www.semana.es

SEMANA

18 DE DICIEMBRE DE 2024 NÚM. 4.428 • 2,70 € CANARIAS 2,80 €

Los Reyes, con las víctimas de la DANA

Muy cercanos a los familiares, encabezan el recuerdo a los fallecidos

BÁRBARA REY ROMPE SU SILENCIO: "Pude quedarme embarazada del Rey Juan Carlos"

EXCLUSIVA

Las imágenes de una nueva cita de IKER CASILLAS Y MARÍA JOSÉ SUÁREZ

EXCLUSIVA

LYDIA LOZANO: "He ordenado que cuando muera se desvelen todos mis secretos"

Alemania 7,50€, Bélgica 5,40€, Finlandia 9,00€, Francia 5,90€, Reino Unido: $ 8B LB, Italia: 4,90€, Luxemburgo 5,90€, Portugal: Cont. 2,70€, Suiza: 9,40F.S.

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Méthode
Régénérante

Cuero cabelludo sano, cabello bonito.
Lucir un cabello bonito comienza con un cuero cabelludo sano.
Para un cabello denso y brillante y un cuero cabelludo sano y lleno de vitalidad. Actúa contra la caída y prolonga la fase de crecimiento capilar.

Todos los productos de La Biosthétique están disponibles en su salón La Biosthétique o en la tienda online www.labiosthetique.es.

PÁGINA **18**

JESSICA BUENO CUENTA SU INFIERNO JUNTO A JOTA PELETEIRO.

PÁGINA **84**

KATE MIDDLETON VUELVE A SONREÍR EN NAVIDAD.

4 Los Reyes, unidos con las víctimas en Valencia.

8 Bárbara Rey: su entrevista más incendiaria.

12 Alejandra Rubio y Carlo Costanzia ya son padres.

16 Iker Casillas y María José Suárez: su nueva cita.

20 Vicky Martín Berrocal se muda a su nueva casa.

22 Risto: cumpleaños junto a Grecia Castta.

30 Lydia Lozano: "Cuando me muera, mi sobrina desvelará todos mis secretos".

36 Lara Álvarez y Perico Durán, un amor de ida y vuelta.

38 Miguel Urdangarin y Olympia Beracasa, dos enamorados por Madrid.

40 Miki Nadal y Carola Escámez: nuevo cara a cara en los juzgados.

42 La Ordenatriz: "Mi marido me animó a dejar el trabajo para dedicarme a esto".

68 Sonia Martínez: así fue su infierno.

72 Carles Sans (Tricicle): "La gente paga para que le hagamos reír".

82 Richy Castellanos: "Soy de ver, oír y callar".

87 Carlos y Camilla brillan en palacio.

92 Carmen Martínez-Bordiú: el día que lo dejó todo por amor.

98 Así hemos cambiado: Álvaro Muñoz Escassi.

PÁGINA **88**

HIBA ABOUK, ESTRELLA DE LA ALFOMBRA ROJA.

y además no te pierdas...

*Especial recetas de Navidad**

3 fascículos únicos para coleccionar

*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

EL 8 DE ENERO VOLVEMOS CON NUESTRO COLECCIONABLE DE COCINA PROVINCIAL

Los Reyes, con las víctimas de la DANA

Presidieron la misa por los fallecidos en la riada en la catedral de Valencia, donde apoyaron una vez más a familias y afectados por el desastre

La Reina, reconfortando a un anciano.

LOS Reyes han vuelto a Valencia para rendir tributo a los 222 fallecidos y los cuatro desaparecidos tras la devastadora DANA del pasado 29 de octubre. Una misa celebrada en la catedral, con la que sumarse al emotivo homenaje y adiós por esas vidas perdidas bajo el agua.

Sus Majestades llegaron al templo sobre las siete menos diez de la tarde del pasado lunes, a cuyas puertas fueron recibidos por el arzobispo Enrique Benavent, entre los aplausos de las personas que aguardaban en la plaza. Don Felipe y Doña Letizia vestían de riguroso luto y les dedicaron unos breves saludos.

Los Reyes Felipe y Letizia, conmovidos a su llegada a la catedral de Valencia.

Una vez dentro, ellos se colocaron en unas sillas de honor a la izquierda del altar, mientras sonaba el Himno Nacional en el órgano.

Los asistentes esperaban en sus sitios sentados desde hacía rato. Alrededor de 400 familiares de las víctimas ocupaban la nave central de la catedral, sacando fuerzas de flaqueza y algunos portando fotos de sus seres queridos.

En otras filas se situaban muchas de las autoridades políticas, a excepción del presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, mientras fuera resonaban voces críticas por la gestión de la tragedia. El líder del Partido Popular, Alberto Núñez Feijóo, llegó tarde, por lo que tuvo que acomodarse después de los soberanos.

Los cálidos gestos de los Reyes para los 400 familiares los volvieron a acercar al pueblo. Hubo "Vivas" para ambos

Aunque también hubo algunos aplausos por parte de los ciudadanos, como los destinados a Juan Roig, presidente de Mercadona, que ha aportado ayudas económicas para los afectados.

A las siete en punto dio comienzo el servicio religioso. La imagen de la Virgen de los Desamparados peregrina fue trasladada desde la basílica hasta la catedral y colocada en el presbiterio, luciendo el crespón negro y el manto morado, que se utiliza en señal de duelo para situaciones de catástrofe.

Con su presencia, Sus Majestades representaban no solo al resto de españoles, sino también ese punto de consenso necesario ▶▶▶

LOS REYES, DE LUTO
Don Felipe y Doña Letizia llegaron a la catedral con gesto serio en una noche muy fría. Hubo aplausos y algún silbido entre los que esperaban fuera en la plaza.

Sus Majestades, intercambiando unas palabras con otras asistentes.

▶▶▶ tras los primeros momentos de caos. No se puede olvidar su primera visita a la localidad de Paiporta, donde les recibieron con insultos y barro, dejando imágenes insólitas, para acabar hablando de tú a tú con un pueblo lógicamente airado.

La segunda visita, unas semanas después, ya se produjo con más sosiego y diálogo, pese a reconocer que "todavía queda mucho por hacer", como declararon a diferentes medios presentes.

Los Reyes reiteraban entonces su deseo de "escuchar y acompañar" en la medida de lo posible. Y esa misma actitud fue la que les guiaba en esta misa.

Saludos sin prisa

Durante la homilía, el arzobispo de Valencia hizo un llamamiento a la unidad para hacer frente a las consecuencias de la DANA: "El sufrimiento se superará si juntos somos capaces de ponernos en pie... de unir nuestras fuerzas en favor de los más golpeados por la tragedia". De unidad ha hablado durante todo este tiempo el propio monarca.

Al cabo de algo más de una hora se dio por finalizada esta misa. Y antes de abandonar la catedral fue cuando los Reyes volvieron a dar lo mejor de sí mismos, cercanos, empáticos, afectuosos...

Inevitable un ambiente cargado de sentimientos, de la emoción, el dolor y las lágrimas de los que sufren la pérdida y las peores circunstancias. Don Felipe y Doña Letizia se dedicaron a hablar, saludar, besar y abrazar a muchos de los presentes. En definitiva, a confortar.

Los Reyes se mostraron unidos con todas las víctimas, sin olvidarlas, como prometieron en su día.

Olga Pérez / Fotos: Robert Smith, Casa de S. M. el Rey y EFE.

La Reina Letizia, en uno de los muchos abrazos que dio.

Al término de la misa, los Reyes pasaron más de media hora con los familiares de los fallecidos, consolándoles en su dolor, abrazándoles, besándoles y brindándoles palabras de ánimo y esperanza

Don Felipe y Doña Letizia volvieron a demostrar su solidaridad.

El Rey Felipe, muy afectuoso con una señora.

ROMPE SU SILENCIO

Bárbara Rey: "Me pude haber quedado embarazada del Rey"

La vedette habla por primera vez sin tapujos de su relación con el Rey Juan Carlos I y responde a las duras acusaciones de su hijo

HAN sido doce meses de silencio en los que asegura haber sufrido y llorado mucho. También de reuniones con abogados para interponer demandas contra quienes ella considera que han atentado contra su honor, su intimidad y su imagen. Pero Bárbara Rey (74) ha cambiado de estrategia y ha decidido responder a todos y a todas las polémicas. Declaraciones que no han dejado indiferente a nadie y con bombas tan incendiarias como: "Me pude haber quedado embarazada del Rey desde el primer día".

A tumba abierta, sin censuras, ni líneas rojas, la vedette ha hablado así, por primera vez, de su relación con el Rey Juan Carlos I (cómo, cuándo comenzó, y por qué terminó su historia o el supuesto chantaje al emérito), y ha respondido con dureza a las acusaciones de su hijo, Ángel Cristo jr., quien abrió la caja de Pandora hace ya un año, primero con una entrevista llena de reproches hacia su progenitora y, después, con las fotografías de su madre junto a Don Juan Carlos, que afirma haber hecho él mismo.

Desde Marbella, donde reside, y bajo el título de *Bárbara Rey: Mi verdad*, la vedette se ha sentado ante las cámaras de Telecinco (la misma cadena en la que su hijo hizo las duras acusaciones) para contestar a las preguntas del periodista Santi Acosta.

Precisamente comienza rompiéndose hasta las lágrimas hablando de su hijo: "¿Por qué me ha hecho esto? Me ha hecho mucho daño que mi hijo me deje como una mala madre, porque yo he dado la vida por él. Mi padre, junto con mi hijo, han sido los dos hombres de mi vida".

Don Juan Carlos dio instrucciones a un bufete de abogados para que analizara todas las partes en las que habló de su figura

Todos han estado pendientes de sus declaraciones, y también el emérito. Don Juan Carlos ordenó, según ha podido saber SEMANA, a un despacho de abogados que analizara cada una de sus palabras referidas a él. ¿Podría tomar algún tipo de acción legal?

Bárbara narra cómo fue su primer contacto con el Rey, en la primavera de 1977, cuando estaba en la cumbre de su carrera y era una de las mujeres más deseadas de nuestro país: "Tengo una amiga que se viene a vivir conmigo a mi casa y me dice 'Bárbara que te ha llamado el Rey'. Me pongo al teléfono y digo 'sí, dime, ¿quién eres?', y me contesta 'soy el Rey'. Yo dije 'vete a la mierda, déjate de gilipolleces'. Lo traté así. Entonces me dice 'te voy a dar mi número de teléfono, vas a llamar y dices que te pongan con su Majestad el Rey'. Llamo y me contestan: 'Zarzuela, dígame' En ese momento no me desmayé... Se pone y le digo 'perdóneme usted, ¿cómo lo llamo? Y me dice: llámame señor'. Después de hablar un poquito me dijo que le podía llamar Juan. Me pidió si me podía llamar al día siguiente y así empezamos, todos los días a las ocho de la mañana, luego por la tarde y por la noche. Eran conversaciones muy triviales. Cuando llevamos así un mes dice que quiere conocerme en persona".

SU HIJO DESTAPÓ EL ESCÁNDALO
Hace un año Ángel Cristo Jr. arremetió contra su madre y también fue el responsable de la publicación de las fotos de su madre con el Rey Juan Carlos.

Muy moderna, vestida de negro, con botas mosqueteras, Bárbara fue al Palacio de la Zarzuela, donde la recibió Sabino Fernández Campos: "El Rey, ▶▶▶

La vedette ha hablado por primera vez, sin censuras, de los asuntos más controvertidos de su vida.

Así narra su primer encuentro con el Rey emérito en el Palacio de El Pardo: "Cuando se lo pidió el cuerpo, que no tardó mucho, fue cuando me cogió de la mano y me llevó a la habitación"

¿Conocía Doña Sofía su relación con su marido? "A mí me dijo Sabino (en referencia a Sabino Fernández Campo) que sí. Si ella sabe mejor que nadie cómo es él"

▶▶▶ muy alto y guapo, estaba en su despacho. Yo podría cantar eso de Julio Iglesias 'lo mejor de tu vida me lo he llevado yo'. Me dio un medallón con los signos del zodiaco, que me dijo que no lo pusiera porque la Reina Sofía lo conocía. Cuando nos despedimos me dio un beso en la boca".

Y a partir de ahí llega su primer encuentro íntimo en el pabellón de caza del Palacio de El Pardo, un lugar que describe como triste, muy austero y hasta un poco siniestro, al que se refiere como 'la casa de Franco': "Si digo que a ese primer encuentro llego enamorada mentiría, porque yo no me puedo enamorar de la noche a la ma-

SUS HIJOS
La imagen de una Bárbara como amantísima madre saltó por los aires tras las acusaciones de su hijo. La vedette ha roto totalmente su relación con él, mientras cuenta con el apoyo incondicional de su hija, Sofía.

Bárbara Rey aseguró sobre su hijo entre lágrimas: ¿Por qué me ha hecho esto? Me ha hecho mucho daño que mi hijo me deje como mala madre"

ñana simplemente por hablar por teléfono. Me sigue llamando y me dice si nos podíamos ver y claro, ¿cómo le voy a decir que no? Me manda a una persona a buscarme, que es cuando conozco al príncipe Tchkotoua, y me dijeron que me pusiera un pañuelo en la cabeza y unas gafas. Llegamos a El Pardo, un poquito de conversación y cuando se lo pidió el cuerpo, que no tardó mucho, fue cuando me cogió de la mano y me llevó a la habitación. No era romántico".

Conversaciones

Allí, en las sucesivas visitas, fue testigo de las conversaciones telefónicas del entonces monarca sobre asuntos de Estado: "Le escuché muchas veces hablar de temas de petróleo. Hablaba un poco en clave, no sé si eran comisiones, yo no creo, no tengo ni idea. No me ponía a escuchar qué cosas decía del petróleo, a mí me parecía normal".

Al principio se veían muy a menudo, casi todas las semanas: "Las apetencias que podía tener a nivel sexual las satisfacia conmigo. No era nada generoso, nunca tuvo el detalle de mandarme a casa unas flores. Estuvo en China y me trajo dos cortes de vestido de seda".

Bárbara también habla del famoso chalet de la calle Sextante, en Aravaca, donde después pasaron a ser sus íntimos encuentros con el Rey: "No había absolutamente de nada. Luego me he enterado que para ellos, por lo visto, era un picadero. Allí tenía cámaras el CESID (antiguo servicio de inteligencia español) y nos graban todas las conversaciones y todo lo que hiciéramos en la casa. Viene él, cuenta todo lo que está pasando y me dice que si nos podemos ver ya en mi casa".

Y en ese día a día, según sus palabras, es cuando ambos protagonizan escenas de una vida cotidiana de una pareja normal: "Él me ayudaba a recoger la mesa". Sobre si había otras más, asegura: "La única relación que me confirmó fue la de Marta Gayá y también supe que estuvo con Nadiuska"

El chantaje

De las grabaciones que realizó de sus conversaciones con el emérito (empezaron en los 90 y terminaron en 1997), y por las que recibió durante años una gran suma de dinero se mostró tajante: "No lo llamaría chantaje, lo llamaría préstamo, y lo volvería a hacer si se volviera a comportar conmigo como lo hizo".

¿Sabía doña Sofía de esta relación entre su marido y Bárbara? Ella responde rotunda: "A mí me dijo Sabino (en referencia a Sabino Fernández Campo, jefe entonces de la Casa del Rey) que sí. Cuando estuve en una recepción estuvo hablando en un apartado conmigo y me preguntó por mis hjos. Ella sabe mejor que nadie cómo es él".

Vista con la perspectiva de los años, la historia que vivió junto a Don Juan Carlos no le ha dejado un buen recuerdo: "Me trató como una puta. A lo que hizo el Rey se le llamaba honor, hoy se llamaría acoso".

Bárbara también sorprendió al hablar del que fue su marido, Ángel Cristo, por el que dejó su relación con el Rey. Se conocían los malos tratos, pero en esta entrevista fue más alla al confesar unos hechos terribles cuando estaban separados: "Me forzó en varias ocasiones, bueno, no me forzó, me violó". ■

LA GRAN VEDETTE DE LOS 70

Bárbara Rey fue una de las mujeres más deseadas en la España de los años 70, cuando comenzó su relación con el Rey emérito. En 1980 se casó con Ángel Cristo, del que se separó en 1989, retomando de nuevo su historia con Don Juan Carlos.

SU HIJO Y SU NUERA, SUS ENEMIGOS

Ángel Cristo Jr. y su mujer, Ana Herminia, se han convertido en el gran azote de Bárbara Rey. Ambos han asegurado que están tranquilos y no temen nada de lo que dice contra ellos.

Alejandra Rubio y Carlo Costanzia se convierten en padres

La pareja, que comenzó su romance a principios de este año, ha dado la bienvenida a su primer hijo

La benjamina de las Campos se ha convertido en madre primeriza en un parto por césarea.

DESPUÉS de nueve meses de dulce espera, Alejandra Rubio y Carlo Costanzia han dado la bienvenida a su primer hijo: Carlo. La hija de Terelu Campos ingresó el pasado jueves 5 de diciembre en la Fundación Jiménez Díaz para dar a luz y hasta allí se desplazaron los abuelos: Terelu Campos, Alejandro Rubio, Carlo Costanzia y Mar Flores.

