundo.

D. ___ ___ ___ ___ ___ ___
149 16 86 163 142 165
Ostra poco fina.

E. ___ ___ ___ ___ ___ ___
62 15 134 30 67 2
Hueso de la fruta.

F. ___ ___ ___ ___ ___ ___
99 152 147 162 144 9
Os fugabais.

G. ___ ___ ___ ___ ___ ___
78 109 87 97 64 89
Os equivocáis.

H. ___ ___ ___ ___ ___ ___
133 153 158 47 95 140
No hacía caso.

I. ___ ___ ___ ___ ___ ___
84 85 127 76 7 80
Hace creer algo que no es verdad.

J. ___ ___ ___ ___ ___ ___
40 73 70 54 38 57
John ..., miembro de los Beatles.

K. ___ ___ ___ ___ ___ ___
103 48 72 46 49 50
Nombre de varón.

L. ___ ___ ___ ___ ___ ___
11 124 12 148 117 35
País europeo.

M. ___ ___ ___ ___ ___ ___
114 161 122 27 75 137
Racial, fem.

N. ___ ___ ___ ___ ___ ___
26 105 63 101 19 20
Que tiene pulcritud.

O. ___ ___ ___ ___ ___ ___
130 159 141 146 156 34
Desdoblad, extended.

P. ___ ___ ___ ___ ___ ___
68 106 94 41 44 110
Introduje novedades.

Q. ___ ___ ___ ___ ___ ___
139 69 113 116 53 125
Un embutido.

R. ___ ___ ___ ___ ___ ___
31 5 52 1 164 3
Áncoras.

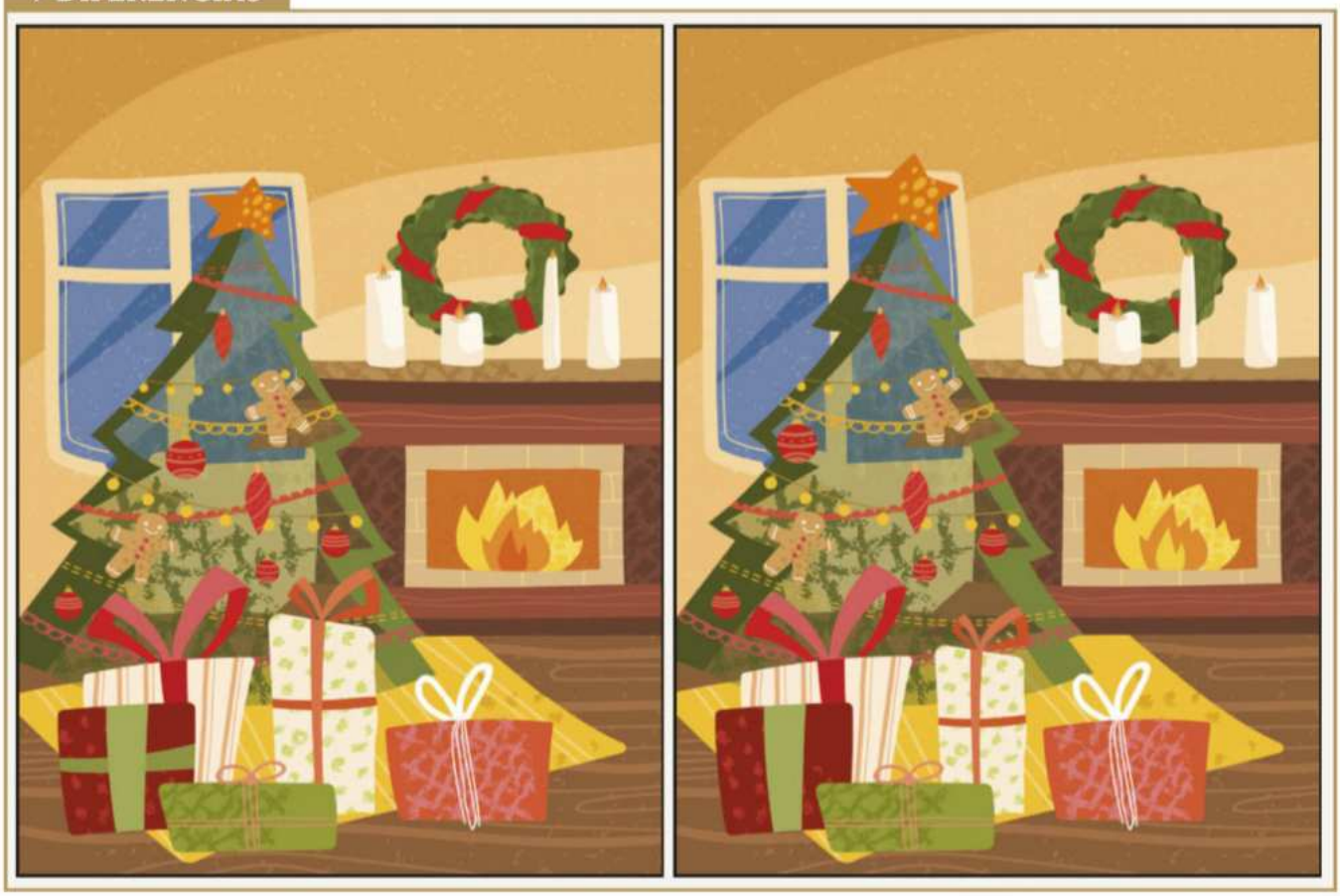
S. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
136 18 131 21 6 160 121
Relativo al león.

T. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
33 77 60 151 56 23 36
Se ..., se sitúen en un lugar.

U. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
115 83 96 107 37 66 129
Acciones propias de niños.

V. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
100 111 88 61 79 92 65
Progresan.

7 DIFERENCIAS



SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.877

Se quitó los zapatos, la chaqueta, el chaleco, y se arremangó los pantalones hasta las rodillas, empezando a bailar. La cara, sucia de carbón, parecía negra.

Clave: *Zorba el griego*. Creta.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS

SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.824

HORIZONTALES.
1: Wifi. Obra.
2: Jata. Troupe.
3: Agostan. MIR.
4: CN. Telaraña.
5: Kenia. Donad.
6: Red. Dam.
7: Rigio. Masía.
8: Tararías. Et.
9: RNE. Coreano.
10: Marcan. Iata.
11: Sois. Oslo.

VERTICALES.
1: Jack.
2: RTRM.
3: Wagnerianas.
4: Ito. Negrero.
5: Fastidia. Ci.
6: Tal. Ion.
7: Ornad. Mar. O.
8: Bo. Rodáseis.
9: Rumanas. AAL.
10: Apiñamiento.
11: Erad. Atoa.

¡TIENES QUE VERLO!

Avatar: Fuego y ceniza

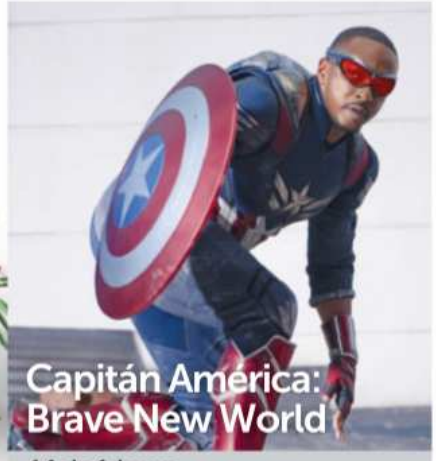
19 de diciembre

La tercera entrega de la saga de *Avatar*, que promete ser tan espectacular como las anteriores, presenta al pueblo de las Cenizas, un clan Na'vi no tan pacífico como los que conocíamos, que utilizará la violencia si lo necesita para conseguir sus objetivos, aunque sea contra otros clanes.

El cine que viene

Las películas de 2025

El año se presenta cargado de acción, intriga, humor y amor. Apúntate estos títulos



Capitán América: Brave New World

14 de febrero

Otra entrega del héroe de Marvel, cuyo traje ha *heredado* Sam Wilson (Anthony Mackie), que debe enfrentarse a una conspiración mundial y a un presidente de los EE.UU. muy especial, encarnado por Harrison Ford.