La madre de Carlo Costanzia no ha podido ocultar su felicidad ante la llegada del bebé. "Estoy muy emocionada. Están muy felices, os agradezco el interés. El bebé está sano y la mamá está bien", dijo. Unas palabras de lo más reveladoras que evidenciaN que, a partir de ahora, diciembre será uno

En un gesto de deferencia con la prensa y un día antes de recibir el alta, Alejandra Rubio y Carlo Costanzia salieron a las puertas del hospital Jiménez Díaz, en Madrid

Terelu Camos salía feliz tras visitar a su hija y conocer a su nieto recién nacido.

La modelo fue la encargada de confirmar la noticia del alumbramiento y también el nombre de la criatura

de los meses más importantes de su vida: "Es muy especial este día", ha continuado diciendo dejando claro que Alejandra Rubio y el bebé se encuentran en perfectas condiciones. Además, se ha mostrado encantada con nueva faceta de Carlo Costanzia como padre. Una ilusión que también comparte Terelu Campos. La mayor del clan ha alabado la actitud de su yerno y ha reconocido que se le cae la baba con la criatura. "Me siento muy orgullosa de mi hija y de Carlo. Han formado un tándem en un momento muy importante como es el nacimiento de tu primer hijo, maravilloso, sobre todo un tándem de amor, de ayuda, de compañerismo y eso ha sido fundamental", ha dicho. "Estamos muy contentos", ha dicho la pareja tan solo unas horas después de convertirse en padres. Alejandra ha desvelado que no ha sido un parto natural. "Ha sido cesárea al final porque fue un parto muy largo que acabó en cesárea, pero todo muy bien", ha explicado. La joven ha querido aclarar un rumor que circulaba sobre ella. En concreto, el verdadero motivo por el que se programó su parto. Y no, no es por la grabación de un documental como se había dicho, sino por una pura cuestión de salud. "El parto era programado porque he tenido una diabetes durante el embarazo.

Tras permanecer el fin de semana ingresada, Alejandra ya se encuentra en su domicilio y con la compañía de Carlo. Hasta allí se ha desplazado su madre y su padre, que no quieren perderse ni un solo momento del nacimiento del bebé. ■

FAMOSOS DESDE LA CUNA

Terelu Campos y Alejandro Rubio dieron la bienvenida a Alejandra Rubio en la Fundación Jimenez Díaz.

Mar Flores y Carlo Costanzia dieron a luz a su hijo Carlo en el hospital Belén de Madrid.

Si hay algo que tienen en común Alejandra Rubio y Carlo Costanzia es que son famosos desde el mismo día en que llegaron al mundo. Ella, perteneciente a uno de los apellidos más conocidos del mundo de la comunicación y él, hijo de una de las celebridades más destacadas del panorama social, fueron portada de las revistas del corazón desde el mismo día de su nacimiento. Terelu Campos y Alejandro Rubio presentaron a la recién nacida a la puertas de la Fundación Jiménez Díaz (la misma clínica en la que falleció María Teresa Campos y en donde Alejandra ha dado a luz a su pequeño) y por su parte, Mar Flores y Carlo Costanzia padre lo hicieron en SEMANA recibiendo en su domicilio a nuestra revista (aunque el bebé nació en la clínica Belén de Madrid). Ambos compartieron, no solamente su popularidad temprana, sino también la separación de sus respectivos padres, eso sí, mientras que la relación de Mar y Carlo es totalmente nula, la de Terelu y Alejandro es bastante buena. El destino ha querido que ambas sagas se hayan unido para siempre con el nacimiento de este niño. Un niño que se convierte en el legado de dos grandes estirpes de la presensa del corazón de nuestro país y del que estamos seguro no le faltará mimos y amor.

25N / DÍA INTERNACIONAL PARA LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.

CUESTIONAR AL AGRESOR,

NO A LA VÍCTIMA.

(016)
25N.

WWW.VIOLENCIADEGENERO.IGUALDAD.GOB.ES

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE IGUALDAD

La pareja salió a cenar con unos amigos, y los volvimos a ver cómplices y muy a gusto.

Ambos son adultos, están solteros y prefieren no poner etiquetas a su relación. Nosotros tampoco lo hacemos

EXCLUSIVA

Las imágenes de una nueva cita de Iker Casillas y María José Suárez

Si la semana pasada desvelábamos un encuentro entre el futbolista y la Miss, ahora descubrimos otro anterior

IKER Casillas y María José Suárez se han convertido en los nombres propios de estos días, después de que SEMANA sacara en exclusiva las imágenes de ambos teniendo una cita en Madrid. El exfutbolista y la modelo quedaron a cenar con unos amigos y posteriormente se marcharon solos en un taxi con destino a una conocida discoteca, donde se les perdió de vista. Una cita que ha dado mucho que hablar.

En SEMANA fuimos prudentes y no quisimos poner etiquetas a esta cita. Ni pareja, ni relación sentimental... Solamente destacamos las miradas y risas cómplices entre ellos. Pero disponíamos de información suficiente para asegurar que ni se trataba de un encuentro casual ni de algo ocasional. La información que manejaba esta revista era suficiente para que esas fotografías fueran algo más que muchas otras imágenes de viejos amigos que coinciden o quedan un día para ponerse al día. Como comenzábamos el reportaje, "sabíamos que se conocían desde hace años, pero hasta ahora no teníamos constancia de lo estrecha de su amistad, que parece haber ido a más en el último mes".

Más pruebas

Y así lo confirmó la propia María José quien, tras una sonrisa nerviosa en su primera intervención mientras daba largas para evitar decir algo que no debiera, reapareció al día siguiente, tras hablar con Iker, para decir que no tenían nada y que "es verdad que en las últimas semanas estamos coincidiendo más en Madrid". Justo lo que decía SEMANA, que no era la primera vez que quedaban en el último mes.

Y efectivamente tenemos la prueba de otra cita que han tenido Iker y María José en las últimas semanas, que es la imagen que pueden ver en este reportaje. Esta fotografía corresponde a un encuentro varios días antes del que publicamos la semana pasada. Aquí quedaron a cenar también con otros amigos en otro conocido restaurante de la capital. Y somos conocedores de que han existido otras citas de las que no hay prueba gráfica.

Por supuesto Iker y María José son solteros adultos que ejercen de solteros adultos y quedan como viejos amigos a cenar, tomar una copa o lo que surja, como demuestran las imágenes de la semana pasada y la que acompaña este reportaje. María José ha estado emparejada con Álvaro Muñoz Escassi los últimos tres años, pero a Iker Casillas se le ha visto con numerosas amigas y en situaciones cariñosas este tiempo, aunque siempre ha negado que hubiera nada. Como hace ahora.

Los seguiremos viendo

Recordemos que el que fuera portero del Real Madrid y la Miss España 1996 se conocen desde que él saliera con la guapa Eva González, gran amiga de María José. Pero esto no deja de ser una vieja amistad que no continuó cuando Iker y Eva rompieron en 2008, después de tres años de noviazgo, de forma abrupta y no de buenas maneras. De hecho, durante estos años nunca se había visto a Iker Casillas y María José Suárez juntos. Sin embargo, en el último mes se les ha visto juntos hasta en tres ocasiones. Y desde luego, si hacemos caso a lo que ha dicho la propia María José Suárez, los veremos "muchas más veces juntos". ■

DE PORTADA

La semana pasada, las imágenes de Iker y María José fueron portada de nuestra revista. Los programas de televisión y los demás medios se hicieron eco de la noticia, muy comentada.

Jessica Bueno cuenta su infierno junto a Jota Peleteiro: "Quiso deshacerse de mí internándome en un psiquiátrico"

La modelo sevillana relata por primera vez su dura ruptura con el exfutbolista, padre de sus dos hijos pequeños

La Miss Sevilla 2009 mantiene en la actualidad una relación con el cantante Luitingo, a quien conoció en *GH VIP 2023*.

ASEGURA que este último año ha sufrido un auténtico tormento debido a la batalla judicial mantenida con su exmarido y padre de sus dos hijos menores, el exfutbolista Jota Peleteiro (33), que la denunció tras tomar la decisión de dejar Bilbao y trasladarse junto a sus hijos a Sevilla, donde cuenta con la ayuda de su familia. "Yo no me podía mantener en Bilbao y le dije que solo quería que me pasara la pensión de los niños. Lo único que pido es que cumpla como padre, pero no se preocupa de si el cole está cubierto, si los libros están comprados, si les falta para comer, si tienen ropa, si se ponen malitos... Así es que le he denunciado por lo penal, porque eran tantas barbaridades... Me he tenido que gastar mucho dinero pagando cosas que eran responsabilidad de él. Por ejemplo, en el colegio me comunicaron que había una deuda muy grande y él me dijo que no se podía hacer cargo porque no tenía dinero... ¿Cómo puedes decir que no lo tienes para la pensión de tus hijos pero sí para irte de viaje, de compras, de vacaciones y a restaurantes?", contó Jessica Bueno (34) en *¡De Viernes!* (Telecinco).

"No me quería suicidar, pero necesitaba parar mi mente, dormir, descansar... Y me tomé unas cuantas pastillas"

Una complicada situación de la que la modelo asegura que está saliendo adelante gracias al amor y al apoyo del cantante Luitingo (34), su actual pareja, a quien conoció en *Gran Hermano Vip 2023* (Telecinco).

UNA DÉCADA JUNTOS

Tras comenzar su relación en 2013, Jessica Bueno y Jota Peleteiro pasaron por el altar en 2015. De su unión nacieron dos niños, que se unieron al hijo que la modelo sevillana había tenido fruto de su relación con Kiko Rivera Pantoja. Jessica y Jota se separaron en 2022.

Una mujer anulada

La diseñadora sevillana desvela que este suplicio comenzó tiempo atrás cuando empezó a sentirse anulada como mujer. "Me centré en la carrera de mi marido y dejé la mía de lado, viviendo por él. Hacía mucho por todos pero nadie hacía nada por mí *(llora)*".

Jessica confiesa que, aunque no estaba feliz, aguantaba porque no quería que se repitiera la historia que vivió tras su ruptura de Kiko Rivera (40), padre de su hijo mayor. "No quería volver a separarme de mis hijos y pelear por una custodia".

Las cosas fueron a peor cuando descubrió que su marido le era infiel. "Un día llegó a su empresa una nueva directora. Vi una foto, no me encajaba porque salía muy exuberante y le dije que tuviera cuidado de quién había metido en la oficina. Pero llegó el verano, vi unos mensajes entre él y esta chica con demasiadas confianzas y le pedí explicaciones. Él me dijo que cómo podía desconfiar en él. Luego se distanció de ella, pero no fue por mí. Y es que por entonces empecé a recibir anónimos, que ahora creo que eran de esta chica a la que acabó despidiendo, diciéndome que mi marido me estaba siendo infiel con otra chica de Ibiza. Yo le volví a pedir explicaciones y esta vez me mandó un mensaje diciéndome que estaba harto, que no aguantaba más y que quería separarse".

Según cuenta Jessica, desesperada, hizo algo que pudo haber tenido graves consecuencias. "Lo estaba pasando tan mal que quería dejar de pensar... Me sentía como si me hubieran tirado a la basura, desamparada, sola... No me quería suicidar. Necesitaba parar mi mente, dormir, descansar... Y me tomé unas cuantas pastillas. Cuando me desperté, estaba en el hospital y la solución para él era ingresarme en un psiquiátrico *(llora)*. Yo estaba mal por su culpa y él quería deshacerse de mí", confiesa muy afectada. ■

El camión de mudanza traladó los objetos más pesados.

Vicky Martín Berrocal se muda a su nueva casa

Tras un año profesional fabuloso, la diseñadora estrena la exclusiva residencia que se ha comprado en la zona norte de Madrid

NO hay ninguna duda de que, para Vicky Martín Berrocal, 2024 ha sido un gran año profesional en el que se ha consolidado como diseñadora de moda con la inauguración de una *boutique* en el madrileño barrio de Salamanca. Un estupendo año al que la sevillana está poniendo el broche de oro con la mudanza a la casa que se ha comprado en Madrid.

Se trata de una residencia situada en un distrito de la zona norte que, tras estar reformándola para dejarla a su gusto, ya está lista para entrar a vivir. Construida en 1969, la nueva casa de Vicky se encuentra en un exclusivo edificio de cinco alturas, cuyas viviendas están valoradas en alrededor de 1.500.000 de euros, según portales especializados, con pocos vecinos, portero, garaje y piscina. Cuenta con unos 200 metros cuadrados con cuatro habitaciones, cuatro baños y un amplio salón donde Vicky podrá recibir a sus amigos.

Nueva etapa

Como se puede ver en estas imágenes que les ofrece SEMANA, para hacer el traslado, Vicky ha contado con la ayuda de su hermana Rocío. Mientras que los operarios de la mudanza se encargaban de las cajas y enseres más pesados, las dos hermanas se ocupaban de trasladar maletas repletas de ropa y objetos que harán que la casa de Vicky se transforme en un hogar. Así, la sevillana deja atrás la etapa en la que ha estado residiendo en un piso de alquiler cercano al parque de El Retiro, en el que también ha sido muy feliz. ■

Su hermana Rocío le ha ayudado a hacer la mudanza.

Ambas hermanas están muy unidas.

La casa, valorada en alrededor de 1.500.000 €, cuenta con unos 200 metros cuadrados, cuatro habitaciones y cuatro baños

Risto Mejide celebra su 50 cumpleaños con Grecia

El publicista y la actriz siguen disfrutando de una tranquila relación

La pareja fue a comer a un restaurante madrileño y se les veía muy felices.

RISTO puede presumir de llegar a los 50 en un gran momento en todos los aspectos. Los acaba de cumplir y lo celebró con una tranquila comida en un restaurante madrileño en la mejor compañía, la de su nueva pareja, la actriz Grecia Castta (28). Fue a principios de noviembre cuando SEMANA desveló en exclusiva que el jurado de *Got Talent* estaba de nuevo ilusionado en el amor y quién era la joven que ocupaba su corazón. Unos días más tarde, en la gala de las Antenas de Oro celebrada el 16 de noviembre, la pareja oficializó su relación posando en público. Desde entonces, llevan su romance discretamente pero sin ocultarse ni ocultar su felicidad.

Fotos: Agencias

CELEBRATE WITH JÚLIA

Celebra la Navidad con Júlia. Descubre la más amplia selección de perfumería de autor y tus marcas favoritas de cosmética y maquillaje premium. Disponible en tiendas Júlia y en **perfumeriajulia.es**

Júlia

Mary de Dinamarca presume de tiara

● La recepción que ofrecieron los reyes daneses al presidente Egipto Abdel Fattah El-Sisi durante su visita oficial a Copenhague nos permitió ver a la reina en todo su esplendor y presumiendo de joyero. En la cena de gala del Palacio de Chrinstianborg, Mary Donaldson (52) estrenó la fastuosa tiara de diamantes rosa llamada Rosenstone, que anteriormente había sido un collar del siglo XIX.

Meghan Markle, estrella solitaria

● La duquesa de Sussex no pasó inadvertida en la gala solidaria de The Paley Honors, celebrada en un hotel de Beverly Hills y cuyo anfitrión era el millonario Tyler Perry, padrino de su hija Lilibet (3). Meghan Markle (43) apareció muy sonriente y con un impresionante vestido sin mangas de Oscar de la Renta. Llegó sin su marido, el príncipe Harry, quien se encontraba en otro acto en Nueva York en el que bromeó sobre los constantes rumores de separación del matrimonio: "Al parecer, mi mujer y yo nos hemos divorciado unas 10 o 12 veces", dijo entre risas.

El cálido y hogareño christmas de **Alberto y Charlene**

● Los príncipes monegascos han inaugurado las 'Navidades reales' siendo los primeros en publicar su felicitación navideña. Alberto (66) y Charlene (46) han posado junto a sus hijos, los mellizos Jacques y Gabrielle, quienes acaban de cumplir 10 años, vestidos de manera informal, sentados sobre una cálida manta junto a la chimenea y con el tradicional abeto adornado con bolas navideñas.

Rosa López arrasa con su concierto

● La cantante granadina ofreció uno de sus conciertos más emotivos y el primero como artista independiente en la sala Sol de Madrid. Rosa López presentó *FE*, su nuevo sencillo que, además, también da nombre a su nuevo perfume. La artista se mostró visiblemente emocionada y dedicó el concierto a su padre fallecido y a Iñaki, su pareja y confidente.

Pitt y Bardem, de celebración

● Aprovechando la celebración del Gran premio de Fórmula 1 de Abu Dabi, Brad Pitt (60) y Javier Bardem (55) rodaron una escena de la película *F1*, que ambos protagonizan, y en la que Brad da vida a un veterano piloto de carreras y el actor español al jefe de la escudería. Siguiendo la tradición, celebraron el triunfo regando con champán al público. La película se estrenará en junio de 2025.

Amber Heard, embarazada de nuevo

● La actriz texana dará un hermanito a su hija, Oonagh Piage (3). Tras su largo y polémico juicio de divorcio de Johnny Depp, Amberd Heard (38) se trasladó a vivir a Mallorca y luego a Madrid, donde reside actualmente junto a su pequeña y su pareja.

Robbie Williams, estrella en Madrid

● El cantante británico, de 50 años, recaló en Madrid dentro de la gira europea en la que está presentando su película biográfica *Better Man*, donde cuenta su infancia, su época de éxito con Take That en la década de los 90, su caída y su regreso a la industria musical.

Ilia Topuria y su novia, felices papás en la fiesta de los Premios AS

● El luchador hispanogeorgiano ha sido una de las estrellas deportivas del año por lo que recibió su merecido premio AS del Deporte. Topuria (27) acudió a recogerlo acompañado por su pareja, la empresaria venezolana Giorgina Uzcategui, con quien tuvo a su primer hijo en común el pasado septiembre, una niña a la que han llamado como su mamá.

Isabel Pantoja actuará en Starlite Christmas

● Del 12 al 31 de diciembre, Starlite Christmas vuelve a llenar de música la capital. Entre los artistas que actuarán en los pabellones 12 y 14 de Ifema destaca la presencia de Isabel Pantoja, el 26 de diciembre. Además, también actuarán Alejandro Fernández, Vanesa Martín, Niña Pastori, Il Divo, Grupo Frontera, Black Eyed Peas, Camilo, Mau y Ricky, Taburete y Estopa.

Raphael, Doctor Honoris Causa en Jaén

● La Universidad de Jaén ha investido Doctor Honoris Causa a Rafael Martos Sánchez, 'Raphael' (Linares, 1943), de quien el rector, Nicolás Ruiz, ha afirmado que con su incorporación al claustro de doctores de la UJA "entran en nuestra Universidad más de 60 años de cultura universal, de dedicación vital y de talento incuestionable".

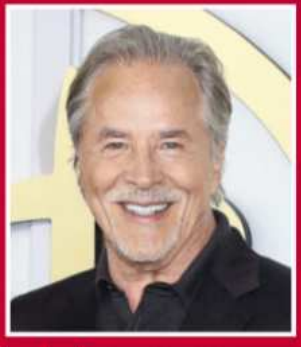
Foto: UJA

CUMPLEN AÑOS

54 CARMEN MORALES 12-12-1970

28 MIGUEL BERNARDEAU 12-12-1996

35 TAYLOR SWIFT 13-12-1989



75 DON JOHNSON 15-12-1949

Fran Rivera y Lourdes Montes
¿niño o niña?

● La pareja ya sabe el sexo de su tercer hijo y cuándo nacerá. "Otro trianero al mundo. Es para Semana Santa", ha dicho Fran. Lo que no tienen claro es el nombre. Lourdes decía hace unos días que le gustaba Marcos o Nicolás, pero Fran reconoce que "todavía estamos un poco indecisos".

Louis Ducruet,
y su mujer, padres de nuevo

● El hijo de Estefanía de Mónaco y su esposa, Marie Chavallier, han sido padres de su segunda hija, Constance, que nació el pasado 2 de diciembre. La pareja tiene otra hija, Victorie, de 20 meses, a la que bautizaron este mes de septiembre.

El fresquito 'look' navideño de **Katy Perry**

● La cantante estaba en Londres para participar en un concierto y al acabar se fue de cena con su novio, el actor Orlando Bloom (47). Hasta ahí todo bien. Lo curioso fue que Katy Perry (40), desafiando al frío, llevaba la misma ropa con la que había salido a cantar, un minimodelito en cuero rojo, con medias de rejilla y botas de peluche. Al volver al hotel, pudimos ver que Katy se había llevado del restaurante un souvenir decorativo, un pequeño árbol de Navidad...

Días para disfrutar

Sin renunciar a su elaboración artesanal ni a su calidad, la confitería Delaviuda renueva cada año su gama de productos y ha convertido al chocolate en la estrella de la Navidad

CASI un siglo después de su nacimiento en una pequeña confitería familiar en la provincia de Toledo, Delaviuda mantiene la calidad y artesanía de sus productos, ayudando a cuidar de las deliciosas tradiciones de toda la vida y adaptándolas a los nuevos tiempos. Convertida en una marca de referencia de la Navidad, Delaviuda amplía cada año su surtido de productos con referencias donde el protagonista es el chocolate.

Esta Navidad, el chocolate es la estrella en Delaviuda: las tradicionales marquesas se rellenan de chocolate; la icónica marca de batidos Cacaolat se une a los Panettones y a los turrones, al igual que las galletas lotus que se caramelizan en irresistibles turrones.

¡CHOCOLATIZA TU NAVIDAD!

Panettone de cacaolat. Incluye sobre de cacaolat para espolvoreal al gusto.

Marquesas de chocolate.

Turrón de chocolate con sabor a cacaolat. También en porción para granel.

Turrón de galleta caramelizada con galleta lotus.

La Confitería Delaviuda

Lydia Lozano: "Cuando me muera, mi sobrina desvelará todos mis secretos"

Asegura que no es nada vengativa ni rencorosa, pero lo cierto es que en sus memorias ha puesto a todos en su sitio. Esta es 'La venganza de la llorona'

LLEGA puntual, taconeando y saludando a todo el mundo con su habitual "¡Hola, ¿qué tal? Fenomenal". Tiene claro la ropa que se quiere poner y cómo le gusta el pelo. "Zamorano, ya sabes que no me gusta ir muy peinada. Déjame como si acabara de salir de un *after*", dice mientras suelta una de sus contagiosas carcajadas. Y mientras el estilista hace su magia, nosotros hacemos 'mesa camilla' con ella, comentando los temas más candentes del corazón. Así fue como, en tan solo cinco minutos, Lydia Lozano nos conquistó. Genio y figura.

Y es que hay rostros conocidos que en las distancias cortas no tienen nada que ver con la imagen que tenemos de ellos, pero no es su caso. Ella es tal y como se la ve en la tele. No hay trampa ni cartón. Sin embargo, solo tras conocerla uno comprende por qué conecta tanto con todo el mundo: recepcionistas, personal de limpieza, taxistas... Lydia te trata desde el primer momento con una familiaridad como si te conociera de toda la vida. Ese es su poder y el motivo por el que tantos famosos patrios le hayan confiado sus secretos.

Periodista de carrera y con una larga trayectoria en radio y televisión, en sus últimos años, su imagen se ha visto reducida, muy injustamente, a ser 'la del caso Ylenia Carrisi' y la llorona de *Sálvame*. En relación con la hija de Albano, ya ha pedido perdón hasta la saciedad, y en cuanto a lo de las lágrimas... ya se ha cansado de llorar, ha dicho basta y lo ha hecho en forma de libro: *La venganza de la llorona* (Ed. La Esfera de los Libros), en el que parte y reparte, dejando a cada uno en su lugar. Eso sí, sin rencores.

> "No aguanto que me llamen pija, eso de mantener las formas no va conmigo. Tengo una vena macarra destacable"

Ha llegado tu momento.

Bueno, ha habido muchos momentazos en mi vida. Cada nuevo proyecto, incluso, cuando hice aquella película con Arturo Fernández, lo ha sido. En el actual, estoy feliz con mi libro, en *Mañaneros* (TVE) y en *Ni que fuéramos Shhh* (Canal Quickie).

Nos referimos al momento de la venganza, al de plantarte y decir: "Esta soy yo".

Sí, pero además es que tengo mucho público joven para el que soy la de *Sálvame* y no saben todo lo que he currado. Incluso compañeros, como Kiko Matamoros, que es el que más me conoce, tiene que estar flipando. Yo no voy a una cena y digo: "He estado en la COPE, en RNE..."

Pero este libro es una especie de venganza, ¿te has quedado a gusto o se te han quedado cosas en el tintero?

Cuando repasé los capítulos, taché muchas cosas y no ha sido por miedo a demandas. Este libro es mi particular venganza hacia esas ▶▶▶

"He ido a muchas casas de personajes conocidos por Charly. Él siempre me pedía que, si hacía una guardia, me escondiera bien para que no se me conociera y que él no tuviera que dar explicaciones. Me decía: 'Tú di que eres bibliotecaria"

▶▶▶ personas para las que solo soy la que llora en televisión, pero no es contra la gente que me ha hecho daño. ¡No habría papel suficiente! *(risas)*. Yo quería contar mi vida profesional y, para ello, he tenido que hacer muchas llamadas a gente.

¿Como a quién?

A Agustín Bravo, por ejemplo, para comentar lo qué paso con Isabel Pantoja, que levantó el teléfono y me echó del espacio de Canal Sur en el que trabajaba, antes de cargarse el programa. Eso es muy fuerte, aunque no hablo casi de ella en el libro. No quería ser cruel... Eran otros tiempos, estaba en *Tómbola*, en Antena 3, en la radio, pero si tengo que alimentar a una familia, hubiera quemado Cantora *(risas)*.

¿A quién le has dedicado este libro?

A mi hermano Jorge, ya fallecido, que era una eminencia y tenía un sentido del

"Me he movido en todos los ambientes, en lo mejor y en lo peor, y eso no lo hacen los clasistas", asegura Lydia.

humor increíble. A Charly y a la periodista Yolanda Aguilar, que ha sido mi guía con el libro y también espiritual, porque, cuando se acabó *Sálvame*, yo solo decía: "¿Y ahora qué hago?". Y ella me dijo: "¿Quieres un plan de trabajo? Pues vamos a quedar por las tardes de 4 a 7 para hacer este libro". Ella es maravillosa.

¿Llegaste a pensar que se había acabado tu carrera?

Sí. Hace poco me dijeron que tenía síndrome de Estocolmo con *Sálvame*, pero lo que pasa es que me gusta sacar la parte positiva de todo. Lo que me ha dado *Sálvame* profesionalmente no me lo va a dar nadie. **Ahora me muevo** por un plató **como si fuera mi** casa.

No eres rencorosa.

Cero. Esto es una **venganza**, pero no **soy vengativa**.

Siempre se te ha tenido por una niña pija.

Para nada. **Me** aburre la **gente pija** y eso de **mantener las** formas y **la compostura** no va conmigo. **De hecho,** tengo una vena macarra destacable. Y lo de clasista, yo me he movido en todos los ambientes, en lo peor y en lo mejor, y eso no lo hacen los clasistas.

Tú siempre has defendido que el periodista tiene que patearse la calle...

Defiendo la calle e ir a las fiestas, pero yo ya conozco a muy poca gente. Ha cambiado mucho todo. Se siguen haciendo fiestas buenas y me llaman, pero ya me da pereza. Ahí me pregunto: "¿Me estaré haciendo mayor?". No, es que ya lo he hecho.

"Ir a las fiestas ya me da pereza. Conozco a muy poca gente de la que va", nos confiesa.

¿Tener amigos famosos no te limita a la hora de informar sobre ellos?

El que yo me haya guardado informaciones no significa que no haya hablado. Si hay un buen poso, esa amistad va a seguir siempre ahí. Por ejemplo, soy muy amiga de Lolita Flores y, cuando di el embarazo de su hija, se cabreó. Yo luego hablé con ella y se arregló. Otra cosa es traicionar a amigos, eso nunca. Mira, estuve invitada en la boda de Kike Sarasola en Lanzarote. El avión en el que íbamos 300 personas estaba lleno de famosos y de esa boda no conté nada, a pesar del salseo que hubo. Sé de gente que, teniéndolo todo pagado, dejó una cuenta enorme...

La confianza que tenías con Lola Flores es impresionante: le llevabas dinero al bingo, las revistas del corazón a su casa...

> "Yo di la noticia de la deuda de Hacienda de Lola Flores. Nadie me nombró, a pesar de que la noticia estaba firmada"

Nos reíamos mucho. Cómo comentábamos las revistas no tiene precio... Y ella sabía que podía confiar en mí. He estado en fiestas de Nochebuena en su casa.

¿Cómo eran esas Nochebuenas?

Mágicas. Imagínate una casa de La Moraleja y encontrarte allí con Almodóvar, Bibiana, Massiel, Guillermo Furiase, Antonio Flores, Lolita, el Pescaílla, Ketama. Cientos de famosos... Lo que más me gustaba es que allí no era periodista, sino una más.

Poca gente sabe que fuiste tú quien dio la exclusiva de su deuda de Hacienda.

Fue una exclusiva, pero la dimensión que tomó la noticia fue impresionante y nadie me nombró, a pesar de que la noticia estaba firmada. He dado muchas y muy buenas exclusivas.

Esa familiaridad que tenías con personajes como Lola es muy difícil de lograr en la actualidad...

Todo ha cambiado. Yo ahora no tengo un íntimo amigo famoso, tengo los de antes. A mí lo de internet y whatsApp no me gusta... Ya nadie te llama por teléfono ni en tu cumpleaños ni ▶▶▶

"En mi funeral, contaré la fuente de Ylenia, con quién he estado... Los secretos que me llevo a la tumba", dice la protagonista de *La venganza de la llorona* (Ed. La Esfera de los Libros).

▶▶▶ en Navidad, y yo a mi gente levanto el teléfono y la llamo. Por suerte, sigo teniendo relación con personajes como Colate y Sofía Cristo, que me cuentan cosas y yo sé cómo contarlas sin dañar ni la información ni al personaje. Ellos conocen con quién están hablando. Por ejemplo, yo sabía a dónde se iban de vacaciones Ana Guerra y Víctor Elías tras su boda y no dije nada, pero luego lo cuentan todo en internet.

Califícas como amigos a artistas como Camilo Sesto o Lucía Bosé, sobre cuya relación hablas en el libro.

Sí, fuimos muy amigos. La muerte de Lucía Bosé la di yo. Y Camilo, aunque tuvimos nuestros más y nuestros menos, también lo fue. Lo conocí cuando trabajaba en Marbella y la amistad continuó. Me acuerdo tanto de él cuando veo a su hijo... Cuántas veces me han dado ganas de llamar a esa puerta, pero pienso en qué me voy a encontrar y tampoco creo que le gustara a la madre, Lourdes Ornelas, de quien no quiero hablar.

Charly, por la familia de la que proviene y por su profesión de arquitecto, siempre ha estado muy bien relacionado socialmente...

Sí, el que tiene un libro es Charly. Cuando lo conocí, yo hacía guardias a famosos y flipaba. Por ejemplo, me decía: "Vamos a la casa de Cristóbal Martínez-Bordiú y José Toledo". He ido a muchas casas de personajes conocidos por él. Y podía pasar que íbamos a una fiesta de alguien y el día anterior le había hecho una guardia. Yo no salía entonces en televisión y era más fácil, por eso Charly siempre me pedía que, si hacía una guardia, me escondiera bien para que él no tuviera que dar explicaciones. Me decía: "Tú di que eres bibliotecaria".

Charly era amigo de Jimmy Jiménez-Arnáu...

Íntimo. Charly era novio de Merry Martínez-Bordiú y fue él quien le presentó a Jimmy. Con él me llevé una gran decepción... Jimmy se lo tomaba a coña, pero cuando una persona va a hablar de alguien como mi marido en un plató, que nunca ha hecho un *photocall* ni una entrevista, te duele...

"Con el tema de Ylenia Carrisi he dado un golpe en la mesa haciendo este libro. Lo pasé muy mal. ¡Se acabó!"

¿Y cuál ha sido tu mayor decepción?

Muchas, pero no me apetece contarlas, sobre todo porque ha habido demandas que, por cierto, he ganado.

Alguna has perdido...

Sí, Norma Duval me demandó y lo ganó, y en un programa acabó diciendo que me quería mucho, porque fuimos buenas amigas hasta que llegó un señor con el que se casó y dijo que había que demandarme. Creo que ella, en el fondo, está arrepentida.

Con Marta Sánchez tuviste mucha amistad, ¿qué pasó?

La gente se casa, se divorcia, se va a Miami, vuelve, hace otras amistades y tú ya eres de segunda división,

"Lo que me ha dado *Sálvame* profesionalmente no me lo va a dar nadie. Me muevo por un plató como si fuera mi casa".

aunque durante ocho años fui de primera. Pero la quiero mucho... Cuando los reporteros de calle dicen que qué mal se porta Marta, pienso: "Es que nunca tenías que haber quitado de tu vida a la de primera división". Yo le daba buenos consejos... Éramos buenas amigas. He dormido en su casa con mi marido para protegerla porque tenía unos okupas al lado.

Con este libro, dejas ya zanjado el tema Ylenia.

Sí, he dado un golpe en la mesa. Lo pasé muy mal. La gente no me critica porque me la colasen con la información, sino por haber seguido en el tiempo con ello, pero llegó un momento que no dependía de mí. Incluso, ahora, que yo ya no estoy en el tema, Albano me sigue nombrando. ¿Por qué no da caña a los periodistas que continúan con el tema? ¡Ya! ¡Se acabó! He llorado mucho haciendo este capítulo y también en el que hablo de *Sálvame*. Este libro ha sido mi venganza, pero no quería ser vengativa.

¿Y cómo estás ahora en *Ni que fuéramos Shhh?*

Lo pasamos muy bien, es como un *Sálvame* familiar. Como una cena en Navidad donde puede saltar la chispa, pero ni mucho menos es lo de antes. Yo ya estoy en otro punto, eso de levantarme y decir que me voy ya no. El día que me quite el micro no vuelvo a pisar el pisito, que es como llamamos a nuestro plató.

En el libro destapas romances, pero poco hablas de los tuyos...

No, porque no es una biografía de mi vida personal. ¡Uy, si escribiese mi vida! *(risas)*.