Bridget Jones: Loca por él

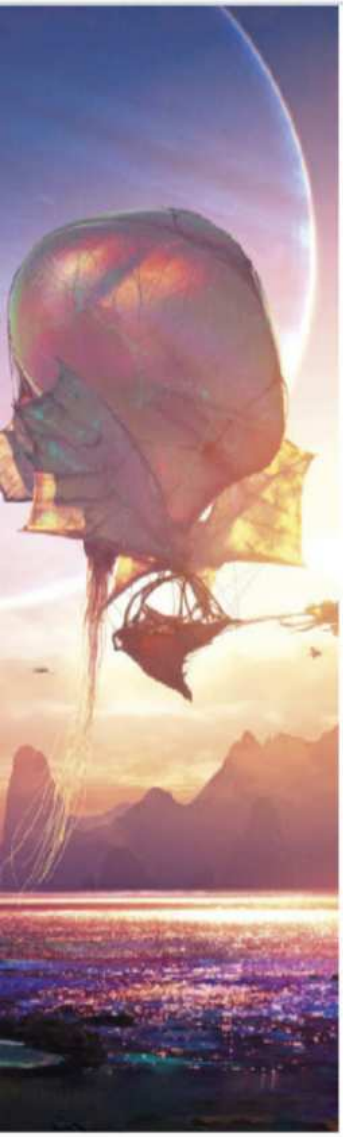
14 de febrero

Renée Zellweger da vida (por cuarta vez) a Bridget, cuya vida da un giro radical y trágico y debe enfrentarse a su nueva realidad. Y eso incluye dos pretendientes y a la presencia siempre divertida de Daniel (Hugh Grant).

Lee Miller

7 de marzo

Este año la cosa va de *biopics*... Kate Winslet es Elizabeth *Lee* Miller, una fotógrafa y modelo que se convirtió en una aclamada corresponsal de guerra para la revista *Vogue* durante la Segunda Guerra Mundial.



María Callas

7 de febrero

Una diva encarnando a otra. Angelina Jolie se pone en la piel de la cantante de ópera más importante del mundo para contarnos su tumultuosa y trágica vida y sus últimos días en el París de los años 70.

Un completo desconocido

28 de febrero

En el Nueva York de principios de los años 60, comienza a despuntar un joven cantante de 19 años, Bob Dylan, que se convertirá en toda una leyenda de la música. Timothée Chalamet *clava* el papel.

Y TAMBIÉN

- Tom Cruise volverá en mayo con la que será la última aventura, o eso dice, de su personaje Ethan Hunt en *Misión Imposible: Sentencia final.*
- Los millones de seguidores de *Karate Kid* (de la serie y las películas) y de Ralph Macchio están de enhorabuena. En mayo llega también *Karate Kid: Legends* ¡y sale Jackie Chan!
- Los fans de lo *brittish* atentos porque en septiembre veremos *Dowton Abbey 3.*
- Ralph Finnes y Juliette Binoche, 28 años después de *El Paciente Inglés*, estrenan The Return, una versión muy fiel, dicen, de *La Iliada*.

Blancanieves

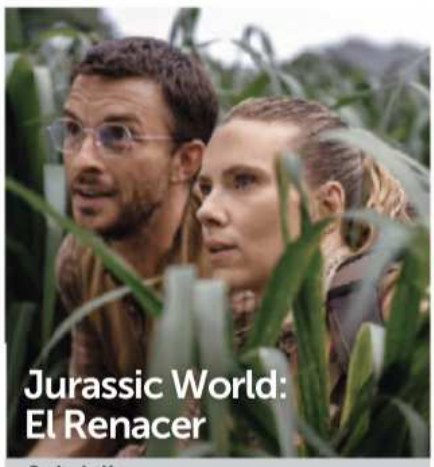
21 de marzo

Una nueva adaptación, musical y con personajes reales, del clásico de Disney. Aquí la dulce Blancanieves es Rachel Zegler (a quien vimos en *West Side Story*) y la malvada madrasta es la bellísima Gal Gadot (*Wonder Woman*).

Fórmula 1

27 de junio

Brad Pitt hace realidad uno de sus sueños: conducir un Fórmula 1. La película se rodó durante los fines de semana de los Grandes Premios, con los actores compitiendo contra los titanes reales del deporte.



Jurassic World: El Renacer

2 de julio

Scarlett Johansson se suma a la aventura *jurásica* y su personaje, Zoe, dirige un equipo para conseguir material genético de tres dinosaurios, cuando se quedan varados en una isla donde hacen un siniestro descubrimiento.

2025 HORÓSCOPO así será tu año

Conoce qué deparan los astros en el nuevo año a cada signo del zodíaco y, además, descubre con qué famosa compartirás tu suerte

ARIES
21/3 - 20/4

Salud: Momento de cuidarte con ejercicio adaptado y hábitos saludables. Vigila el corazón, los huesos, los dientes y la vista.

Dinero: Evita que las personas negativas te contagien sus miedos. Aprovecha las oportunidades. Inicio laboral.

Amor: Toma de decisiones que favorecerán la estabilidad sentimental. Riesgo de conflictos con alguien de tu pasado que no desea tu felicidad. Elige cuidadosamente a tus amistades.

Consejo: Pon en las estancias unos palitos de canela con un lazo rojo para la buena suerte.

TAURO
21/4 - 20/5

Salud: Mejorará tu ánimo, tu sistema nervioso y la calidad de tu sueño. Aceptarás tus limitaciones, adaptando tu estilo de vida. Tratamiento de hombros, manos o muñecas.

Dinero: Equilibrio entre gastos e ingresos. Liberación de deudas. Asuntos legales a tu favor.

Amor: Año para poner fin a la rutina. Concédete permiso para ser feliz. Evita a las personas tóxicas, envidiosas o negativas.

Consejo: Pon una pirámide de amatistas donde pases más tiempo para la buena energía.

LEO
21/7 - 21/8

Salud: Momento de volver a empezar, apostando por los buenos hábitos. Cuida el sistema digestivo, respiratorio y muscular.

Dinero: La experiencia te permitirá decidir acertadamente y sanear tus cuentas. Fin de alguna preocupación. Posible cambio laboral.

Amor: Momento de vivir el amor estable que necesitas. Claridad en tus sentimientos. Distancia y ruptura con relaciones negativas.

Consejo: Tira aquello roto y que simbolice algún aspecto al que quieras poner fin.

VIRGO
22/8 - 22/9

Salud: Mejora física y mental con el avance el año. Terminarán las largas esperas. Periodos de reposo necesario. Tendencia al dolor de huesos.

Dinero: Deberás recuperar la ilusión por lo que haces, así como la gratitud por lo que has logrado. Algún asunto estancado se pondrá en movimiento o llegará a su fin.

Amor: Favorecerás los acercamientos familiares y contribuirás a resolver conflictos.

Consejo: Quema nueve hojas de laurel en la casa para liberar el espacio de negatividad.

SAGITARIO
23/11 - 20/12

Salud: Liberación de alguna preocupación. Recuperación tras algunos tratamientos o intervenciones. Periodo de bienestar.

Dinero: Cuidado con los despistes, pérdidas o hurtos. Revisa tus movimientos para evitar errores. Firma de documentos.

Amor: Nuevas aficiones te permitirán ponerte en contacto con personas interesantes. Posibilidad de vivir un amor platónico.

Consejo: Pon una rama de olivo cerca de la entrada de la casa como protector.

CAPRICORNIO
21/12 - 19/1

Salud: Tendencia al dolor de espalda. Practica ejercicio sin conducirte a límites que te expongan a lesiones. Riesgo de estrés, ansiedad o trastorno del sueño.

Dinero: Deberás decidir entre varias opciones profesionales. Disfrutarás de éxito laboral y financiero. Aumento de tus ahorros.

Amor: Cuida a quien más lo necesite, serás recompensado. Año favorable para la pareja.

Consejo: Coloca en cada estancia un vaso de agua. Absorberá la negatividad.