Seguro que habría relaciones que nos sorprenderían...

Sí, con dos. A uno nunca le hice una entrevista, pero era espectacular de divertido, majo... Al otro sí le entrevisté, pero no lo publiqué. Y no lo voy a desvelar hasta mi funeral. Se lo voy a dar todo a mi sobrina Nayra, que, como es abogada, me fio de ella y no lo voy a tener que lacrar. Contaré la fuente de Ylenia, con quién he estado... Los secretos que me llevo a la tumba *(risas)*.

¿Y ese baile que te pegaste con el entonces Príncipe Felipe?

Baila muy bien la bachata. Es que el Príncipe era amigo de amigos míos, como los Fuster. Recuerdo que, cuando le decían que estaba invitado, él siempre quería pagar.

¿Cómo te ves con Charly en estos próximos años?

Viajando. Este año solo me he ido cinco días a Tenerife porque me operaron dos veces en mes y medio. A Charly también le intervinieron. La foto de los dos en la misma habitación del hospital con pijama y suero vale oro *(nos enseña la imagen)*.

¿Y una asignatura pendiente profesional?

Conocer a Carolina de Mónaco, pero se me están quitando las ganas. Hannover se la cargó.

Matilde Molinero.
Fotos: Alberto Bernárdez.
Maquillaje, peluquería y estilismo: Manuel Zamorano.
Agradecimientos: Jot Madrid y Koker.
Lozalización: Hotel Canopy. www.hilton.com/en/hotels/madespy-canopy-madrid-castellana.

Lara Álvarez y Perico Durán, un amor de ida y vuelta

La presentadora y su actual pareja ya fueron novios hace 13 años

En 2011, Lara y Perico, durante su viaje a Roma.

Hace unas semanas, se mostraban así de felices en París, la ciudad del amor.

DICEN que segundas partes no son buenas, pero Lara Álvarez (38) piensa lo contrario. La guapa presentadora vive un gran momento personal junto al piloto Perico Durán (46), con quien hace unas semanas disfrutó de un precioso viaje a París.

Pero detrás de este romance ahora sabemos que hay más. Lara y Perico ya vivieron hace más de una década una bonita historia de amor.

Lo ha develado el propio Perico compartiendo unas antiguas fotos de un viaje a Roma con Lara y una frase de lo más reveladora: "Algunas historias están escritas para no terminar...". Lara ha contestado dando más pistas. "Madre mía... hace más de 13 años", dice la asturiana.

Ese viaje a la Ciudad Eterna en 2011 fue inmortalizado por una de las hermanas de Perico, que los acompañó. Entonces, ni él ni Lara estaban preparados, ni destinados, a estar juntos y, tras separarse, cada uno siguió su camino. Ahora, la vida les ha dado una segunda oportunidad. Él reparte su vida entre su trabajo como piloto de Iberia, su hijo (de una relación anterior), un libro que está escribiendo y, Lara, por supuesto. Mientras, ella prepara su regreso a la tele y disfruta de este amor. ■

Esta Navidad sorprende a los tuyos con regalos únicos

✦Cafetera Espresso Sienna. Con sistema Thermoblock garantiza un calentamiento instantáneo, mientras que su panel táctil facilita un manejo intuitivo.

✦Freidora de aire Heron Max. Con función vapor y doble resistencia, para lograr una textura crujiente por fuera y jugosa por dentro. Capacidad de 8 litros.

CON la Navidad prácticamente encima, la búsqueda de los regalos infalibles para nuestros seres queridos se convierte en una misión principal. Y es que dar con obsequios especiales y que de verdad sean útiles puede ser un auténtico reto. ¡Pero calma! Porque estas fiestas Ufesa, marca española de referencia en pequeño electrodoméstico, quiere facilitarte esa tarea con una cuidada selección de productos que se adaptarán a la perfección a las diferentes personalidades de todos los miembros de tu familia y amigos.

Para todos los gustos

Estas navidades Ufesa te invita a sorprender a los tuyos con una cuidada selección de regalos diseñados para todos los gustos y estilos: desde una cafetera para disfrutar de una experiencia barista en casa; pasando por un moldeador de cabello, para lograr peinados de forma rápida y como de peluquería; hasta una freidora de aire, para explorar nuevas recetas o dar primeros pasos en la cocina. ¿Más? Para los amantes del vino, un buen abridor será un detalle de éxito asegurado. **Estas Navidades acierta con Ufesa: regala experiencias, emociones y momentos inolvidables.**

✦Abridor Easyvac. Permite abrir la botella en segundos y conserva el vino durante más tiempo gracias a su bomba de vacío.

✦Moldeador Pro Glam Style. Su tecnología de efecto Coanda moldea sin calor extremo, cuidando el brillo y la suavidad del cabello. Con 8 accesorios.

Miguel Urdangarin y Olympia Beracasa, dos enamorados por Madrid

SE conocieron durante su etapa de estudiantes en Ginebra (Suiza) y lo que en principio comenzó como una entrañable amistad con el tiempo se ha convertido en una relación sentimental estable y consolidada. Y es que Miguel Urdangarin (22) y Olympia Beracasa (21), además de inseparables, están muy enamorados y son de lo más felices.

Así se puede ver en estas imágenes que les muestra SEMANA de la pareja disfrutando de un romántico paseo por Madrid, la ciudad donde surgió su amor el pasado verano tras cursar sus estudios universitarios en ciudades diferentes.

Tal y como se puede observar, acompañados por la mascota de la joven, Miguel y Olympia intercambian confidencias hasta que, haciendo un alto en el camino, se paran para fundirse en un apasionado beso.

Felices en Madrid

Olympia, nacida en Venezuela e hija del banquero y empresario Alfredo Beracasa y de la exmodelo norteamericana Elizabeth Kane, se encuentra muy a gusto en Madrid, donde cursó sus estudios de Comunicación y Medios en la IE University.

En cuanto a Miguel, que se licenció en Ciencias del Mar en Londres, también parece estar muy contento en la capital española, donde ya lleva residiendo desde hace algunos meses.

Muy integrados

Tanto Miguel como Olympia ya están muy integrados en las respectivas 'familias políticas'. Así se ha podido comprobar en las diferentes ocasiones en las que se ha podido ver a Olympia junto a la familia Urdangarin Borbón, entre ellas, en un partido de balonmano de Pablo Urdangarin donde coincidió con la novia de este, Johanna Zott, y la Infanta Cristina; en una salida por Madrid en compañía de 'su cuñada', Irene Urdangarin, y en el funeral de Juan Gómez-Acebo.

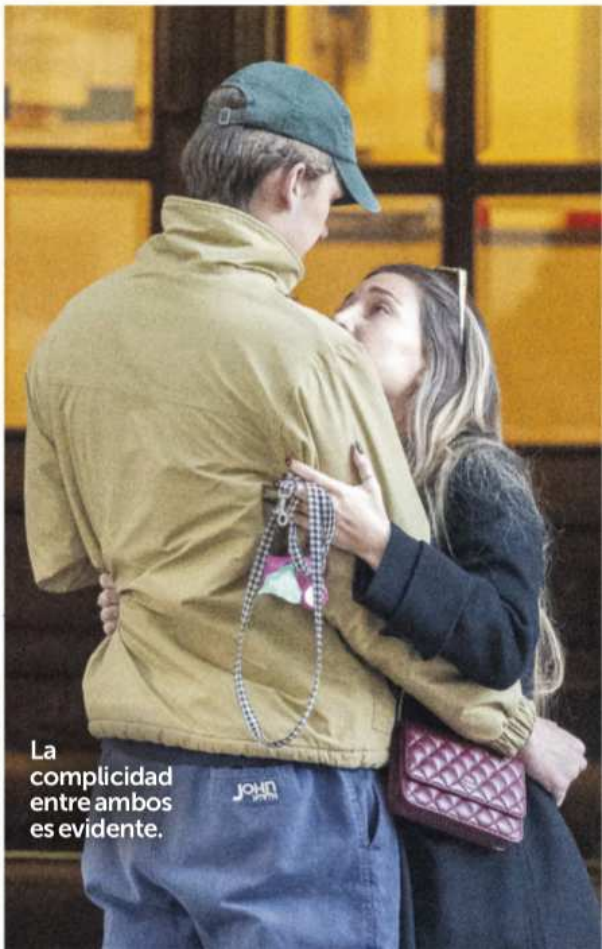
Agencias.

El hijo de la Infanta Cristina y la joven venezolana disfrutan de su relación sentimental, que cada día se consolida más

Ambos se encuentran muy felices residiendo en la capital de España y están muy integrados en las respectivas 'familias políticas'

La pareja se fundió en un apasionado beso.

Miguel ayudó a Olympia, a quien se le había metido una mota en el ojo.



La complicidad entre ambos es evidente.

CONFLICTO CONTINUO

Miki Nadal y Carola Escámez: nuevo cara a cara en los juzgados

La expareja se enfrenta por la manutención de la hija que tienen en común

HACE cinco años y medio rompieron su matrimonio y comenzaron una batalla legal que todavía continúa. Miki Nadal (57) y Carola Escámez (37) han vuelto a verse las caras ante el juez, en esta ocasión en los Juzgados de Familia de Madrid, por los problemas en la manutención y custodia de la hija que tienen en común.

El conflicto comenzó el pasado verano tras fallecer la madre de Carola y heredar esta su parte correspondiente. Entonces Miki interpuso una demanda para cambiar la cuantía de la manutención que cada uno debía aportar y, además, conocer la cantidad que había recibido su ex de esa herencia.

Tras no llegar a un acuerdo en las negociaciones y con las posturas totalmente enfrentadas, han terminado en el juicio, al que ambos han acudido acompañados de sus respectivos abogados, pero sin coincidir ni a la entrada ni a la salida del juzgado.

No es la primera vez que la expareja termina en los tribunales por sus discrepancias, desde que en junio de 2019 anunciaron su ruptura. Ese mismo año, Miki tuvo que cumplir 20 días de trabajos en beneficio de la comunidad al ser condenado por 'vejaciones leves' contra su ex.

El humorista y la tiradora olímpica se separaron en 2019 y desde entonces han estado pleiteando en los tribunales

Aunque los conflictos continúan, cada uno ha rehecho su vida sentimental. El humorista ha vuelto a ser padre en dos ocasiones junto a su actual pareja, Helena Aldea; mientras que la la tiradora es madre de otra niña, nacida de su segundo matrimonio con el entrenador Roberto Martín.

Europa Press

El humorista llegó al juzgado acompañado por su abogada.

La tiradora olímpica, muy seria.

DOÑA JIMENA

El Arte de la Confitería

www.turronychocolates.com

Doña Jimena

C/ Alcalde Juan Vallejo, 74
23660 Alcaudete (Jaén) - SPAIN

La Ordenatriz: "Mi marido me animó a dejar el trabajo para dedicarme a esto"

Es la gurú de la limpieza en España y sus trucos contra las manchas han revolucionado las redes sociales. Madre de siete hijos, dice que todo lo ha aprendido gracias al caos que se respira en su casa: "Soy despistada, pero lucho para ponerle remedio"

SOLO llega cuatro minutos tarde, pero se disculpa como si se hubiese retrasado una hora. Suponemos que para alguien cuya máxima es el orden, la puntualidad es básica. Con Begoña Pérez, alias La Ordenatriz, hablamos de esa obsesión por el orden, pero, sobre todo, de cómo una interiorista de 50 años y madre de siete hijos ha llegado a convertirse en una gurú de la limpieza pisándole los talones a la mismísima Marie Kondo.

Tiene casi dos millones de seguidores en redes sociales, una sección en *Y ahora Sonsoles* (Antena 3) y dos libros (*Limpieza, orden y felicidad* y *Los trucos de la Ordenatriz*) que dan buena fe de su increíble habilidad con las manchas. Pero, ¿quién es Bego? En SEMANA descubrimos a la mujer detrás del personaje. "Solo soy una mujer despistada madre de siete hijos que, con tanto movimiento en casa, sé que es muy fácil ir cuesta abajo. Sin embargo, con el tiempo he aprendido a quererme y perdonarme. Y eso, aunque no lo parezca, tiene mucho que ver con el orden y la limpieza". Palabra de Ordenatriz.

La Ordenatriz es un perfil de Instagram al que recurre todo aquel que necesita un truco de limpieza. ¿Cómo nace todo esto?

Pues fue pura casualidad. Todo empieza en 2017, cuando fallece mi padre. En esos dos años de duelo caigo en el desastre y en el desorden más absoluto y decido releer a Marie Kondo. A partir de ahí trato de ordenar mi vida y en marzo de 2019, tras ese proceso de duelo, abro una cuenta de Instagram pensando que igual que yo he aprendido a ordenar mi vida, puedo enseñar a otros que también lo aprendan si están en una situación vital complicada como lo estaba yo. En esas crisis vitales siempre hay un desorden mental y eso siempre se traduce en un desorden material.

¿O sea que todo arranca en marzo de 2019?

Sí, en ese momento me pongo a ordenar casas. ¿Pero qué pasa? Que en 2020 llega la pandemia y lógicamente lo de ir a ordenar casas se hace imposible. Es entonces cuando empiezo a contar en Instagram cosas que puede interesarle a la gente: arreglar ese cajón que no funciona, sacar un espacio para trabajar si no lo tienes... Pero ahí me seguían 500 amigos, que yo creo que lo hacían por obligación (risas).

¿Y qué pasó?

Pues que la gente empezó a hacerme preguntas y yo como loca a responder. Ahí es cuando empiezan a crecer realmente los seguidores. Yo, que tenía miedo de que nadie me hiciera caso porque era una mujer ya mayor, resulta que eso empieza a jugar a mi favor.

> La vida de La Ordenatriz cambia tras la muerte de su padre: "Durante el duelo caigo en el desorden más absoluto"

El fallecimiento de tu padre dices que es el punto de inflexión. Ahí se desordena tu vida, pero ¿qué te ocurría exactamente?

Bego antes trabajaba como interiorista en una empresa familiar.

Para mí lo gordo fue cuando se me empezaron a olvidar las citas médicas de mis hijos. Una cosa era que se me olvidase comprarles unos calcetines y otra que no recordara cuándo tenían que ir al médico. Ahí me di cuenta de que tenía muchos focos de desorden en mi casa. Los armarios super desordenados, compraba cosas nuevas porque no las encontraba... Un desastre.

En tu último libro dices que te es imposible responder a todo el mundo ¿Te sientes culpable por ello?

Por supuesto y sigo luchando contra esa culpabilidad. A mí me encanta contestar, pero ¿cómo respondo 1500 mensajes al día? Yo sé que esto la gente no se lo cree, pero es verdad: yo contesto aproximadamente entre 300 y 400 mensajes al día robándole tiempo a mis hijos, a las noches...

300 o 400 mensajes... ¿Eso cuánto tiempo es?

Un minuto por mensaje, o sea que son 400 minutos. Unas seis horas a las que tengo que sumar el tiempo que dedico a hacer los vídeos que no siempre salen a la primera. Lo que la gente ve en 1 minuto igual son 15 horas y dos lumbagias como me ha pasado con las faldas de fallera, que es que pesaban 15 kg cada una.

¿Qué ha pasado con esas faldas?

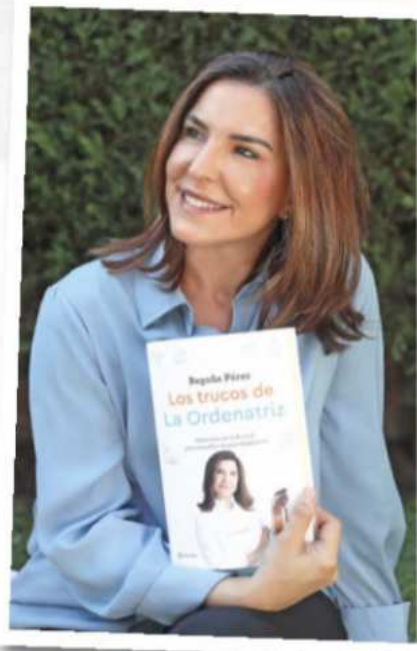
Pues que me cuentan que hay una chica que lo ha perdido todo tras la DANA de Valencia y me inciden en que lo que más le entristece es que va a perder sus trajes de valenciana, unos trajes muy especiales para ella. Resulta que estaban hechos de una tela que le regaló su padre y este había fallecido. Ante eso dije: "que me los dé, los tengo que recuperar".

¿Y los has recuperado?

Sigo trabajando en ello pero no los voy a dejar perfectos. Lo siento, pero no voy a poder porque me doy cuenta de que la seda no la puedo manosear más y lo siguiente ya es estropearlos. Pero creo que se los podrá poner.

Sigamos con tu vida. ¿En qué momento La Ordenatriz se come tu vida y tienes que renunciar a tu trabajo para dedicarte a Instagram?

Cuando empiezo a ganar dinero con esto. Llega un momento en que empiezo a dedicarle mucho tiempo, gano dinero y tengo que dejar mi trabajo como interiorista en la empresa que tenía con mi marido. ▶▶▶



NUEVO LIBRO
Bego ha publicado *Los trucos de La Ordenatriz* (Ed. Planeta), una especie de enciclopedia de la limpieza en la que se descubren todos sus trucos.