Ilustraciones Patricia Bataller.

Por el futurólogo Rubén Barea www.rubenbarea.com

GÉMINIS
21/5 - 20/6

Salud: Cuidarás tu imagen. Ejercicio y vida saludable. Riesgo de lesiones por caídas o golpes. Atenciones a personas del entorno.

Dinero: Viajes, desplazamientos, compras extraordinarias y eventos felices. Menos ahorros, pero con mayor calidad de vida.

Amor: Nuevas amistades. Inicio sentimental o renovación del amor y la pasión en la pareja. Vida íntima satisfactoria.

Consejo: Coge de la naturaleza un elemento que te inspire positivismo. Hazlo tu talismán.

CÁNCER
21/6 - 20/7

Salud: Trabaja en el control mental y la relajación. Revisión o tratamiento de traumatología, reumatología o ginecología.

Dinero: Evita precipitarte al decidir en lo relacionado con prestar dinero o avalar a alguien. Riesgo de decepción.

Amor: Liberación del dolor o trauma del pasado. Momento de empoderamiento, superación de duelos y aumento de la autoestima. Buenas relaciones sociales.

Consejo: Incorpora la vibración de los colores dorado y plateado para la buena fortuna.

LIBRA
23/9 - 22/10

Salud: Riesgo de migrañas o jaquecas. Fortalece el sistema inmunitario y las defensas. Cuida la piel y los pies.

Dinero: Cuidado con las personas envidiosas que te rodean. Año de prosperidad, aunque deberás salir de tu zona de confort y permitir los cambios.

Amor: Pasarás tiempo de calidad con tus seres queridos y contigo mismo. Periodos de búsqueda de retiro, meditación y paz mental.

Consejo: Realiza con elementos de la naturaleza un centro de mesa para la prosperidad.

ESCORPIO
23/10 - 22/11

Salud: Aumento de la alegría de vivir. Será recomendable atender el sistema digestivo. Vigilancia del sistema urinario y ginecológico.

Dinero: Año de recuperación económica y estabilidad laboral, aunque el exceso de trabajo podrá generarte fatiga.

Amor: Disfrutarás de la vida íntima, pero no olvides que el amor pleno necesita de la comunicación, la complicidad y la confianza. Valora a quien tienes al lado.

Consejo: En cada luna nueva o llena, rocía sobre tu cuerpo leche para arrastrar lo negativo.

ACUARIO
20/1 - 18/2

Salud: Riesgo de infección de orina o cólicos. Posible déficit o anemia. Incorpora suplementos naturales a tu rutina.

Dinero: Deberás darte el valor que mereces si quieres que los demás lo hagan. Conseguirás mejorar tus condiciones laborales o económicas.

Amor: Cuidado con la influencia negativa de terceras personas. Evita llevarte los problemas a casa. Renueva la pasión.

Consejo: A la luz de una vela blanca, pon tus deseos en papel y siémbralos en una maceta.

PISCIS
19/2 - 20/3

Salud: Encuentra el equilibrio entre trabajo, placer y descanso. Protege el sistema circulatorio. Ojo con la retención de líquidos.

Dinero: Año favorable para la formación o la preparación de oposiciones. Seguridad financiera. Negocios prósperos siempre que estés pendiente de ellos.

Amor: Año de cambios en tus relaciones. Posibles decepciones necesarias para saber reconocer a quienes no te convienen.

Consejo: Utiliza el poder de las rosas a tu favor en tu día a día.

Tarot y Videncia
MERISA
Resolver los problemas está a tu alcance
96 128 18 45
Llámame y juntos encontraremos soluciones
Atiendo Personalmente
806 535 226
www.tarotyvidenciamerisa.com
coste maximo e/min Red fija: 1,21 Red Movil: 1,57 IVA Incluido
Mayores 18 años. TMerisa Apdo Correos 57204 28223 Madrid

María Galán
vidente y tarotista
Nuestra mayor debilidad radica en darse por vencid@.
La forma más segura de tener éxito es intentarlo una vez más.

806 313 574
982 775 286
Coste máximo €/min red fija: 0,91 red móvil: 1,27 IVA incluido.
Mayores 18 años. YMM Apartado de correos 7 46007 Valencia

Alaska:

"Me enfada mucho que alguien pretenda que yo sea lo que él quiera"

La cantante nos recibe en su casa de Madrid, decorada con su inconfundible estilo y fiel reflejo de su personalidad

"En Navidad, desde el 24 nos encerramos toda la familia junta a comer. La madre de Mario gritando y él diciendo que ya está harto y que no puede más (risas). Luego está mi madre por otra parte que, nada más terminar, ya se quiere poner a jugar al chinchón y al bingo"

AL abrirse la puerta de su casa sentimos que nos adentramos en el mundo mágico de Oz. Un mundo rosa y con suelo de estampado de leopardo deja atrás lo que sería cualquier portal corriente del céntrico barrio madrileño. "Voy moviendo lo que creáis que no encaja", nos dice mientras aparta un buen número de revistas de toda clase, pero en las que predomina la prensa rosa. Alaska (61) nos dice que ya sabemos todo de ella, pero aún así, siempre sentimos que nos queda algo por conocer.

No es la primera vez que nos abre las puertas de su casa, en la anterior ocasión nos recibió en el piso que tiene justo en la planta de arriba. Es su biblioteca, pero aquí es donde hace su vida. Su casa, su hogar. En lo que se retoca para la sesión de fotos intentamos observar cada detalle de la casa, pero nos resulta imposible. Es su vida y Alaska ha vivido varias. Todos son historias y nosotros sentimos que nos vamos haciendo más pequeños hasta que vuelve a aparecer por el umbral de la puerta advirtiéndonos de que ya está lista. Quiere presentarnos *Alaska Revelada,* el documental sobre su vida que ha rodado para Movistar +.

Alaska nos habla del último susto de salud de Mario Vaquerizo (50) tras una caída que casi le cuesta la vida, nos avanza los motivos por los cuales ha decidido entregarse en cuerpo y alma en este documental y aprovecha para decirnos cómo están siendo sus Navidades.

Es la segunda vez que protagonizas nuestra sección y es un honor. ▶▶▶

Curiosamente, aunque le gusta vestir de negro, Alaska se siente feliz rodeada de rosa.

"Yo me siento como un libro abierto y todo el rato estoy dando información para el que la quiera"

Muñecas, fotografías, juguetes, cuadros.... todo tiene cabida en su casa y en su vida.

▶▶▶ Y yo estoy encantada de que quedemos en distintos sitios de la casa de vez en cuando.

La otra vez nuestro encuentro fue en la biblioteca, situada en el piso de arriba ¿hoy dónde nos encontramos?

Digamos que en la parte más íntima porque es donde básicamente hacemos la vida. Tú ya sabes que nosotros tenemos una casa desestructurada que está dividida en distintos planos y plantas, pero para mí todo es mi casa (risas).

En esta casa puedo ver tu vida a través de los objetos que hay en ella.

¡Eso es verdad! Yo siempre he contado todo acerca de mi vida y en esta casa, en cada cuadro y en cada gesto... nos ves a nosotros. Me ves a mí. Yo me siento como un libro abierto y todo el rato estoy dando información para el que la quiera.

Alaska es una apasionada del arte y una empedernida coleccionista de objetos de decoración.

¿Por qué te has animado ahora a hacer un documental sobre tu vida?

Porque era el momento. Esto no es empezar con un repaso a mi vida desde que tenía 14 años y empecé con *Kaka Deluxe* y terminarlo con mi época actual. En *Alaska Revelada* está todo de manera más uniforme y de una manera que no es la cronológica, sino atendiendo a los tres temas en los que lo ha dividido la directora: salud, dinero y amor. Eso me ha permitido hablar de cómo estaba a los 14 años y cómo me encuentro a los 61.

¿Te han sacado de tu zona de confort?

No es que me hayan sacado de mi zona de confort, sino que, cuando llevas hablando más de dos horas ya no existe zona de confort. No me pasó solo a mí, sino que le pasó a toda la gente con la que hablo y que aparece en este documental.

Tu público estaba deseando que lo hicieras.

Si no tuviera confianza en el equipo que lo ha hecho seguramente no me hubiera animado. También te confío una cosa: qué bien que lo he hecho en este año. Primero porque estaba tranquila, porque no he tenido conciertos y he podido dedicarle todo el tiempo del mundo. Y segundo, porque ahora también tengo salud y amor (risas).

¿Tienes las tres cosas entonces?

En este momento sí. Un poquito menos salud porque Mario está delicado y eso me afecta a mí.

¿En qué momento te ha pillado todo lo que ha sucedido con Mario?

Lo de Mario ha pasado después (del documental) porque todo se me hubiera distorsionado. Todo mi pensamiento hubiera estado en otra cosa, en este caso, con él. Entonces todo ha estado perfecto.

Llevo tratándote desde hace años y te noto en otro estado de tu vida. Quizás, ¿más calmada o menos medido todo?

Por primera vez en mi vida, yo que soy una pesada y que siempre que comenzaba un nuevo proyecto tenía que ser determinado en el día y todo milimetrado, ahora no, cuando estén las cosas, estarán. No ha hecho falta ni que pasara lo de Mario para tener esta sensación de que las cosas estarán cuando tengan que estar.

Ya lleváis 25 años juntos, eso sumará.

Es toda una vida. ▶▶▶

▶▶▶ Nos conocemos con una mirada y él ya sabe cuándo quiero mis momentos de estar conmigo a solas y cuando no.

¿Y ahora? ¿Cómo está Alaska en este momento vital de su vida?

Ahora estoy muy bien porque las cosas están saliendo muy bien. Ha sido un mes fatal porque Mario tenía un pronóstico malísimo, sobre todo en la vista. Ahora está muy bien para lo que nos habían dicho.

¿Ha sido buen enfermo?

Fue muy mal enfermo las dos noches primeras que pasó en casa después del hospital en Cáceres, que es donde sucedió todo. Pero cómo no iba a estar mal, si cuando ingresó tenía un 5% de visión. Fue un milagro que lo cogieran, lo metieran por urgencias y le hicieran todo lo que le tenían que hacer y nos quedáramos tranquilos. Luego se ha ido recuperando muy bien, pero eso nunca se sabe.

¿A qué te refieres?

Quiero decir que los propios doctores ahora dicen que todo depende de la capacidad del enfermo. Mario fue muy mal enfermo esos dos días, pero luego ha marchado todo muy bien dentro de lo que tiene que ser. Yo creo que dejarlo ingresado en el hospital a él le dio tranquilidad para ser buen enfermo y a mí para ser buena enfermera (risas).

¿Y cómo has sido tú cómo enfermera?

He aprendido a ser buena enfermera y conocer todo el proceso que se necesita cada vez que hay que duchar lo y conocer cómo hay que tumbarlo, ponerle un collarín... Ha venido un señor a afeitarle porque no se podía quitar mucho tiempo el collarín, pero ahora ya está todo.

Siempre te vemos con la mejor de tus caras, pero, ¿qué cosas te enfadan?

¡Uff! Cada día me asemejo más a un señor gruñón de 61 años. Intento no serlo, pero es la verdad. Sobre todo, me enfada que otro pretenda que yo sea lo que él quiere. Eso es un enfado absoluto. Yo soy lo que soy ¿qué no te cuadra a ti?, pues lo siento. También me enfada que me den su opinión si no la he pedido. Es lo que ahora se llama redes sociales. Y que tengan mala educación o que huelan mal (risas).

"Mario tenía un pronóstico malísimo, sobre todo en la vista. Ahora está muy bien para lo que nos habían dicho"

¿Cómo estás pasando las Navidades?

Desde el 24 nos encerramos toda la familia junta a comer. La madre de Mario gritando y él diciendo que ya está harto y que no puede más (risas). Luego estará mi madre por otra parte que, nada más terminar, ya se quiere poner a jugar al chinchón y al bingo. Así hasta la madrugada que nos acostamos y nos levantamos el 25 a comer churros. Así estamos hasta el día 1 o 2 (risas). Luego nos vamos el día 6 a los Reyes y ya se acabó.

Iván Reboso / Fotos: Joan Crisol

La artista no piensa en el retiro y acaba de estrenar su documental *Alaska Revelada*.

La inolvidable Lola Flores era uno de los ídolos de Alaska y en su casa tiene un rincón dedicado a la Faraona.

La tele que veremos

'Ella, maldita alma'. Una nueva serie. Esta vez basada en la historia de Fermín, un carismático sacerdote gaditano que tendrá que luchar entre el bien y el mal.

'La gran noche de los récords'. Vuelven los famosos Guinness de la mano de Jesús Vázquez, tras más de quince años sin emitirse en nuestro país.

'Bailando con las estrellas'. El concurso de baile con famosos regresa a la parrilla de Telecinco en el primer trimestre del año con su segunda temporada y un elenco renovado.

Telecinco vuelve a apostar por una serie en su *prime time*. Y lo hará con una de época, siguiendo los pasos de otras cadenas como TVE. En *La Favorita 1922*, los espectadores conocerán la historia de Elena de Valmonte (Verónica Sánchez), una sevillana casada e infeliz que tendrá que huir a Madrid tras protagonizar un desagradable incidente.

'Supervivientes 2025'. Tras *GH DÚO*, llegará a Telecinco la nueva edición del *reality* hondureño, que promete sorpresas.

en 2025

Las distintas cadenas se rearman y presentan las apuestas con las que sorprenderán a los espectadores en este nuevo año

La vuelta del 'Caiga quien caiga' tras casi dos décadas desde su adiós. Lorena Castell, Santi Millán y Pablo G. Batista serán los encargados de recuperar el espíritu de las gafas de sol negras, con los contenidos más irreverentes de la televisión.

'Todos por ti' y 'GH DÚO'. Además de su labor diaria al frente de *First Dates*, Carlos Sobera comandará un nuevo concurso de emociones en Telecinco y la nueva edición de *Gran Hermano DÚO*

En Mediaset continuarán su apuesta por los famosos en sus formatos, retomando las series en prime time y los concursos familiares, como 'Todos por ti' o 'Next Level Chef'

'Next Level Chef'. Telecinco se sumerge en los programas de cocina con el más impresionante del mundo, con un plató construido en tres alturas y presentado por Blanca Romero.

'Mis raíces', con Isabel Jiménez. Será el primer proyecto en solitario de la presentadora en Mediaset. Un programa de entrevistas con famosos en el que se les podrá conocer desde su infancia, acompañados de sus familias.

'Universo Calleja'. Una vuelta de tuerca más al fenómeno Jesús Calleja. Se acompañará de 8 famosos para recorrer varios países.

'El hombre maratón'. Raúl Gómez protagonizará este nuevo factual que le seguirá en su hobbie por el deporte y la preparación del maratón.

'A qué estás esperando'. La serie, de ocho capítulos, está basada en las novelas de Megan Maxwell. Adriana Torrebejano, Rubén Cortada, Francisco Ortiz y Eva Ugarte son sus protagonistas.

Juanra Bonet suma otro concurso a su palmarés: 'Juego de Pelotas'. Con la esencia del de canicas que emitió Telecinco hace dos años, llega este a Antena 3.

Joaquín recorrerá América. El primer *docurreality* de Atresmedia lo protagonizará Joaquín y su familia, en un viaje por Estados Unidos que llevará por título 'Capitán en América'.

'Amor a lo bestia'. Tras años dando la espalda a los datings shows, Antena 3 volverá a emitir uno, que mezcla la esencia del First Dates de Cuatro y de Mask Singer. Varios solteros tendrán que enamorarse sólo por la máscara.

Eva y Nicole'. Inspirada en la Marbella de los 80, la serie muestra la rival de las dos reinas de la noche (Belén Rueda e Hiba Abouk) en la ciudad malagueña.