¿Y cómo se lo tomó él? ¿Fue fácil decírselo?

Él fue quien me animó. Él veía que estaba volviéndome loca y que empezaba a no estar al 100% en nuestro trabajo. Empezaron a llegar los plantones, los episodios de ansiedad... Y mi marido me dijo: "¿Tú te quieres dedicar a esto? Pues dedícate porque te está yendo bien". Al final él cree mucho en mí y fue el que me dio el empujón.

¿Descartas totalmente volver a tu vida de antes?

Siempre pienso que esto pasará de moda y que volveré a mi vida tranquila. Me regodeo en esa idea porque yo era feliz y echo de menos un poco tener tiempo para mí y los míos, pero ya llegará.

¿Tus hijos te reclaman tiempo?

Sí. Hay veces que estoy respondiendo mensajes y una de mis hijas pequeñas me dice: "Jo, mamá, haces más caso a tus seguidores que a tus propios hijos". Es en ese momento en el que le doy la vuelta al móvil.

Tus hijos no salen en tu cuenta, pero seguro que te lo han propuesto las marcas porque podría ser rentable.

Sí, así es. Me lo han propuesto y además han sido tentaciones gordas porque te dicen: "si salen tus hijos te pagamos el doble". Pero no hay dinero que pague mi cargo de conciencia. Yo necesito dormir bien y si saliesen no estaría tranquila. Lo siento, pero por ahí no transijo. Es una línea roja.

¿Y tu marido qué dice? ¿Ahora le conocen como el marido de La ordenatriz?

Sí, y dice "manda narices" (risas). Y yo: "Déjame, que yo nunca he sido Begoña hasta ahora". Nos reímos mucho con eso.

Bego, ¿te has hecho millonaria limpiando?

No. Yo pensaba que me iba a forrar, pero no (risas). Es más bien dejar un legado, escribir dos libros, conocer a gente interesantísima, hacer entrevistas como esta, que voy a salir en SEMANA, la revista que ha comprado mi madre siempre... Me estoy enriqueciendo en experiencias, pero no en dinero

"A veces mis hijos me dicen: 'jo, mamá, haces más caso a tus seguidores que a tus propios hijos", nos confiesa Bego

Para terminar, Bego, ¿Hay algún mueble o prenda que te hayas cargado y aún te duele recordarlo?

Sí, un traje que me regaló mi marido. Le quería quitar el olor axilar, puse bicarbonato y vinagre y el traje tenía forro y sabía que eso no se podía lavar, pero no lo pensé e hice unos rodales... Me cargué el traje, pero aprendí la lección.

Y venga, cinco productos que hay que tener en el armario. Solo cinco.

Jabón en pastilla es lo básico. Luego, bicarbonato, vinagre, percarbonato, alcohol y agua oxigenada.

Van seis, Bego...

Oh, no, venga pues entonces dejo el agua oxigenada, porque el percarbonato lo puede sustituir.

Marta Bolonio
Fotos: RaulPhotos

La Ordenatriz y su marido llevan 26 años casados. "Me apoya mucho y comprende mi trabajo", nos dice sobre él.

estilo y vida
www.semana.es
SEMANA

MODA
Obsesión por los cuadros

Copia los looks de Mariló Montero en Zara

BELLEZA
Prepara tu piel para las fiestas

TRUCOS
Tips para ahorrar mientras cocinas

Y ADEMÁS
Pasatiempos, ocio, regalos, horóscopo, recetas navideñas...

SALUD

EJERCICIOS CLAVE

para mantener a raya la artrosis

Obsesión por los cuadros

Este invierno los cuadros se reinventan para convertirse en los verdaderos protagonistas. Pero eso sí, olvídate de la discrección y atrévete con los estampados más llamativos y rebeldes

Sassa de Osma (36)

Combinados con pelo

Los abrigos con los cuadros más llamativos triunfan combinados con detalles de pelo en puños o cuello.

Olivia Palermo (38)

Con botas

Apuestas por un look total de cuadros junto a unas botas track con el clásico calcetín de rombos.

Ashley Roberts (42)

Sí al cuero

Lo dice el *street style*: los vestidos de cuero son los mejores compañeros de los abrigos de cuadros rojos.

Sarah Jessica Parker (59)

Meghan Markle (43)

Largo midi

Haz como la duquesa de Sussex e invierte en un abrigo por debajo de la rodilla en los eternos cuadros azul y verde. Solo necesitarás unos pantalones de pinzas negros y un bolso bandolera para lograr un estilismo todoterreno y muy chic.

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

escanéame

Un reloj oro es el broche final perfecto de cualquier look

▸Festina. 219€

▸Zara. 29,95€

▸Longchamp. (c.p.v)

▸Barra de labios Color Riche Nudes Of Worth, de L'Oréal Paris. 17,85€

▸H&M. 12,99€

▸Pitillos. 74,95€

LOS BOTINES DE CHAROL SON LOS MÁS BUSCADOS DEL MOMENTO, MEJOR AÚN SI INCLUYEN PLATAFORMA

Gala Gonzalez (38)

¿LA ÚLTIMA TENDENCIA EN LLEGAR AL ASFALTO? SUMAR A LOS JERSEYS DE CUELLO ALTO UN POLO DE MANGA CORTA POR ENCIMA

▸Parfois. 15,99€

▸Tous. 59€

▸Anou Anou. 35,28€

▸Victoria Beckham. (c.p.v)

▸Misako. 27,95€

▸Mango. 119€

Las botas setenteras son las mejores aliadas de las faldas midi de cuadros

Victoria Beckham (50)

La versión low cost de...

Los looks de Mariló Montero

¿Tienes la agenda llena de eventos prenavideños? Ficha en Zara estos 4 vestidos casi idénticos a los de Mariló Montero, y conviértete en la más sofisticada por muy poco dinero.

Vestido fruncido con cinturón.

▸Zara. 39,95€

Look asimétrico con mangas farol.

▸Zara. 29,95€

Combinación en blanco y negro.

▸Zara. 49,95€

Vestido lencero satinado.

▸Zara. 39,95€

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

DÍAS DE TRADICIONES
Mesa en familia

Las fiestas navideñas es la época en la que parecen aflorar los mejores deseos y compartimos mesa, tradiciones y suerte con nuestros seres queridos. Te proponemos algunas recetas para que sean momentos inolvidables

✳ **La celebración de la Navidad ('nativitas', nacimiento, en latín) en la cultura cristiana tiene un origen religioso,** ya que se conmemora el nacimiento de Jesucristo, el 25 de diciembre, una fecha fijada por la Iglesia a principios del siglo IV, casi coincidiendo con la celebración pagana del solsticio de invierno, el día 21 de ese mes. Sin embargo, antes de las fechas oficiales, en nuestro país, las fiestas navideñas empiezan con las vacaciones escolares (este año el viernes 20 de diciembre) y, sobre todo, dos días despues, el 22, con el sorteo del Gordo de la Lotería, por cierto, uno de los sorteos de este tipo más antiguos del mundo.

✳ **En nuestro país hay algunas tradiciones compartidas** con otros países pero también muchas exclusivas, por ejemplo, pedir el aguinaldo. Una costumbre en la que los niños van por las casas cantando villancicos a cambio de recibir el aguinaldo, una pequeña cantidad de dinero o dulces típicos de estas fechas. Otra de las tradiciones más arraigas es poner el Belén, tanto en las casas como en las tiendas y adornando calles. Otra de las costumbres españolas más antiguas es la celebración de la Misa del Gallo, el 24 de diciembre a las 12 de la noche, una vigilia para prepararse para el nacimiento de Jesús. Se llama así porque los antiguos romanos denominaban el Canto del Gallo al comienzo del día, a la medianoche, y así se quedó con el nombre de Misa de Gallo o Vigilia de Navidad.

Los dulces navideños

Casi todos los países y culturas tienen comidas especiales navideñas o ritos culinarios típicos de estas fechas donde las comilonas se suceden casi cada día. En ese sentido, España es muy rica y variada, cada comunidad tiene sus propios platos y recetas, aunque hay algunos "básicos" comunes a todos, sobre todo los dulces como los turrones (ahora de sabores casi infinitos), mazapanes, peladillas, polvorones, el tronco de Navidad y el Roscón de Reyes. Y, por supuesto, no olvidemos el cava, el champán, la sidra y los licores que multiplican su presencia en las reuniones culinarias.

✳ **Especialmente variados son nuestros dulces navideños,** muchos de ellos con Indicación Geográfica Protegida, es decir, productos originarios de un lugar determinado que poseen una cualidad concreta que los diferencia de otros similares. Por ejemplo, en el caso de los dulces navideños, cumplen este requisito, entre otros, los mantecados de Astorga (León), el turrón de Agramunt (Lérida), el turrón de Alicante y el turron de Jijona (Alicante), los mantecados y polvorones de Estepa (Sevilla), el mazapán de Toledo y los alfajores de Medina Sidonia (Cádiz).

✳ **También son imprescindibles en las largas sobremesas navideñas** otras delicatessen como las casadielles asturianas, la corona de la Almudena de Madrid, las yemas de Santa Teresa de Ávila, el guirlache de Aragón, las neuls de Cataluña, lo hojaldres de Torrelavega (Santander) y el Roscón de Reyes. Mención especial para el Panettone, de origen italiano pero ya un clásico de nuestra navidad.

RITOS NAVIDEÑOS: BELENES, ÁRBOLES, MERCADILLOS Y FLORES DE PASCUA

★ El Belén, que reproduce el nacimiento del niño Jesús y la llegada de los Reyes Magos, es una tradición que llegó a España desde Italia en el siglo XIV.

★ El árbol navideño tiene su origen en la mitología nórdica y fue aprovechado por el cristianismo. Se trataba de un pino o abeto de hojas perennes para simbolizar el amor eterno de Dios. Se adornada con manzanas en recuerdo del pecado original, y con velas, representando la luz del Cristo. Con el tiempo, las manzanas se transformaron en bolas y las velas en luces.

★ Los mercadillos navideños 'abren' sus puertas durante todo el mes de diciembre y son una excelente oportunidad para encontrar en sus casetas los regalos que buscamos.

★ La flor de Pascua era usada por los mexicanos para rituales que honraban a los guerreros caídos. En el siglo XIX llegó a Estados Unidos y de aquí a Europa.

Vasitos de gambas con aguacate

Preparación:

4 raciones / 30 minutos

Para la crema de aguacate: pela los aguacates, retira el hueso y extrae la pulpa. Coloca la pulpa en un bol grande.

En una sartén, calienta el aceite de oliva a fuego medio. Añade la cebolla y el ajo picados y saltea hasta que estén dorados.

En una licuadora o procesador de alimentos, añade la pulpa de aguacate, la cebolla y el ajo salteados, el yogur griego, el zumo de limón y el caldo de pollo o verduras. Licúa hasta obtener una mezcla suave y cremosa. Sazona con sal y pimienta al gusto. Si la crema está demasiado espesa, puedes añadir un poco más de caldo hasta alcanzar la consistencia deseada. Deja reposar la mezcla en la nevera.

Sirve la crema de aguacate en los vasitos individuales. Ir colocando las gambas cocidas mezclando con trozos de lechuga y termina decorando con perejil o cilantro.

Ingredientes:

- 500 g de gambas cocidas y peladas
- 2 aguacates maduros
- lechuga troceada
- 1 yogur griego natural
- 1/2 cebolla (picada finamente)
- 1 diente de ajo (picado)
- 1 limón (zumo)
- 250 ml de caldo de pollo o verduras
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- sal y pimienta al gusto

ESTE ES UN ENTRANTE FÁCIL DE PREPARAR, CON INGREDIENTES SENCILLOS E IDEAL PARA ABRIR BOCA

Sopa bullabesa de Navidad

Preparación:

4 raciones / 90 minutos

Preparación del caldo :
Se pone a hervir 1 hora la cabeza de rape limpia con los trozos verdes de puerro y perejil. Pasamos por un colador fino y reservamos en la nevera.

Para preparar la sopa:
En una cazuela sofreimos los trozos de calamar un par de minutos. Picamos fina la cebolla, puerro y zanahoria y vertemos en la cazuela. Añadimos el tomate, las hebras de azafrán y rehogamos.

Flambeamos añadiendo el coñac, dejando evaporar el alcohol y añadimos el fumet. Hervir durante 10 min. y agregamos el rape limpio y troceado. Transcurridos un par de minutos más hirviendo, añadimoslas cigalas, las gambas, los mejillones y las almejas (los abrimos con anterioridad por si tienen restos de arena o están malos).

Retiramos del fuego para que deje de hervir. En un mortero machacamos los dientes de ajos fritos, las almendras tostadas y unas hojas de perejil, consiguiendo así la 'picada´. Damos un hervor a todo entre 3 y 5 minutos.

Servimos en platos repartiendo los trozos de pescados y las cigalas decorando y servimos acompañando con costrones de pan frito.

Ingredientes:

- 100 g de rape
- 100 g de merluza
- 100 g de almejas
- 100 g de cigalas
- 100 g de gambas medianas
- 100 g de zanahoria
- 100 g de cebolla
- 2 puerros
- 3 tomates pequeños
- 100 ml de coñac
- 250 g de pan
- 2 dientes de ajo
- 40 g de almendras tostadas
- 4 g de azafrán

Para el caldo:

- 400 g de espinas y cabeza de rape
- 1250 ml de agua
- 1 puerro, la parte más verde

LA BULLABESA ES, BÁSICAMENTE, UNA SOPA ELABORADA CON DIFERENTES PESCADOS

Salmón relleno de almendras

Preparación:

4 raciones / 2 h. 25 min.

Precalienta el horno a 140 °C y pon una hoja grande de papel de aluminio de doble grosor en una bandeja para hornear grande. Coloca el pescado en la bandeja y frota todo con aceite de oliva, sal y pimienta. Corta el salmón horizontalmente para formar una cavidad.

Rallar finamente la ralladura de ambos limones y exprimir el jugo de 1 limón. Mezcla las hierbas, el pan rallado, la ralladura y el jugo de limón, la mantequilla y las almendras picadas. Condimentar con sal y pimienta.

Extiende el relleno sobre la cavidad, coloca el otro lado del salmón encima y espolvorea el relleno restante encima del pescado. Ata el salmón en un patrón entrecruzado con hilo de cocina. Envuelve el papel de aluminio sobre el salmón para hacer un paquete suelto pero herméticamente sellado.

Hornea durante unas 2 horas hasta que el salmón esté bien cocido. Deje enfriar completamente en el papel de aluminio.

Retira el papel aluminio y colócalo en un plato para servir. Adorna con perejil.

Ingredientes:

- 1 salmón entero; aprox. 1,8 kg
- aceite de oliva
- pimienta
- sal
- 2 limones orgánicos sin cera
- 1 manojo de perejil finamente picado
- 1 manojo de estragón finamente picado
- 30 g de pan rallado
- 60 g de mantequilla; derretido
- 75 g de almendras picadas

Para la guarnición

- perejil

EL SALMÓN, JUNTO CON EL BESUGO, LA LUBINA Y LA TRUCHA, SON PESCADOS MUY HABITUALES EN LAS RECETAS NAVIDEÑAS

Pato con salsa de cebolla

Preparación:

6 raciones / 2 h. 40 min.

Ingredientes:

Para los patos
- 2 patos, hasta 2 kg limpios
- 3 cdas de sal
- 3 cdas de azúcar
- 1 cdita de pimienta negra molida

Para la salsa de cebolla
- 2 cebollas rojas
- 3 cuch. de mantequilla
- 400 ml de vino tinto
- 1 cdita de fécula de maíz
- 400 ml de caldo de pato
- 1 cucharadita de pimienta negra molida
- sal
- 1 cuch. de vinagre balsámico

Además
- 1 col rizada pequeña
- 3 patatas
- 2 cucharadas mantequilla
- 100 g de almendras en copos

Mezcla la sal, la azúcar y la pimienta y frota los patos por dentro y por fuera. Coloca en una bolsa grande para congelar y deja marinar en un lugar fresco durante 2 días, volteando los patos varias veces.

Cortar la col rizada en tiras finas. Cocina en agua con sal con las semillas de alcaravea durante 2-3 minutos. Enjuagar con agua fría y escurrir.

Tres horas antes de servir, saca los patos de la nevera y déjalos reposar a temperatura ambiente 1 hora. Precalienta el horno a 180 °C arriba y abajo. Seca los patos y colócalos con la pechuga hacia arriba en el estante del medio durante unas 2 horas.

Mientras tanto, pela y pica las cebollas para la salsa y las sofríes en mantequilla durante 5 minutos a fuego medio, tapadas. Desglasar con 100 ml de vino y reducir hasta que quede cremoso. Repite el proceso dos veces. Mezclar el resto del vino con el almidón y verter con el caldo. Cocina a fuego lento la salsa hasta que esté cremosa. Sazonar con sal, pimienta y vinagre y reservar.

Después de 2 horas, aumenta la temperatura del horno a 225 °C y asa los patos durante otros 30 minutos para que la piel quede crujiente. Apaga el horno y deje reposar las aves durante 10 minutos con la puerta ligeramente abierta.

Para servir, acompáñalo de unas patatas fritas en gajo. Calienta la col rizada en 2 cucharadas de mantequilla y añade las almendras. Calienta la salsa de cebolla.