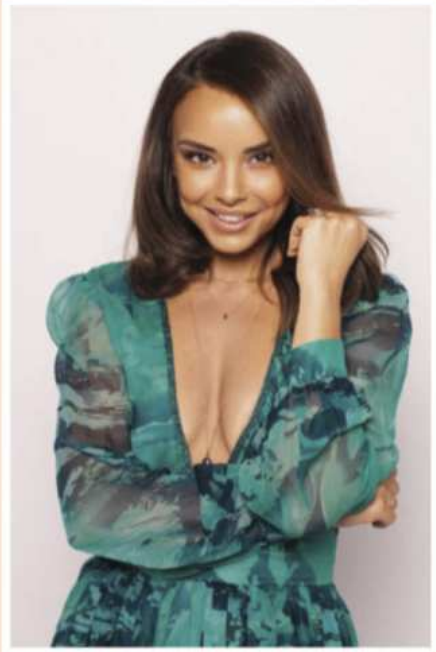
'Honor'. Nueva ficción de Antena 3 en la que un juez arriesga todo, incluso su reputación, para intentar salvar a su propio hijo. Protagonizada por Darío Grandinetti.

'Perdiendo el juicio', la primera serie íntegramente judicial que llegará a la televisión en abierto. Protagonizada por Elena Rivera, Manu Baqueiro y Miquel Fernández.

1

La segunda edición de 'Bake Off: Famosos al horno' en TVE. Los hornos vuelven a encenderse en la cadena pública con una nueva edición del *talent* de repostería con famosos. Catorce nuevas estrellas se ponen el delantal en lo que promete ser la edición más alocada, divertida y con más humor. Entre ellos, Víctor Sandoval, Isabel Gemio, Cristina Tárrega, Nagore Robles, Carmen Morales, Finito de Córdoba, Yurena o Lidia Torrent.

'La Conexión' de Lara Álvarez. Este año ha sido un año de crecimiento personal para ella tras abandonar Mediaset. Se pondrá al frente de un concurso cultural en La 1.



'The Floor', el nuevo reto de Chenoa. Tras presentar con éxito la última edición de *Operación Triunfo*, la cantante tiene el reto de conducir la segunda temporada de *The Floor*, el concurso de preguntas con 100 participantes que ya emitió su primera edición en Antena 3 y que ahora salta a La 1 con una renovación de su mecánica.

Nochebuena de lujo en TVE y Telecinco

● En un día familiar, de celebración y festivo, hay dos programas que triunfaron por encima del resto: *Telepasión* y *A cantAR*. La noche de TVE brilló con una nueva edición del formato en el que ponen a cantar a sus estrellas, que anotó su mejor dato de audiencia de la última década. Por la tarde, Telecinco hizo lo propio con la primera edición de *A cantAR*, el musical de *TardeAR* en el que sus colaboradores dieron buena cuenta de sus dotes musicales. El equipo *Mesa VIP* se alzó con el premio.

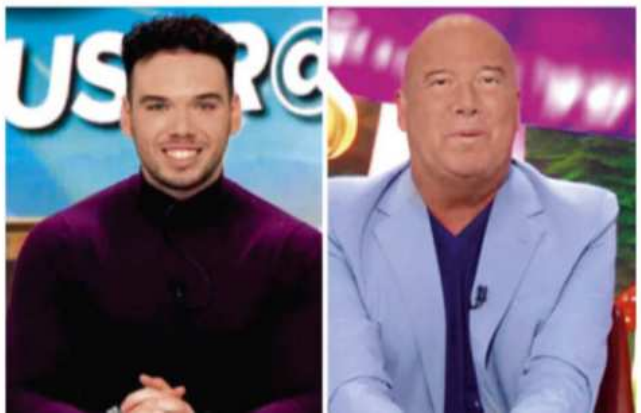
Alaska y Mario cerraron 'A cantAR' entonando 'El mejor regalo eres tú', de Nancys Rubias.

'Gran Hermano Dúo' vuelve renovado a Telecinco

● El formato de convivencia regresa, desde el 2 de enero, a la casa de Guadalix de la Sierra. Lo hace con una nueva hornada de famosos, entre los que descatan: José María Almoguera, Ana Herminia Illas, Aurah Ruiz, Jeimy Báez o Álex Ghita.

Arús se ausenta y su hijo le sustituye en 'Aruser@s'

● El presentador se ha ausentado de su programa desde el pasado 23 de diciembre debido a una gripe intestinal.
Su hijo, Hans Arús, ha sido el elegido para suplir su hueco en las mañanas de La Sexta, donde se ha mostrado agradecido: "Una oportunidad que todos hemos aceptado con emoción".



Blanca Romero: "Es un sueño que voy a cumplir"

● La modelo será, junto a Ion Aramendi, la encargada de dar las Campanadas 2024 en Telecinco desde Lanzarote y charla con SEMANA sobre cómo se gestó todo.

¿Estás contenta?

Este año nos tocaba pasar la Navidad al sol y no me ha podido salir más redondo. Es un sueño que voy a cumplir, quiero dar las gracias a Telecinco porque va a ser la Navidad más especial de mi vida. Vendré con mi hija, su novio y mi pequeño.

¿Alguna vez fue tu sueño dar las Campanadas?

En la etapa de 'Física o química', Antena 3 me lo ofreció dos años seguidos y dije que no porque eran en Madrid y me parece una tortura, no tolero el frío.

¿En qué momento de tu vida llegan estas Campanadas?

En un momento muy mágico. Creo que la vida me está devolviendo todo lo que llevo sembrado de muchísimos años atrás.

¿Qué te parece presentar con Ion Aramendi?

Le he conocido estos días y me cae bien. Es un tío con sangre, nervioso, que tiene carisma y es seguro de sí mismo.

¿Le vas a pedir amor a este 2025?

Este año no, quiero quedarme tranquila durante un tiempo.

Iván Reboso

FLASHES

LA CABALGATA DE REYES CUMPLE 60 AÑOS EN RTVE

● La pública tendrá su propia carroza con los personajes más populares. Ana Prada, Àngel Pons y un equipo de seis reporteros la retransmitirán.

A 'SOCIALITÉ' LE TOCA LA LOTERÍA

● El programa de María Verdoy y Antonio Santana está de enhorabuena. La Lotería de Navidad premió el décimo compartido de su redacción con los 100 euros de la pedrea.

ADIÓS A DISNEY CHANNEL EN ESPAÑA TRAS 27 AÑOS

● El mítico canal juvenil desaparece de la televisión el próximo 7 de enero. Disney Channel llegó en abril del 98.

Broncano el duelo que la tele

Nunca antes la audiencia había tenido la oportunidad de meterse en las tripas de la tele de la mano de los dos con más éxito

Que si *El coche fantástico* o *Los vigilantes de la playa*, que si *Los Serrano* o *Aquí no hay quien viva*, que si Ana Rosa o Sonsoles... En la historia de la televisión, los duelos siempre han sido una pieza clave. Y este año, si hay un enfrentamiento que ha marcado la parrilla de todas las cadenas -sí, en general-, ese ha sido el de David Broncano (que cumple 40 años el 31 de diciembre) y Pablo Motos (59).

Cuando se anunció el aterrizaje de *La Revuelta* en TVE surgieron muchas dudas: ¿Funcionará o no funcionará? ¿Es el formato adecuado en una televisión pública? ¿Arderá la tele? Eran muchos los que vaticinaban el fracaso de este programa, pero resultó todo un éxito desde su estreno. Tanto, que siendo objetivos, se le puede adjudicar todo un hito televisivo: derrocar el liderazgo que ostentaba *El Hormiguero* desde hace años. Otros lo intentaron antes, sin demasiado éxito, como Jorge Javier Vázquez con *Cuentos chinos* o Carlos Latre y su *Babylon Show*.

Broncano y su equipo han logrado mantener una intensa y ajustadísima batalla que nos deja un claro vencedor. No, no es Broncano y no, no es Pablo Motos. Es la televisión. Normalmente, los programas se malacostumbran a no tener competencia, que al final es lo que puede hacer que un

VS Motos: ha marcado en 2024

formato no baje la guardia y se esfuerce; pero con la llegada de *La Revuelta, El Hormiguero* ha tenido su mayor número de estrellas internacionales en un arranque desde su comienzo y Broncano ha reforzado su formato consciente de que solo con humor no basta.

Además, con este duelo también por primera vez, la trastienda de la tele ha salido a relucir más que nunca. Nunca antes la audiencia había tenido la oportunidad de meterse en las tripas de la tele de la mano de dos de los programas de más éxito: detalles de negociaciones, guerras por un mismo invitado, conflictos entre las estrellas del programa, acuerdos de exclusividad, egos desmedidos... Todo esto ha sido objeto de contenido en el *prime time*, se ha debatido y se ha contado. Motos y Broncano han conseguido que se hable de tele, pero de los entresijos de la tele. Algo impensable hace solo unos meses.

Ambos programas han aprendido que lo que triunfa es hablar a la audiencia de tú a tú

Así las cosas, podríamos decir que, llegados a este punto, lo que consigue triunfar es la naturalidad, la ausencia de pose y la conexión con la audiencia. Cada vez se torna más importante acercarse a la gente y mirarla cara a cara. Hablarles de tú a tú. *El Hormiguero* y *La Revuelta* han aprendido la lección y mientras pelean por llevarse al mayor número de espectadores posibles el público saborea el buen hacer de ambos programas. Que siga el espectáculo.

Detalles de negociaciones, guerras por un mismo invitado, conflictos entre las estrellas del programa, acuerdos de exclusividad, egos desmedidos... Todo esto ha sido objeto de contenido

El niño de 'Hola, soy Edu. ¡Feliz Navidad!' reaparece 27 años después

Su anuncio fue un icono de la Navidad hace casi 30 años.

Nunca antes una publicidad había conseguido convertirse en todo un emblema de la Navidad. A día de hoy, casi tres décadas después de su emisión en televisión, sigue reenviándose cada mes de diciembre para felicitar las fiestas.

Ahora, Enrique Espinosa, el actor que encarnó al entrañable Edu, ha reaparecido públicamente para contar los entresijos de su famoso anuncio. "Cobré 20.000 euros, que en aquel momento era mucho dinero. Yo imaginaba que hablaba con mi padre, que en esa época viajaba mucho por trabajo. Ahora cada vez me reconocen menos", dijo en el programa *Y ahora Sonsoles*.

Enrique Espinosa (Edu) ha recreado su mítico anuncio para *Nostalgia Milenial*.

Te recomen

'Menudas piezas'

Una historia de superación y de trabajo en equipo disfrazada de comedia

Plataforma: Movistar +
Int: Alexandra Jiménez, María Adánez, Francesc Orella, Luis Callejo, Miguel Rellán, Alain Hernández y José Manuel Poga.

La película fue todo un éxito en su estreno en los cines, siendo el más taquillero del 2024.

Normalmente, hay una creencia bastante extendida en cuanto al cine: la comedia es solo comedia. Es decir, una película de comedia no está concebida para nada más que hacerte reír la hora y media de metraje. Esta consigue cargarse ese cliché de un plumazo.

Menudas piezas, dirigida por Nacho G. Velilla, cuenta la historia de una profesora (a la que da vida la actriz Alexandra Jiménez) que logra demostrar a sus alumnos que delante de un tablero de ajedrez todo el mundo es igual. Ahí no valen para nada ni el dinero ni las distinciones de cada uno. Una historia emotiva y de superación que está basada en hechos reales.

Está inspirada en Enrique Sánchez y cómo consiguió que su grupo de alumnos de un colegio de Zaragoza ganaran el campeonato de España de ajedrez.

Los dos personajes principales salvan la trama, llena de intriga y romanticismo.

SERIE

'1992', la nueva serie de Álex de la Iglesia que es capaz de revivir el fenómeno de la Expo92

Plataforma: Netflix
Int: Paz Vega, Marian Álvarez, Fernando Valdivieso.

Paz Vega vuelve a hacer una serie de la mano de Netflix, tras protagonizar *Caleidoscopio* en 2023.

● ¿Recordáis a Curro, la mascota de la Expo92? A muchos probablemente se os dibuje una sonrisa en la cara por lo que representó. Pues bien, esta serie se encarga de borrarla de un plumazo desde su primer capítulo.

Álex de la Iglesia lo ha vuelto a hacer: ha creado un *thriller* con un elemento reconocible para todos que ya nunca volverás a ver como lo veías antes. En *1992*, Curro aparece en varios asesinatos que siguen siempre el mismo patrón: cuerpos quemados y, junto a ellos, una miniatura de la conocida mascota de la Expo de Sevilla. Un argumento apasionante que se convierte, ya desde el inicio, en una trama bastante predecible, en la que brillan especialmente sus dos protagonistas principales, Marian Álvarez y Fernando Valdivieso.

La parte de *thriller*, que es la que tendría que pesar, queda bastante diluida dejando el protagonismo a la romántica y más desenfadada. Sin duda, es la miniserie perfecta (tiene seis capítulos) para distraer la mente con un maratón de fin de semana.

DOCUMENTAL

'Dabiz', el retrato más crudo del chef más mediático

Plataforma: Netflix

● Netflix acaba de estrenar *Univerxo Dabiz*, una serie documental que se mete en las cocinas de la vida del chef con estrella michelín. Atormentado, obsesivo, sufrido, perfeccionista y con cierto poso de tristeza muy marcado.

Dabiz Muñoz es todo un genio y en este documental quedan muy patentes sus luces y sus sombras. En cinco capítulos es capaz de reflejar cómo ha lidiado con el trabajo y con la presión mediática.

La Familia Real, sorpresa navideña en Valencia

Los Reyes quisieron que la Princesa Leonor y la Infanta Sofía viesen en persona la zona devastada por la DANA

Foto: Restaurante Albufera.

Leonor y Sofía, muy cariñosas con unos niños.

Foto: Restaurante Albufera.

Los Reyes, sentados con un responsable del restaurante Albufera para interesarse sobre su situación tras la DANA.

Foto: Restaurante Quiques.

La Reina Letizia, con Manolo García, dueño del restaurante Quiques, en El Palmar.

LO prometido es deuda y los Reyes no se olvidan de los pueblos afectados por la DANA. El pasado domingo 22 de diciembre regresaron por sorpresa acompañados por sus hijas, la Princesa Leonor y la Infanta Sofía, en una visita privada y sin previo aviso.

La Familia Real recaló a mediodía en la localidad valenciana de Catarroja, en pleno Mercado Municipal, causando un gran revuelo. Además, su llegada coincidió con el tercer premio del Gordo de la Lotería que recayó allí y estaban exultantes.

Después se trasladaron a El Palmar, donde habían reservado mesa en el restaurante Albufera. Degustaron una paella valenciana, con pollo, conejo, pato, caracoles y alcachofas. "Estuvieron cercanos, simpáticos y muy amables", comentó su propietario, Hans Arnold. Tras dos horas de comida, los Reyes hablaron con otros hosteleros para interesarse por su situación, como el restaurante Quiques. "Han quedado en volver", nos dicen sus dueños, Manolo García y Conchi Fernández.

Su ruta continuó en Picanya y finalizó en Alaquàs, donde recorrieron un mercadillo navideño. Un broche de domingo perfecto. ■

Los Reyes y sus hijas posando con el equipo del establecimiento.

Los Reyes, la Princesa Leonor y la Infanta Sofía recorrieron Catarroja, El Palmar, Picanya y Alaquàs en un domingo inolvidable

El matrimonio formado por Javier Veigas (51) y Marta Hazas (48).

El exfutbolista Fernando Sanz (51) y su mujer Ingrid Asensio (51).

Starlite Christmas llena la Navidad de música

Multitud de famosos asistieron a los conciertos de Camilo, Ana Mena o Isabel Pantoja, entre otros muchos artistas

Sandra García-Sanjuán (52).