Separa las patas y la pechuga de los patos y emplata a tu gusto.

Bagatela de fruta y natillas

Preparación:

4 raciones / 40 minutos

Preparar el bizcocho: Corta el bizcocho en cubos pequeños y colócalos en el fondo de un recipiente grande de vidrio o en recipientes individuales.

Distribuye las rodajas de plátano y las frambuesas sobre el bizcocho. Vierte las natillas sobre las frutas y el bizcocho, asegurándote de cubrir bien todas las capas.

Batir la crema: En un bol grande, bate la crema con el azúcar glas y el extracto de vainilla hasta que se formen picos firmes. Extiende la crema batida sobre las natillas, creando una capa uniforme.

En una sartén pequeña, tuesta las almendras laminadas a fuego medio hasta que estén doradas y fragantes. Deja enfriar. Espolvorea las almendras tostadas sobre la crema batida. Refrigera el trifle durante al menos una hora antes de servir para que los sabores se mezclen bien.

Ingredientes:

- 1 bizcocho de vainilla (puede ser comprado o casero)
- 250 g de frambuesas frescas
- 2 plátanos (cortados en rodajas)
- 500 ml de natillas (pueden ser caseras o compradas)
- 300 ml de crema para batir
- 2 cucharadas de azúcar glas
- 50 g de almendras laminadas (tostadas)
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Unas hojas de menta fresca (para decorar, opcional)

EN GENERAL, SE DENOMINA BAGATELA A LOS POSTRES FÁCILES DE PREPARAR, PERO CON UN ASPECTO APETITOSO Y RIQUÍSIMOS

Fotos Coleccionable: Gtres y agencias

Tarjetas en el extranjero

La tarjeta es una opción de pago cómoda y segura para viajar pero es recomendable consultar las comisiones por extracción en cajero y cambio de divisa

LA tarjeta bancaria es la mejor opción para los viajes al extranjero, pero su uso puede encarecer inesperadamente las vacaciones. En países fuera de la zona Euro (de otros continentes, pero también de la UE que mantienen su propia moneda, como Bulgaria, Chequia, Dinamarca Hungría, Polonia, Rumanía o Suecia), el uso de la tarjeta suele estar gravado con comisiones que pueden llegar al 3% por cambio de divisa y hasta el 5% por extracción de dinero en el cajero. Es decir, sacar dinero en moneda local puede suponer un sobrecoste de hasta el 8%. **Es recomendable viajar con un par de tarjetas, priorizando la que tenga menos comisiones; de hecho, hay tarjetas libres de ellas.** Por eso, antes de salir de vacaciones al extranjero debe consultar en la entidad bancaria las comisiones aplicables al uso de la tarjeta en el país de destino. Porque existen alternativas, como las tarjetas sin comisión por cambio de divisa o por extracción en cajero, muchas de ellas gratuitas, aunque algunas están sujetas a limitaciones. Te proponemos algunas de ellas:

Abanca: asociada a la cuenta online Clara joven. Solo para clientes de hasta 35 años; y con un límite de hasta 5 extracciones al mes sin comisión.

Deutsche Bank: asociada a la Cuenta Nómina Más DB. Es preciso domiciliar una nómina de al menos 2.000 euros.

ImaginBank: asociada a la Cuenta Imagin. Sin requisitos ni comisiones.

Pibank: asociada a la Cuenta nómina, para quienes domicilien una nómina de al menos 1.000 euros.

Revolut: del plan Estándar. Cuenta y tarjeta virtual son gratuitas, si se quiere física cuesta 6 €. Gratis las 5 primeras extracciones al mes en cajeros hasta un máximo total de 200 € al mes. Comisión el fin de semana por pago en tienda con cambio de divisa.

Trade Republic: asociada a la Cuenta Online. Es una tarjeta virtual. Cobra una comisión por extracción si se sacan menos de 100 euros por operación.

Tarjeta Aitana del Santander: sin comisión por cambio de divisa para compras en moneda no euro. Carga el importe que desees, hasta 900 €. Comisión de mantenimiento 0 € el primer año y 10 € a partir del segundo. Si es para un menor, no tiene comisión.

N26: la gratuita no cobra comisiones extra por pagar en moneda extranjera sin límite de pago y puedes sacar dinero en cualquier cajero de la zona euro sin comisiones 3 veces al mes natural.

Recomendaciones

En los viajes al extranjero OCU recomienda viajar con una segunda tarjeta (por si fallara la que se usa habitualmente), priorizando el uso de la que tenga menos comisiones. También aconseja anotar los números de teléfono del banco, así como del emisor de la tarjeta en el país de destino (Visa y Mastercard) para anularlas en caso de robo o pérdida. Por último, recuerda que, en el caso de que la TPV del comercio ofrezca la posibilidad de pagar en euros, se rechace, porque el tipo de cambio suele ser elevado.

Dulce Navidad
Hechos en casa

No hay nada mejor para endulzar estas fiestas que estas galletas que puedes hacer en casa junto a los niños y que además les encantará

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

Galletas de mantequilla con forma de árbol de Navidad

12 PERSONAS 25 MIN

INGREDIENTES
- 2 cucharadas de aceite de girasol
- azúcar glas
- 3 cuch.de mantequilla
- 250 g de malvaviscos blancos
- 1 limón
- 100 g de arándanos
- 150 g de cereal crujiente de arroz

PREPARACIÓN

Engrasar 12 moldes de cono con un poco de aceite de girasol. Espolvorear con una capa uniforme de azúcar glas. Derretir la mantequilla en una cacerola grande a fuego medio. Añadir los malvaviscos.

Fuera del fuego, revolver en la cáscara de limón, los arándanos, y el cereal crujiente del arroz en ese orden.

Una vez completamente combinado, repartir la mezcla en los moldes preparados, alisando las tapas.

Colocar los moldes de cono en un estante de moldes y dejar que se establezcan hasta que estén firmes. Cuando estén listos para servir, sacar los árboles de sus moldes y servir con un ligero polvo de azúcar glas.

CLÁSICOS NAVIDEÑOS

Imprescindibles

El recetario español está lleno de dulces típicos navideños. Casi cada región tiene alguno singular, pero los hay comunes a todos. Desde los turrones y mazapanes hasta los polvorones y mantecados o las bolitas de coco y las frutas escarchadas sin olvidar el Roscón de Reyes y el Panettone.

Regionales

Entre los dulces regionales la variedad es casi infinita: la anguila del Tajo de Toledo (una especie de roscón), los roscos de vino típicos de Málaga y también de Castilla-La Mancha, el pan de Cádiz, el alfajor de Medina-Sidonia, las casadiellas de Asturias, el guirlache de Aragón, las truchas navideñas canarias (unas empanadillas dulces)...

Coronitas de navidad

6 PERSONAS 30 MIN

INGREDIENTES
- 50 g de mantequilla
- 150 g de harina
- 40 g de azúcar
- 1 huevo
- ralladura de ½ limón y de ½ naranja
- una pizca de canela
- frutas confitadas

PREPARACIÓN
Cortar la mantequilla fría en dados y mezclarla con la harina y el azúcar hasta que esté todo integrado como una arena fina. Añadir las ralladuras y la canela.

Incorporar el huevo e ir integrándolo en la masa hasta conseguir una bola suave que no se pegue. Dejar reposar en la nevera 30 minutos. Hacer bolitas del mismo tamaño.

Formar una corona con 8 bolitas y entre cada una poner un trozo de fruta confitada. Colocarlas en una bandeja de horno con silpat, pintarlas con la yema de huevo batida y hornearlas a 190ºC durante 15 minutos.

DA RIENDA SUELTA A TU CREATIVIDAD Y APROVECHA ESTAS FIESTAS PARA COCINAR EN FAMILIA

Galleta con nueces y pasas

80 UNIDADES 60 MIN

INGREDIENTES
- 1 taza de mantequilla
- 1 taza de azúcar blanco
- 1 taza de azúcar morena
- 2 huevos
- 4 tazas de harina
- 1/2 cucharadita de bicarbonato sódico

Relleno:
- 2 paquetes de pasas
- 1 taza de agua
- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 taza de nueces picadas

PREPARACIÓN
En un bol, batir la mantequilla y los azúcares hasta que esté suave. En otro bol batir los huevos, la harina y el bicarbonato de sodio hasta que la mezcla presente un aspecto cremoso y juntar ambos boles. Remover hasta que estén integrados. Dividir la masa en tres porciones. Envolver en plástico. Refrigerar 1 hora o hasta que esté compacto.

Para el relleno, coloque las pasas, el agua y el azúcar en una cacerola. Llevar a ebullición y bajar el fuego. Cocinar a fuego lento, sin tapar, hasta que las pasas estén tiernas y el líquido esté casi evaporado, echar las nueces y enfriar.

Estirar cada porción de masa sobre un rectángulo de papel encerado y cubrir con otro papel, meter en la nevera durante 10 min. A continuación, extender un tercio del relleno sobre cada rectángulo. Enrollar firmemente al estilo de rollo de gitano y envolver en plástico. Refrigerar hasta que esté duro. Precalentar el horno a 250º. Desenvolver y cortar la masa transversalmente en rebanadas Colocar sobre hojas de hornear engrasadas. Hornear de 10 a 12 minutos. Dejar enfriar sobre una rejilla metálica.

5 ejercicios para mantener a raya la artrosis

El ejercicio disminuye el dolor y mejora la movilidad de las articulaciones sin aumentar la inflamación. ¡Ponte manos a la obra y siéntete mejor!

LA artrosis es una de las enfermedades de las articulaciones más frecuentes en todo el mundo. Solo en España afecta a más de 7 millones de personas y, a nivel mundial, la artrosis de rodilla y de cadera son las patologías más extendidas y unas de las principales causas de dolor e invalidez. Ojo, lejos de lo que puedas imaginar, la inactividad física deteriora aún más la condición física de quienes la padecen, aumenta el dolor, y acelera la progresión de la enfermedad. Toma nota de los ejercicios clave para mantener a raya la artrosis.

Además de esta tabla de ejercicios, es aconsejable realizar 2 entrenamientos de bicicleta o natación por semana, ya que estas sesiones pueden reducir el impacto del trabajo sobre las articulaciones

Elevación de pierna en extensión

Tumbada de lado en una esterilla, apoya el brazo en el suelo y pon la mano en tu cabeza. Mantén la espalda recta, con los dedos de los pies apuntando hacia abajo. En esa posición, comienza a elevar la pierna de arriba apretando los músculos del muslo todo lo que puedas. Mantén la contracción 5 segundos. Con el muslo aún apretado, baja lentamente y relaja.

✓ Haz 2 series de 10 repeticiones con cada lado.

Zancada

De pie, con los pies ligeramente separados y el tronco erguido, adelanta un pie y baja hasta que el muslo forme un ángulo de 90º con respecto a la rodilla. En esa posición junta las manos por detrás de tu espalda y tensa el abdomen. Aguanta así 10 segundos.

✓ Repite 3 series de 4 zancadas con cada pierna.

Piernas en rombo

Siéntate en el suelo con la espalda recta, el abdomen contraído y el cuello totalmente relajado. Dobla las rodillas en forma de pirámide y júntalas. A continuación, ve separándolas poco a poco hacia los lados. En esa posición coloca tus manos en los pies y aguanta 15 segundos.

✓ Repite 6 veces el ejercicio.

Estocada con manos en el suelo

De pie, adelanta una pierna y flexiona con suavidad la rodilla. A continuación, adelanta también tus brazos y apoya las manos por completo en el suelo. Aguanta en esta posición durante 15 segundos.

✓ Haz 3 o 4 repeticiones con cada pierna.

Rodilla al pecho

Túmbate sobre una esterilla boca arriba, con los pies apoyados en el suelo y las rodillas dobladas en forma de pirámide. Desde esta posición lleva una rodilla al pecho (con la ayuda de tus manos), y a la vez estira bien la otra pierna. Mantén esta posición de estiramiento durante 15-20 segundos y cambia de pierna.

✓ Haz 3 o 4 repeticiones con cada lado.

El control temprano de la inflamación: clave en la artritis reumatoide

PORTAVOZ: Laly Alcaide, Directora de ConArtritis (Coordinadora Nacional de Artritis)

La artritis reumatoide es una enfermedad autoinmune. Generalmente, el sistema inmunitario ayuda a proteger el cuerpo de una infección o de una enfermedad, sin embargo, en la artritis reumatoide el sistema inmunitario ataca por error el tejido sano de las articulaciones. Aunque la causa exacta de esta dolencia es desconocida, se cree que está relacionada con factores genéticos, aunque también hay que destacar que las mujeres son más propensas que los hombres a desarrollar esta enfermedad, y que se presenta con mayor frecuencia entre los 45 y los 55 años.

Ojo a los síntomas

Los síntomas principales de la artritis suelen caracterizarse por dolor agudo en las articulaciones que, en muchas ocasiones, aparece acompañado de inflamación en la zona. Además, es habitual que el paciente experimente rigidez e inmovilidad, lo que puede afectar a la práctica de sus actividades habituales. Por lo general, las articulaciones que se inflaman con más frecuencia son las muñecas, los dedos de las manos y de los pies, los codos, los hombros, la cadera, las rodillas y los tobillos.

La detección precoz es esencial

Debido a que se trata de una enfermedad crónica, es fundamental detectarla a tiempo. Y en este sentido, controlar de forma temprana la inflamación asociada a la artritis reumatoide es esencial. ¿El motivo? La actividad inflamatoria mantenida en el tiempo favorece la progresión de la enfermedad y, por consiguiente, incrementa el impacto en la calidad de vida de las personas. Por ello, es fundamental estar alerta a ciertos signos, como la rigidez matutina, la inflamación articular, la fatiga persistente y la debilidad muscular.

Cada día cuenta

«Reconocer los síntomas y comunicarlos durante la consulta médica es esencial para obtener un diagnóstico preciso. Cuanto más rápido se diagnostiquen los primeros síntomas y se inicie el tratamiento adecuado, mejor será el control de la enfermedad», explica Laly Alcaide, Directora de ConArtritis (Coordinadora Nacional de Artritis). Recuerda que cada día cuenta cuando se trata de controlar esta enfermedad y preservar la salud articular.

EN CIFRAS

LA ARTRITIS REUMATOIDE AFECTA A UNAS 400.000 PERSONAS EN NUESTRO PAÍS

TRES DE CADA CUATRO PERSONAS CON ARTRITIS REUMATOIDE EN ESPAÑA SON MUJERES

Prepara tu piel para las fiestas

No queda nada para que dé comienzo la época más mágica del año. Atenta, si quieres presumir de una piel perfecta esta próxima Navidad, esto es lo que tienes que hacer ahora

2 trucos infalibles

✓**¿Te gustaría deshacerte de los puntos negros antes de Navidad?** Prueba a exfoliar tu piel con la mezcla resultante de un poco de bicarbonato, jugo de aloe vera y unas gotitas del zumo de un limón. Solo tienes que aplicar este exfoliante casero en el rostro, masajear suavemente durante un par de minutos, y aclarar bien con agua tibia.

✓**¿Tu problema son los poros dilatados?** Apunta este tip: después de limpiar tu rostro por la mañana, prueba a deslizar sobre él un cubito de hielo envuelto en una toalla. Este gesto te ayudará a cerrarlos y dejará tu piel lisa y muy suave.

LAS navidades están a la vuelta de la esquina, y seguro que quieres estar radiante en todos tus eventos. Sin embargo, el estrés diario, el frío, la contaminación o los cambios de temperatura acaban haciendo mella. No te preocupes, solo necesitas un pequeño ritual para resetear tu rostro y brillar como nunca estas fiestas: preparar bien tu piel. ¡Apunta!

1 Hazte un *peeling*

Básicamente lo que logra un *peeling* es exfoliar las capas externas de la piel. De esta manera se consigue eliminar impurezas, reducir el tamaño del poro, luchar contra las manchas, y combatir pequeñas arrugas. **Para ello, prueba a utilizar alfa hidroxiácidos (AHA), como el ácido glicólico o el láctico.** Aunque si tienes la piel sensible los ácidos escogidos tendrán que actuar de manera superficial y ligera. En estos casos suelen funcionar bien los derivados de las frutas como la papaya o la piña, ya que ofrecen una alternativa más suave.

2 Apuesta por la vitamina F

Aunque quizás no sea tan conocida como otras, la vitamina F desempeña un papel crucial en la salud de la dermis y en el cuidado de las pieles maduras. Al estar formada por ácidos grasos, esta vitamina forma una barrera protectora que no solo ayuda a retener la humedad, sino que también protege a la piel de las bacterias y otras partículas irritantes, lo que es fundamental para mantener el rostro suave y flexible. Además, la vitamina F también ayuda a reducir la inflamación y el acné. Incorpórala desde ahora a tu rutina de

▸Ampollas despigmentantes Bio10 Forte, de Bella Aurora. 32,95€

▸Revitalising Capsules, de La Biosthetique, revitalizan y cuidan la piel. 102€ (60 cápsulas).