Lara Álvarez (38) asistió al concierto de Isabel Pantoja sin su nuevo novio, Perico Durán, con quien acaba de volver de un romántico viaje por Egipto

LA Navidad con música siempre suena mejor y, por segundo año consecutivo, Christmas Starlite ha traído a su escenario del Ifema a algunas de las grandes estrellas del momento. El colombiano Camilo ha cerrado aquí su gira por todo lo alto y, entre el público, estaban muchos rostros conocidos como Paloma Lago, quien ha sorprendido por su reacción al ser preguntada por Ana Obregón y su pequeña: "Eso es un tema que me encantaría que ▶▶▶

Paloma Lago (57), excuñada de Ana Obregón, no se prodiga mucho en eventos

Elena Tablada (43).

La actriz y presentadora Cayetana Guillén Cuervo (55).

▶▶▶ le preguntarais a la gente implicada. Yo ya me desentiendo, yo ya tengo a mi familia", dijo Paloma, quien estuvo casada con Javier Obregón, y que se despidió de la prensa de un modo muy original: abrazando a los periodistas: "Hacía tiempo que no os veía y os quería dar un abrazo porque creo que los abrazos son maravillosos y creo que dar abrazos es lo que hay que hacer en estas fiestas".

También son habituales de las Galas Starlite el matrimonio formado por el exfutbolista Fernando Sanz e Ingrid Rubio, que pronto serán abuelos por segunda vez; los actores Javier Veiga y Marta Hazas; Irene Villa y David Serrato o Raquel Rodríguez con su hija Anne, que quiere ser cantante. ■

La Miss España 1993 Raquel Rodríguez (50) y su hija Anne (22), que quiere ser cantante.

Laura Matamoros (31).

Irene Villa (45) y David Serrato (48).

Patrricia Conde (45), a quien hemos visto al frente de *Telepasión*.

Sonia Ferrer (47), colaboradora de *En boca de todos*.

La tonadillera (68) reapareció por todo lo alto para finalizar uno de sus años más duros a nivel personal.

Isabel Pantoja enloquece a su público con su fin de gira

Isabel Pantoja ha concedido su concierto navideño más especial en el Christmas Starlite Madrid

La tonadillera le dedicó unas emotivas palabras a su sobrina Anabel, zanjando así los rumores de distanciamiento entre ellas

QUE me dejen la copla para cantarla", entona Isabel Pantoja en una de sus canciones más aclamadas y conocidas. Y este 26 de diciembre lo llevó a cabo por todo lo alto. Y así ha cerrado la tonadillera uno de sus años más duros a nivel personal, pero uno de los más exitosos a nivel profesional.

Isabel Pantoja (68)ha acaparado todas las miradas en el Christmas Starlite Madrid. Invadida por la emoción y dejándose la voz, durante las tres horas que ha durado este concierto, la artista ha cerrado su gira 50 Aniversario haciendo lo que mejor sabe hacer: dándolo todo sobre el escenario con una voz arrolladora.

Mensaje a Anabel

Era conocedora del gran interés que suscitaba su reaparición, tras las duras palabras que su hija, Isa Pantoja, le dedicó en un plató de televisión. Pero Isabel no estuvo para otra guisa que no fuera la de ofrecer a sus fieles seguidores un fin de gira digno de sus 50 años de carrera. La tonadillera cantó y sorprendió al público madrileño alternando con villancicos y una zambomba jerezana. Uno de los momentos más especiales de las noche fue el protagonizado por la cantante 'La Húngara'. Ambas interpretaron Garlochí, uno de sus temas más famosos y que en los últimos tiempos se ha viralizado gracias al baile que su sobrina Anabel Pantoja creó para su espectáculo. Un actuación en la que, como no, Isabel quiso tener unas palabras para ella y su hija recién nacida. "Vamos a hacer el baile de mi Ana, mi Anabel, un besito, amor mío, y para la niña, que te quiero, amor mío, la más guapa del mundo".

La cantante de 'Marinero de luces' también se acordó de su madre doña Ana, fallecida en septiembre de 2021, a la que dedicó una emotiva canción. ■

La familia ante el féretro en el Plaza de la Armería del Palacio Real, donde se le rindieron honores.

Doña María de las Mercedes: 25 años de la muerte de la reina sin trono

La madre del Rey Juan Carlos falleció en el palacio de La Mareta, en Lanzarote, donde se había reunido toda la familia para recibir el 2000

CON HONORES
Como SEMANA contó en la portada dedicada a su muerte, María de las Mercedes nunca llegó a ser la reina de España, pero fue enterrada con esos honores.

El coche fúnebre salió del palacio de La Mareta rumbo al aeropuerto de Lanzarote para viajar a Madrid.

"Me considero una mujer tremendamente tímida y hubiese preferido vivir al margen de todo y no figurar", aseguró la Condesa de Barcelona sobre ella misma

LAS Navidades de hoy de la Familia Real nada tienen que ver con las que se celebraban épocas atrás, cuando todos unidos despedían el año esquiando en las pistas de la estación de Baqueira Beret. Pero la llegada del 2000 era una fecha muy especial y planearon hacerlo por todo lo alto y de un modo diferente.

Don Juan Carlos y Doña Sofía, acompañados por sus tres hijos, yernos, nietos (entonces solo habían nacido Froilán y Juan Valentín) y las dos hermanas del Monarca con sus respectivas familias, decidieron viajar a Lanzarote para recibir el nuevo milenio en el palacio de La Mareta, un regalo del rey Hussein de Jordania, en 1989.

La protagonista

Junto a los más pequeños de la casa, la gran protagonista fue María de las Mercedes, madre de Don Juan Carlos, la más feliz de poder compartir esas vacaciones con toda su familia. Precisamente por ella fue la elección de este paradisiaco enclave, con un clima muy benigno en esa época del año, que todos iban a disfrutar hasta el 5 de enero, cuando tenían previsto regresar a Madrid para al día siguiente presidir la tradicional Pascua Militar.

Sin embargo, cuando solo llevaban cuatro días viviendo los encantos la isla canaria se produjo el inesperado fallecimiento de la Condesa de Barcelona, a los 89 años.

El domingo 2 de enero de 2000, María de las Mercedes de Borbón y Orleans se había retirado a descansar después del almuerzo al sentirse ligeramente indispuesta. Poco después, alrededor de ▶▶▶

Los Reyes Juan Carlos y Sofía abandonando la basílica del monasterio de El Escorial tras el funeral.

RELACIONES FAMILIARES

En 1969 Franco nombró sucesor a título de Rey al entonces Príncipe Juan Carlos, y en 1977 Don Juan renunció oficialmente a sus derechos dinásticos. Padre e hijo vivieron algunos momentos de tensión, y también se asegura que la relación entre la Reina Sofía y su suegra fue algo tirante.

De luto y con la tristeza reflejada en el rostro, la familia despidió a la Condesa de Barcelona.

▶▶▶ las tres de la tarde, falleció de una parada cardiorrespiratoria, sin que el equipo médico que acompaña a los Reyes en sus desplazamientos pudiera hacer nada por evitar su muerte.

Momentos antes del fallecimiento, Don Juan Carlos y Doña Sofía almorzaban con el entonces presidente del Gobierno, José María Aznar, y su esposa, Ana Botella. Durante el encuentro con la prensa el Monarca había asegurado que iba a aprovechar esos días para "leer, tomar el sol y disfrutar con tranquilidad de la compañía de la familia". Sin embargo, la felicidad de unas jornadas planeadas en armonía se tornó en un profundo dolor y tristeza.

A pesar de sus problemas de movilidad, que la obligaban a ir en silla de ruedas, y de algún achaque de salud por su avanzada edad, la madre del Rey Juan Carlos se mantenía activa, y dos días antes había visitado con su hija la Infanta Pilar la localidad de Arrecife.

Nada más conocerse la noticia de la muerte de la Condesa de Barcelona fueron muchas las personas que se congregaron a las puertas de La Mareta, donde la bandera de España ya ondeaba a media asta y el capellán del Ejército del Aire de Lanzarote ofició un responso.

El Príncipe Felipe fue el primer miembro de la Familia

María de las Mercedes y Juan de Borbón se casaron en Roma el 12 de octubre de 1935.