NO OLVIDES LIMPIAR BIEN TU PIEL, SI TIENE CÉLULAS MUERTAS, SE VERÁ MÁS APAGADA

▸Ampollas efecto peeling Revitalift Laser, de L'Oréal Paris. 15,10€

▸Crema multi-acción Skin Repair Vitamina F, de Farma Dorsch. 44€

▸Peeling Resurfacing Black Peel, de Sensilis. 34€

cuidado con sérums y cremas. **Lo mejor de todo es que es compatible tanto con la vitamina C como con el ácido hialurónico,** por lo que se pueden aplicar juntos para un mayor efecto sobre la piel.

3 Ríndete a las ampollas

Gracias a la concentración de activos de sus nuevas fórmulas, los resultados de las ampollas en la piel (tanto inmediatos como a medio y largo plazo) están garantizados. Por supuesto, cumplen con el efecto fundamental de todos los tratamientos de belleza, la hidratación, pero lo hacen de manera mucho más profunda e intensa y, además, solucionan de forma inmediata y duradera otras necesidades concretas de la piel: falta de luminosidad, poros dilatados, líneas de expresión... Lo ideal es aplicar media ampolla por la mañana y la otra media por la noche, siempre de manera uniforme sobre la piel limpia de la cara, cuello y escote. Se pueden utilizar en lugar del sérum si tu piel es mixta o grasa, o después si es normal o seca, pero siempre antes de la crema hidratante. **También algunas marcas presentan las ampollas en packs para ser aplicadas durante una semana o 15 días.** Una opción perfecta para conseguir una piel impecable justo antes de Navidad.

CONSULTORIO DE

Carmen Navarro

PIEL DE IMPACTO

El objetivo está claro: conseguir que nuestra piel luzca hidratada, jugosa y espléndida. Y para conseguirlo nada mejor que incorporar una rutina al estilo de los tradicionales calendarios de adviento. En Carmen Navarro os proponemos hacerlo por semanas hasta que se aproximen las fechas clave, momento en el que pondremos el broche de oro con un tratamiento revitalizador sublime.

Dando por hecho que los hábitos de limpieza facial diarios los cumplimos de manera disciplinada, aconsejamos potenciar la regeneración y la hidratación de rostro, cuello y escote con un tratamiento intensivo de ampollas de soja. Su efectividad se la debemos a que su formulación, centrada en la alta concentración de sus principios activos, nos permite dar a nuestras células el empujón que necesitan. Es tan fácil como aplicar (con el rostro limpio y liberado de toxinas) el contenido de una ampolla, repartido mañana y noche. Cuando días más tarde llegue el momento del maquillaje, no olvides guardar la última ampolla del cofre para prolongar su duración, su efecto *glow*, y un efecto lifting de impacto.

La semana previa al comienzo de las fiestas llega el momento de regalarte un tratamiento en cabina. 'NB Ultimate Lift' by Carmen Navarro es la experiencia de belleza revolucionaria ideal para apagar el estrés, resucitar la piel y dejarla preparada para los días que están por venir. Con este protocolo, basado en la cosmética de Natura Bissé, y cuya experiencia se disfruta en su burbuja capaz de aportar a nuestra piel aire puro al 99.995%, conseguimos una experiencia detox inigualable. Los resultados son inmediatos: una piel visiblemente renovada y libre de impurezas, mucho más luminosa e intensamente hidratada. Por todo ello, se convierte en un tratamiento reparador ideal para antes o después de las fiestas de Navidad.

SÍGUELA EN SU BLOG:

www.semana.es

Pavo, no solo en Navidad

- **Bajo en calorías y en grasas,** ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares y a controlar el peso.
- **Es rico en proteínas** que favorecen al organismo a reparar y producir nuevas células, manteniendo la salud de músculos, piel uñas y cabello.
- **Es una fuente de triptófano,** aminoácido esencial que ayuda a sintetizar las proteínas y aumenta la producción de serotonina en el cerebro lo que crea una sensación de bienestar.
- **Sus vitaminas (abundan las del grupo B)** son muy buenas para la producción de energía de larga duración. Estimula el sistema inmunológico.

BELLEZA

Cabello nutrido

Estas Navidades luce un cabello sano y nutrido con esta mascarilla compuesta por: 1 zanahoria, 1 cucharadita de aceite de coco, 1 aceite de oliva y 1 de miel. Bate bien, deja actuar durante 30 minutos y lava con tu champú habitual.

REMEDIO EFICAZ

JENGIBRE CONTRA LAS MALAS DIGESTIONES

Si tras las copiosas comidas navideñas tienes reflujo, tómate una infusión de jengibre. Tiene un efecto estimulante del páncreas que aumenta las enzimas digestivas.

Elimina las manchas de pintalabios

DENTÍFRICO O POLVO DE TIZA

Para eliminar las manchas de carmín de las servilletas, aplica un poco de dentífrico o polvo de tiza, deja reposar 30 minutos y lava de la forma habitual.

NIÑOS

Fiestas seguras para los niños

1 Atención con los adornos
Las bolas son muy atractivas para ellos, pero también peligrosas. Crea un espacio infantil con adornos adecuados para que jueguen libremente.

2 Los peligros eléctricos
No pongas a su alcance guirnaldas ni enchufes. Y no deben acercarse al horno o a recipientes calientes mientras cocinamos.

3 Sujetar el árbol
Para que sea seguro, debe tener una base firme, o si no, átalo por la copa a un lugar estático.

4 Cuidado con el menú
Para ellos, es época de probar nuevos sabores, pero cuidado con los alimentos crudos y las intolerancias.

HOGAR

Tips para ahorrar mientras cocinas

✓ **Minimiza la apertura de la puerta del frigorífico y del congelador** para evitar la pérdida de energía. Además, mantenlo libre de hielo para reducir su consumo de energía.

✓ **El horno pierde un 25 % de energía** cada vez que lo abres. Evita hacerlo y aprovecha el calor residual para terminar de hacer el plato. También debes aprovechar el calor residual de la vitrocerámica.

✓ **No pongas el lavavajillas** hasta que no esté completamente lleno y utiliza programas eco.

✓ **Decántate por la olla exprés en lugar de la convencional** ya que requiere menos tiempo de cocción.

EJERCITA TU MENTE

Pasatiempos de Navidad

AUTOBLANCO

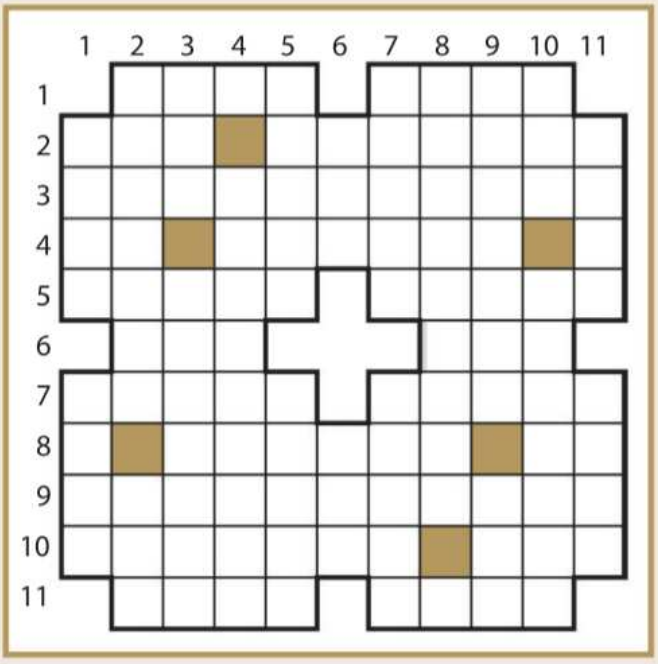
Al resolverlo, deja 22 cuadros en blanco	CANCIÓN DE ARRULLO / ERUDITA / LO QUE SE INGIERE	OBRA DE VIRGILIO / UN ESTADO DE EEUU / FORMÁIS ERAS	SÍMBOLO DEL CARBONO / PROVENGA / LAVATIVA / EDUCACIÓN INFANTIL	ÉPOCA / RELATO MÍTICO / ARTÍCULO / HAGAN RIMAS	NOMBRE DE LA PERIODISTA DE LA FOTO	EJEMPLO / RÍO ASIÁTICO / ROSQUILLA / ABREVIATURA DE "SANTAS"	ROSADO / PIADOSA / DIMINUTIVO DE "TÍO" / NOMBRE DE LETRA	LOS DE AHÍ / MEDIE EN UN ASUNTO / LÍNEA DE INTERNET / PRIMERA VOCAL	HACER LABORES DE SANEADO / NOMBRE DE VOCAL, PL. / HICIERAIS AL HORNO
BOLSAS DE ASEO									
PREFIJO PRIVATIVO / PICAJOSA									
ESTADO ASIÁTICO / SONIDO									
EN INGLÉS, AIRE / PERCIBIESE CON LA VISTA									
JUEGO DE FICHAS / LA MÁS ABIERTA DE LAS VOCALES									
COLMAD / EN LOS COCHES DE TURQUÍA									
SÍMBOLO DEL ÁREA / NATURAL DE ETIOPÍA									
CIERTO RECIPIENTE / FURIA, VIOLENCIA									
ACCIÓN DE IR / HAGA TRAZOS									
TIPO DE PILA ALCALINA / PREFIJO QUE SIGNIFICA "FUERA" / MATR. DE ISLANDIA									
CONGELASTE									
ÁTOMO CON CARGA / UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS / UNA PREPOSICIÓN									
SÍMBOLO DEL NITRÓGENO / YERROS DE ESCRITURA									
QUEJARSE, LAMENTARSE / TIPO DE POEMA									
EXISTÍAMOS / ABREV., SEÑOR									
SIGLAS COMERCIALES / TAPIZA									
DESDOBLEN, EXTIENDAN / PRIMERO									
DE ESTA MANERA / OSOSAS									

CRUCIGRAMA

Nº 2.822

HORIZONTALES

1: Toma alimentos. Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol.
2: Sistema de televisión. Cría macho de la vaca.
3: Acción de orientar.
4: Símbolo químico del selenio. Aves palmípedas de cuello largo.
5: Hace un tatuaje. Líquido secretado por la uretra.
6: Abreviatura de "señora". Dueño, propietario.
7: Principio activo del té. Ladrillo de barro.
8: Tipo de flautín. Símbolo del lantano.
9: Magos, que practican la magia.
10: Impartid órdenes. Sufijo diminutivo.
11: Organismo espacial. Un pronombre, fem.



VERTICALES

1: Pref., detrás de. Coloq., hermano.
2: Sometiese a careo. Ácido ribonucleico.
3: Percibí mediante el olfato. Que tiene mucha tripa, fem.
4: Que actúan con ecuanimidad, pl.
5: Raza. Se ..., se esfuerza.
6: Escuela Técnica Superior. Amarra.
7: Séptimo planeta del sistema solar. Haga uno o más nudos.
8: Que encera.
9: Muy feo. Jaime ... de Biedma, poeta español.
10: Anillo metálico. Coloq., noble, fem.
11: Estar en la ..., estar en sintonía. La Bella ..., San Sebastián.

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

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

Difícil

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

AUTODEFINIDO

Medallistas españoles de los JJOO 2024

FOTO 2, ... MARTÍN
CIERTO POSTRE
NOTA INFAMANTE
ACADEMIA ESPAÑOLA
ABREVIATURA DE "JESUCRISTO"
EN ROMANOS, 41
ANSIEDAD
IBIDEM
ANÁLOGO
NOMBRE DE LETRA
SURCARA LA TIERRA
TIEMPO QUE HA VIVIDO UNA PERSONA
SÍMBOLO DEL XENÓN
PAÍS DE ASIA
FOTO 8, ... DÍAZ FORTÚN
GALIO
HACIAN UNA CALA EN INGLÉS, ARTE
FOTO 7, ... DOMÍNGUEZ
TUBERCULOSIS
A TU ..., A TU LADO
INTERJ. DE ÁNIMO
NÚMERO FISCAL
CÓLERA, PL.
LANZAR UN RETO
PREF., TÉCNICA
SÍMBOLO DEL ARGÓN
HACER RUIDO
PARTE DEL OJO
FUNDAMENTAD
UN SUFIJO
SOLOS DE ÓPERA
DISTRAÍDAS
MADRE DE LA MADRE
REVISADOS
RUBIDIO
FOTO 6, ... MORENO
DE TRIANA, FEM., PL.
MUÑECO FALLERO
TIPO DE ESTRELLA
LEVANTA EN EL AIRE
RÍO SUIZO
RÍO GALAICO-ASTUR
TENÍA SITIO
AGITA LAS ALAS
ANAÍS ..., ESCRITORA
NIVELAR
IMANTÓ
AFIRMACIÓN, PL.
FOTO 1, ... PÉREZ
... FLEMING
COLOQ., BORRACHERAS
INTERESES ABUSIVOS
PALO DE BILLAR
PORCIÓN DE TIERRA RODEADA DE AGUA, PL.
TRAZO INFANTIL
PRISIONERA
ME FUI
INSTITUTO NACIONAL DE EMPLEO
SUF., SEMEJANZA
JÚNIOR
DETERMINE EL PESO
ORG. ECOLÓGICA
APODO, MOTE
VENTILA
OSMIO
PARTE DE LA MANO
ARROJA
SON URGENTES
PALPAN
TRASLADAS AQUÍ
LÍNEA DE INTERNET
VUELVO A ATAR
VOCALES DÉBILES
FOTO 3, ... ALCARAZ
CANASTERO
AVES PARLANCHINAS
FALLÉ
SANTO
DAS SUAVIDAD DE SEDA
RASPA
PROVOQUE DOLOR
SIST. MON. EUROPEO
QUE PÍA MUCHO
ENTREGAS
HUMEDEZCAN
CUEVA DEL OSO
GLÁNDULA SEXUAL
FOTO 4, ... CRAVIOTTO
¡AÚPA!
DEPÓSITO DE GRANO
DUEÑOS
FOTO 5, ... SORRIBES
ADHESIVO
VOCAL EN PLURAL
TIPO DE BAR
PIDIÓ CON INSISTENCIA
MÍOS
MATR. DE ECUADOR
ANILLO
ORIFICIO RECTAL
VOZ DE LA VACA
SUMAMENTE MALO
EDUCACIÓN INFANTIL
QUE TIENE MAL DE OJO
CAMPEÓN
CAPITAL COREANA
TIERRA SEMBRADA DE LINO
VACUNO JOVEN
LONG PLAY
NOS DIRIGÍAMOS A ALGÚN LUGAR
CON SARNA, FEM.

DAMERO

Nº 2.875

1 A ¿	2 Q	3 R	4 A		6 N	7 I	8 A		10 F	11 Q	12 M	13 L	14 Q	15 B
16 Q	17 M	18 R	19 K		21 H	22 M	23 A	24 J	25 N	26 F	27 C	28 L	29 G	30 J
	32 I	33 O		35 S	36 C	37 L		39 O	40 L	41 K	42 K	43 C	44 O ,	
46 J	47 J		49 O	50 D	51 J		53 G	54 E	55 C	56 D	57 N	58 K	59 B	
61 F	62 G	63 O		65 Q	66 G	67 P		69 N	70 D		72 H	73 P	74 P	75 G
76 H	77 D		79 S	80 B		82 H	83 H		85 P	86 B	87 E	88 P	89 N	90 E
91 C ,		93 B	94 O	95 C	96 M	97 E	98 S		100 N	101 D		103 S	104 K	105 P
106 J	107 K	108 L	109 N	110 K		112 L		114 G	115 E	116 R	117 P	118 Q	119 O	120 S
121 I		123 B	124 E	125 L	126 R		128 M	129 F		131 H	132 I	133 R	134 I	135 Q
136 F	137 R	138 A		140 S	141 R		143 F	144 M	145 M	146 D	147 A	148 S	149 I ?	

Fragmento de un poema. **Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerán el apellido del autor y el título del poema.**

A. ___ ___ ___ ___ ___ ___
1 4 147 138 8 23
Hagan desaparecer lo escrito con la goma.

B. ___ ___ ___ ___ ___ ___
80 15 123 59 93 86
Inactiva, desocupada.

C. ___ ___ ___ ___ ___ ___
95 91 55 36 27 43
Barroco surgido en Francia en el siglo XVIII.

D. ___ ___ ___ ___ ___ ___
146 56 50 70 77 101
Antigua máquina militar para atacar las plazas.

E. ___ ___ ___ ___ ___ ___
54 87 97 124 115 90
Haced elisión.

F. ___ ___ ___ ___ ___ ___
10 129 26 136 143 61
Poned en la silla.

G. ___ ___ ___ ___ ___ ___
53 66 75 62 114 29
Que tiene sumisión.

H. ___ ___ ___ ___ ___ ___
76 82 72 131 21 83
Relativa al ohmio.

I. ___ ___ ___ ___ ___ ___
132 134 121 7 32 149
Pablo ..., poeta chileno.

J. ___ ___ ___ ___ ___ ___
46 47 51 24 106 30
Pongan en el eje.

K. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
58 110 42 41 104 107 19
De Tartaria, fem.

L. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
108 112 125 37 13 28 40
Escuchaseis.

M. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
128 145 96 17 12 144 22
Cortó la garganta.

N. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
69 109 6 25 57 100 89
Tarjeta fúnebre.

O. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
119 39 49 94 33 63 44
Barnizas con laca.

P. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
88 67 74 117 105 73 85
Capa fina de hielo.