Real en regresar a Madrid ese mismo día a las cinco de la tarde en un avión, junto al presidente del Gobierno. Poco antes de las nueve de la noche lo hicieron los Reyes, los duques de Lugo, los duques de Palma y el resto de los miembros de la familia acompañando el féretro.

Comitiva fúnebre

La comitiva tras el furgón funerario hasta el aeropuerto César Manrique, donde se le rindieron honores militares, la abrió el coche que conducía el Rey Juan Carlos con Doña Sofía sentada en el asiento del copiloto, visiblemente afectados.

Desde el aeropuerto de Torrejon de Ardoz (Madrid) y escoltado por la Guardia Real, el féretro llegó al Palacio de Oriente, donde a las once de la mañana del 3 de enero se abrió la capilla ardiente. Por ella desfilaron miles de personas para darle el último adiós a la abuela de Felipe VI. Un día después se ofició la misa en la Capilla Real, donde se pudo ver a toda la familia de riguroso luto y desolada por la pérdida.

Finalizada la misa se trasladó el cuerpo en un armón de artillería a la Plaza de la Armería, donde se le rindieron honores de ordenanza.

A continuación, los restos de la Condesa de Barcelona fueron llevados al Real Monasterio de San Lorenzo de El Escorial, donde fueron depositados de forma estrictamente privada.

Por expreso deseo de su hijo, la madre de Don Juan Carlos recibió sepultura con honores de reina en el Panteón de los Reyes del monasterio, donde ya descansaba su marido, Don Juan, fallecido en 1993, y los demás reyes y consortes de España.

Nueve días después tuvo lugar el solemne funeral en El Escorial, al que acudieron más de mil personalidades, entre ellas, representantes de veintiocho casas ▶▶▶

La Infanta Elena, de riguroso luto y mantilla, y tras ella Jaime de Marichalar.

FUNERAL EN EL ESCORIAL

En el Real Monasterio de San Lorenzo de El Escorial se celebró el solemne funeral en el que el Rey Juan Carlos estuvo arropado por representantes de veintiocho casas reales.

La Infanta Cristina y su entonces marido, Iñaki Urdangarin.

El Rey llevando la silla de su madre durante las vacaciones en Lanzarote, tres día antes de su muerte.

▶▶▶ reales. El Rey Juan Carlos difundió un mensajes de gratitud, "como hijo y como Rey", a todos los españoles que "han hecho patente su solidaridad y su cariño".

Sencilla y discreta, la Condesa de Barcelona no tuvo una vida de "princesa de cuento", al contrario, sus 89 años estuvieron jalonados por grandes tragedias familiares (la mayor de todas la muerte de su hijo el infante Alfonso en un accidente con una escopeta que disparó fortuitamente su hermano Juan Carlos, en la casa familiar de Estoril en 1956) y el dolor del exilio. Incluso acontecimientos tan emocionantes como la designación de su hijo para ocupar el trono de España, tuvieron en su momento un sabor agridulce.

La renuncia

El 22 de julio de 1969, cuando Don Juan Carlos y Doña Sofía ya habían tenido a sus tres hijos, Franco nombró al hoy Rey emérito su sucesor a título de Rey, dejando sin opción al trono a su progenitor, Don Juan, Conde de Barcelona: "Tuve una gran alegría cuando mi hijo fue designado para ocupar el trono. Sinceramente, sentí un gran orgullo como madre. Pero también estuvo presente en mis sentimientos la situación que nos había impuesto el destino, y que no era aquella para la que Juan y yo nos habíamos preparado toda la vida... De todos modos, he sido capaz de dominar mis emociones y sentimientos. Solo me habrán visto llorar cuando murió mi hijo Alfonso", aseguró años después la condesa de Barcelona.

Y así se definía ella misma: "Me considero una mujer

La Condesa de Barcelona el día de la pedida de mano de Juan Carlos y Sofía, en Lausana, Suiza.

"Tuve una gran alegría cuando mi hijo fue designado para ocupar el trono, sentí un gran orgullo como madre", afirmó

Una foto el día del compromiso de Simoneta Gómez-Acebo y José Miguel Fernández Sastrón, con los Reyes, los Condes de Barcelona y los Duques de Badajoz.

tremendamente tímida y hubiese preferido vivir al margen de todo y no figurar. Siempre me propuse, como norma de vida, desde que me casé con Juan, compartir cualquier responsabilidad que él tuviera en beneficio de España", afirmó en una ocasión.

Desde la muerte de la Condesa de Barcelona, la Familia Real dejó de visitar La Mareta. Solo volvió a ser ocupada por alguno de sus miembros en una ocasión. Fue en diciembre de 2005, cuando los entonces Príncipes de Asturias y su hija Leonor pasaron parte de sus vacaciones navideñas allí.

Sonia Montero

Mariah Carey

La cantante neoyorquina lleva tres décadas convertida en la reina de la Navidad gracias al éxito de su villancico *All I Want For Christmas Is You*, que lanzó en 1994, dentro del que era su cuarto disco. Desde entonces, ha ganado más de 70 millones de euros sólo por los derechos de auror generados por sus reproducciones y descagas, sin incluir los beneficios de la venta del disco ni de sus apariciones en cine como banda sonora de películas tan famosas como *Love Actually*. Pero, además, Mariah Carey (55) acumula otros records musicales como tener 19 sencillos entre los más vendidos del mundo. En su vida personal, Mariah ha sido menos afortunada. Se ha casado en dos ocasiones: con Tommy Mottola en 1997, el productor que la descubrió; y en 2008 con el rapero Nick Cannon, padre de sus mellizos, del que se divorció en 2016. En medio, entre 1999 y 2001, mantuvo un romance con Luis Miguel.

55 años

20 años

32 años

36 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: Juan Francisco de Miguel (Jefe de Sección), Guadalupe Escalona (Jefe de Estilo), Raquel Nistal, Pablo Lorenzo y Raquel Muñoz.
DOCUMENTACIÓN: Rocío Moreno y Francisco José de Pablo.
SEMANA.ES: Miguel Curtido (Director Digital), Laura Campos, Gloria López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres, Estefanía Fernández, Santiago Merino, Laura Gay y Erika Ferraro (Community Manager).

EDITA: SEMANA, S.L.
REDACCIÓN:
Avda. de Burgos, 16D - 6ºA. 28036 Madrid.
Apartado de Correos 383
Teléfono: 91 547 23 00
E-mail: *redaccion@semana.es*
ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00
E-mail: *administracion@semana.es*
E-mail: *distribucion@semana.es*
E-mail: *suscripciones@semana.es*
IMPRESIÓN: Rotocobrhi S.A.
Rda. de Valdecarrizo, 13. 28760 Tres Cantos. Madrid
Depósito legal: M. 911-1958. Printed in Spain.
Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:
RBA PUBLIVENTAS, S.A.
CEO: Enrique Blanc.
Directora general: Ariadna Hernández.
Director de negocio digital: Serafín González.
Madrid, Norte y Andalucía
Directora de oficina: Arantxa Sánchez.
Directora de publicidad: Belén González.
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.
Teléfono: 91 510 66 00
Barcelona y Levante
Directora de oficina: Ana Gea.
Directora de publicidad: Ángela Carpio.
Directora de publicidad: Olga Fernández
Directora de publicidad: Cristina Hombravella
Coordinadora de publicidad: Ivana Stelmaszewski.
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.
Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información
CONTROL

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

SEMANA TAMBIÉN EN:
www.orbyt.es www.kioskoymas.com www.zinio.com

www.semana.es

SEMANA

TE REGALA*

el coleccionable de cocina con lo mejor de nuestra gastronomía

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

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 50

GRUPO RETIRO

Viva su jubilación con tranquilidad, gracias a su vivienda

En **Grupo Retiro** te ofrecemos **soluciones inmobiliarias y financieras** a tu medida:

- **Hipoteca Inversa**
- **Venta de Nuda Propiedad**
- **Renta Vitalicia Inmobiliaria**
- **Venta Alquiler Garantizado**

+25 años asesorando

www.GrupoRetiro.com

91 577 42 40