Q. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
11 14 65 118 16 135 2
Aborrecimiento, mala voluntad.

R. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
116 141 133 137 3 126 18
Cuchillos plegables.

S. ___ ___ ___ ___ ___ ___ ___
98 103 148 35 140 120 79
Hacen ovillos.

7 DIFERENCIAS

SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.874

La desesperación ensanchaba mis venas, y sentía entre mis huesos y mi piel el crecimiento de una fuerza antes desconocida a mis sentidos. Así permanecía...

Clave: R. Arlt. Buenos Aires.

AUTODEFINIDO

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

7 DIFERENCIAS

SUDOKUS

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

AUTOBLANCO

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

CRUCIGRAMA Nº 2.821

HORIZONTALES.
1: Faro. Efes.
2: Facilitadas.
3: Abatían. Ice.
4: Bu. Maniatan.
5: Alain. Araba.
6: IPC. Pío.
7: Islam. Risco.
8: Atásemos. Ar.
9: Tic. Cortado.
10: Acatarrados.
11: Anos. Osos.

VERTICALES.
1: Faba. Iata.
2: Fabulística.
3: Acá. Aplacan.
4: Rítmicas. To.
5: Olían. Mecas.
6: Ian. Mor.
7: Etnia. Rorro.
8: Fa. Arpistas.
9: Editáis. Ado.
10: Sacabocados.
11: Sena. Oros.

Navidades
para toda la familia

Si hay unos días que disfrutan por igual grandes y pequeños son estos. Busca la agenda cultural de tu ciudad y sal a la calle. Nosotros te damos algunas opciones

¡TIENES QUE VERLO!

Parque de Atracciones de Madrid

Descubre Winterland, el mundo mágico donde nació la Navidad, un lugar misterioso entre montañas de nieve y desiertos de hielo del Polo Norte donde habitan hadas y espíritus mágicos y donde la infancia, el ingenio y la fantasía se unen en armonía. Hay luces, baile, música y canciones en directo y puede que te encuentres con Papá Noel o los mismísimos Reyes Magos. www.parquedeatracciones.es

Parque Warner Madrid

Disfruta con su nuevo musical *The Christmas Musical: The Santa's Magical Bell*, dirigido a familias y niños y acompaña a Buffy, el elfo más intrépido de Papá Noel, en una misión especial para devolver el espíritu navideño a la aldea de Snowfield. www.parquewarner.com

Mágicas Navidades en Torrejón de Ardoz

El mayor parque navideño de España, con su increíble variedad de actividades para todas las edades que cada año atrae a más de un millón de visitantes, ha sido ya reconocido Fiesta de Interés Turístico. Vive el auténtico espíritu navideño en un entorno mágico. www.magicasnavidades.es

PARA CUALQUIER EDAD

Gira Cantajuego

Cantajuego 20 años. El musical familiar une pasado y presente. En total, más de 80 minutos de música, baile y diversión. Recomendado para niños de 1 a 6 años. www.cantajuego.com

Cortylandia 2024

Este año, la figura central del Corte Inglés de la madrileña calle Preciados es un gran reloj de cuco rodeado de animales del bosque tocando instrumentos.. www.elcorteingles.es

Pista de Hielo Javier Fernández

En plena Plaza de Colón, en Madrid, y con sus 800 metros cuadrados de hielo, esta pista es un rincón ya icónico para patinadores de cualquier edad. www.pistadehielojavierfernandez.es

Circlassica, la historia Mundial continúa

Un espectáculo que impresiona por su originalidad y su atmósfera mágica, que seducen al espectador y hacen volar su imaginación. Un homenaje al Circo Mundial, el mejor circo europeo durante décadas y el único que conservó intacta la esencia más pura del arte circense. www.circlassica.es

Circlassica amplia su estancia en IFEMA, en Madrid, hasta finales de enero.

Starlite Chritmas

Una cita imprescindible con las estrellas que se celebra en Madrid del 12 al 31 de diciembre. Entre los artistas confirmados este año están: Alejandro Fernández, Vanesa Martín, Black Eyed Peas, Camilo, Isabel Pantoja o Estopa. Y tras los conciertos, las más divertidas *after parties*. www.christmasstarlite.com

Detalles para todos

Te ofrecemos algunas ideas para que te sirvan de inspiración en tus regalos navideños

Kidi Talkie Explorer de Vtech, un walkie talkie con alcance de 200 m, efectos sonoros y mensajes preestablecidos. Incluye linterna y cuatro juegos. De 4 a 10 años. www.vtech.es

El cepillo secador Air Power Volume de BaByliss peina, alisa el cabello, da volumen y proporciona un acabado brillante y elegante. Pvr: 80 € www.babyliss.com

Joyas de Belén Bajo con formas geométricas y vanguardistas. Sortija de ágata verde Pvr. 250 € www.belenbajo.com

Bufanda de lana ligera con estampado de la paz procedente de comercio justo. Pvr: 79 € (no incluye envío). Plan-Shop.es

Perfumes 46 Nadia. Un tributo aromático al arte del perfume que rinde homenaje al número de la madrileña calle Velázquez que ocupa esta perfumería. www.nadiaperfumeria.com

Set de mesoestetic con cuatro productos para tratar y prevenir las arrugas y líneas de expresión. Disponible en centros estéticos. Pvr: 150 € www.mesoestetic.es

Crema de ojos fisioderm de Ziaja, especialmente creada para las pieles deshidratadas, atópicas y sensibles. Pvr: 5,49 € www.ziaja.es

Mikados de La Casa de los Aromas edición navidad Red Berries. Pvr: 5,99 € De venta en Perfumerías Druni.

La Thermomix® de Vorwerk te facilita la vida ayudándote a cocinar de forma rápida, sencilla y saludable. Además, es un regalo perfecto para tus seres queridos. www.vorwerk.com

Horóscopo

Tel. gabinete: 91.013.11.21 - 806.408.522

DEL 11 AL 17 DE DICIEMBRE

Por el futurólogo Rubén Barea www.rubenbarea.com

ARIES
21/3 - 20/4

SALUD: El deporte y pasar más tiempo al aire libre favorecerá tu recarga de energía.

DINERO: Noticias de cambio. Posible traslado o ascenso. Mejora laboral y financiera.

AMOR: Comunicación, reconciliación y acuerdo. Renovación de amor.

Unas rosas rojas en casa promoverán el amor.

TAURO
21/4 - 20/5

SALUD: Preocupación por alguien cercano. Cuidado o acompañamiento.

DINERO: Compras y gastos extraordinarios. Disfrutarás de más excesos y mimos

AMOR: Procura no llevarte los problemas a casa y que las preocupaciones no perjudiquen tus relaciones.

Una amatista será excelente una protectora.

GÉMINIS
21/5 - 20/6

SALUD: Nostalgia por quienes ya no están. Cuida el ánimo.

DINERO: Sensación de agobio ante los gastos desmedidos, pero afrontarás este período sin dificultades.

AMOR: Sé sincero respecto a lo que sientes, piensas y deseas para no confundir a otros.

Prende velas de miel en casa para atraer amor.

CÁNCER
21/6 - 20/7

SALUD: Actitud más despreocupada. Días de bienestar y optimismo.

DINERO: Evita prestar dinero a alguien que, probablemente, no podrá devolverlo.

AMOR: Cuidado con hablar desde el calor del momento, porque podrías hacer daño.

Utiliza en tu rutina diaria la vibración del color dorado.

LEO
21/7 - 21/8

SALUD: Cuidado con los despistes que te provoquen golpes o caídas.

DINERO: Momento para realizar un nuevo presupuesto adaptado a tu situación actual.

AMOR: Aunque al principio de pereza, te alegrará participar de eventos y encuentros con tus seres queridos.

Alguna pieza de plata contigo atraerá tu suerte.

El mejor signo

Aries

Mariah Carey

27 de marzo de 1969 (55 años)

VIRGO
22/8 - 22/9

SALUD: Posible cólico o algún asunto del sistema respiratorio.

DINERO: Evita atraer la mala suerte con actitudes negativas o conversaciones catastrofistas.

AMOR: Todo irá mejor de lo que piensas si evitas planificar y disfrutas el momento.

Quema velas de color violeta para tu bienestar.

LIBRA
23/9 - 22/10

SALUD: Cuidado de los pies y las molestias de cadera o espalda.

DINERO: Dedicarás tiempo a la búsqueda de regalos y a la organización de los eventos.

AMOR: Lucidez y claridad respecto a lo que sientes y a lo que esperas para el próximo año.

Una esmeralda te proporcionará la mejor energía.

ESCORPIO
23/10 - 22/11

SALUD: El exceso de trabajo y responsabilidad te generará fatiga, cansancio y estrés.

DINERO: Se abrirá alguna puerta que te conducirá a nuevas oportunidades.

AMOR: Tiempo de calidad en la pareja o con tus seres queridos. Momentos de disfrute.

Mantén flores en agua para tener buena energía.

SAGITARIO
23/11 - 20/12

SALUD: Terminarán las esperas y recibirás la cita, revisión o intervención pendiente.

DINERO: No tomes decisiones precipitadas ni inviertas en aquello que conlleve un riesgo elevado.

AMOR: Promoverás un espíritu conciliador de perdón y cariño sincero.

Quema unas hojas de laurel para liberar la negatividad.

CAPRICORNIO
21/12 - 19/1

SALUD: Alegría e ilusión renovada. Bienestar ante buenas noticias sanitarias.

DINERO: Tendrás el poder de negociar a tu favor. Mejorarás tu situación financiera.

AMOR: Cuidado con las personas envidiosas cercanas que no se alegran de tus éxitos.

Un cuarzo de cristal te protegerá del mal de ojo.

ACUARIO
20/1 - 18/2

SALUD: Cuida los ojos por problemas con la visión.

DINERO: Don de comunicación. Poder de influencia. Posible premio en juegos de azar.

AMOR: Tensiones o rencillas familiares que pueden enturbiar un poco el momento. Intermediarás favorablemente.

La canela por la casa atraerá todo lo bueno.

PISCIS
19/2 - 20/3

SALUD: Para cuidar tu cuerpo debes empezar por tu mente.

DINERO: Aunque pienses negativamente o pongas tu atención en lo que te desagrada, tu suerte mejorará.

AMOR: Sé más tolerante con otros puntos de vista y verás mejorar tus relaciones.

Pon una rama de olivo en la puerta para la suerte.

Sonia Martínez, el infierno de una estrella de la tele

Se cumplen 30 años de la muerte de la presentadora tras su caída en el infierno de las drogas y el sida

TENÍA los ojos chispeantes, una voz dulce y una sonrisa que enamoraba. Un primo productor la animó a presentarse a unas pruebas en Televisión Española y rápidamente fue elegida para presentar un programa infantil. Eran los primeros años ochenta. A sus 18 años, su aspecto moderno y cándido resultaba perfecto. El éxito y la fama fueron meteóricos, aunque pronto también vería su cara más oscura al caer en las drogas.

Sonia Martínez murió a los 30 años a causa del sida. Hoy muchos no recuerdan su nombre, ni su rostro ni lo que hizo. Quizás para enmendarlo acaban de lanzar un documental sobre su figura: *La última noche de Sonia Martínez* (RTVE Play), que incluye testimonios inéditos sobre la que, sin duda, fue un 'juguete roto'. La joven que una vez representó la alegría pasó del éxtasis al infierno en apenas una década.

Sonia, con Torrebruno y Ramón Pradera, en *Dabadabadá*.

Triunfó con 20 años en programas infantiles y juveniles como *3, 2, 1... contacto* y *Dabadabadá*. Pero su adicción a la cocaína y la heroína hizo que lo perdiera todo

Sonia Martínez, en su programa *En la naturaleza* junto Antonio Buero Vallejo y Julia Gutiérrez Caba.

Depresión

Sonia Martínez nació en Madrid el 23 de septiembre de 1963 en el seno de una familia de clase media y con una hermana, Irene. No era buena estudiante, pero le encantaba el deporte y destacó como campeona de natación. Cuando entró en televisión, siendo una adolescente, descubrió su pasión.

En 1982 empezó a presentar el programa *3,2,1...contacto*. Niños y jóvenes, pero también los adultos, no se la perdían cada tarde. Su naturalidad encandilaba. En 1983 le darían otro espacio dedicado a los más pequeños, *Dabadabadá*, donde sustituyó a Mayra Gómez Kemp.

Y pronto le ofrecieron hacer cine. Debutó en 1984 con *Epílogo*, a las órdenes de Gonzalo Suárez. Después llegaron *Violines y trompetas*; *Perras callejeras*, de José Antonio de la Loma; y *El rollo de septiembre*, de Mariano Ozores.

Sonia estaba en la cresta de la ola y no podía imaginar que su vida daría un giro radical...

En 1985 a su madre le diagnosticaron un cáncer de mama y de hígado y acabó falleciendo a los 44 años. Sonia cayó en una profunda depresión. "Murió en mis brazos, y a mí se me quedó en la cabeza el tremendo complejo de que la había matado yo. Comenzó mi derrumbamiento. En ese momento hubiese necesitado un buen psiquiatra. Al día siguiente de su muerte no era capaz de encontrarme a mí misma. Me reía y mi padre tuvo que abofetearme para hacerme llorar. Estuve abrazada al féretro y no dejaba que se lo llevasen. Aquello marcó mi existencia". Así lo contó ella misma en unas memorias para SEMANA, publicadas en 1991.

Sonia decidió cambiar de aires y se marchó a Nueva York y Los Ángeles. "Solo aguanté cuatro meses. Pensaba que iba a ser una estrella de Hollywood y me di cuenta de que eso era muy difícil", recordaba tras su aventura.

Acoso en televisión

A su regreso a España, Sonia retomó su profesión y comenzó al frente del espacio *En la naturaleza*. En esa época, según relató Sonia a nuestra revista, sufrió acoso sexual por parte de ▶▶▶

▶▶▶ un realizador de televisión. Esta situación le pasó factura y paró una temporada. Entonces se marchó a Ibiza. Era el verano de 1986.

Poco después, la revista Interviú publicó las fotos de Sonia Martínez mientras hacía *top less* en la playa. Televisión Española la despidió de manera fulminante. No era la imagen que debía dar una presentadora para niños. "Yo más bien pienso que me despidieron por no acceder a las pretensiones sexuales de un ejecutivo", aseguró ella.

Fue el principio del fin.

Sonia demandó al Ente público y luego fue readmitida para sustituir a Alaska al frente de *La bola de cristal*. Pero solo tres meses después el programa fue cancelado. Sonia salió de televisión en 1987 para no volver. Dejaron de llegar los proyectos y ella se sumergió en las locas noches del Madrid de La Movida.

Romances famosos

La propia Sonia declaró: "Frecuentaba esos ambientes que hasta entonces habían controlado mis padres. Si eres una chica famosa, y encima estás bien de físico, no te faltan las invitaciones. Así empecé a conocer sitios de moda y el mundo de la farándula, donde todo empieza a partir de las doce y no se sabe cuándo acaba. La excusa siempre era el trabajo: que si te tienes que relacionar y darte a conocer...".

En aquellos tiempos se habló de un romance con Cayetano Martínez de Irujo: "Estuve varias veces en su casa de Sevilla, en Las Dueñas. Nuestra amistad se llevó en la discreción debido a nuestra diferente posición social y se fue apagando". Maximiliano de Habsburgo y hasta Butragueño se citaron como otras de sus conquistas.

ESPOSA Y MADRE
Sonia se casó por lo civil con Lolo Padilla el 13 de diciembre de 1989, en San Martín de Valdeiglesias (Madrid). En 1991 vino al mundo su hija, Yaiza, que nació con anticuerpos, aunque luego los negativizó.

Sonia todavía estaba buscando una salida profesional ante las cámaras... sin lograrlo. Se le habían cerrado las puertas de un medio que antes la adoraba y así, de bruces contra la realidad, Sonia Martínez decidió alejarse de la capital.

En Burgos encontró trabajo como monitora deportiva. "Un alumno del gimnasio me dijo: 'tú métete esto y verás qué bien te sienta'. Empecé a meterme coca los fines de semana, luego a diario, y después dos o tres gramos diarios". Esta dura confesión la haría Sonia unos años más tarde, en 1990, en el programa de Pepe Navarro *El día por delante*. España se quedó en shock; ella fue la primera famosa en reconocer algo que aún era un estigma. Por entonces, Sonia llevaba unos años desaparecida y era pública su caída en desgracia.

Confiesa su adicción

En el pasado había quedado su noviazgo con el futbolista Fede Castaños, por el que dejó temporalmente las drogas y con el que pensó en casarse. Al final rompieron por la oposición de los padres de él. "Perdí un hijo que esperaba y nos despedimos por teléfono", contó Sonia en SEMANA. La expresentadora regresó a Madrid y consiguió entrar en una agencia de publicidad gracias a la mediación de su padre.

Al poco conoció en un pub a José Manuel Padilla, 'Lolo', un exdrogadicto que trabajaba como transportista. Se casaron en diciembre de 1989. Sin embargo, juntos acabaron recayendo y metiéndose en la heroína. Sonia estaba sin empleo y arruinada, tras venderlo todo para comprar dosis. Las peleas del matrimonio, ambos toxicómanos, no cesaban.

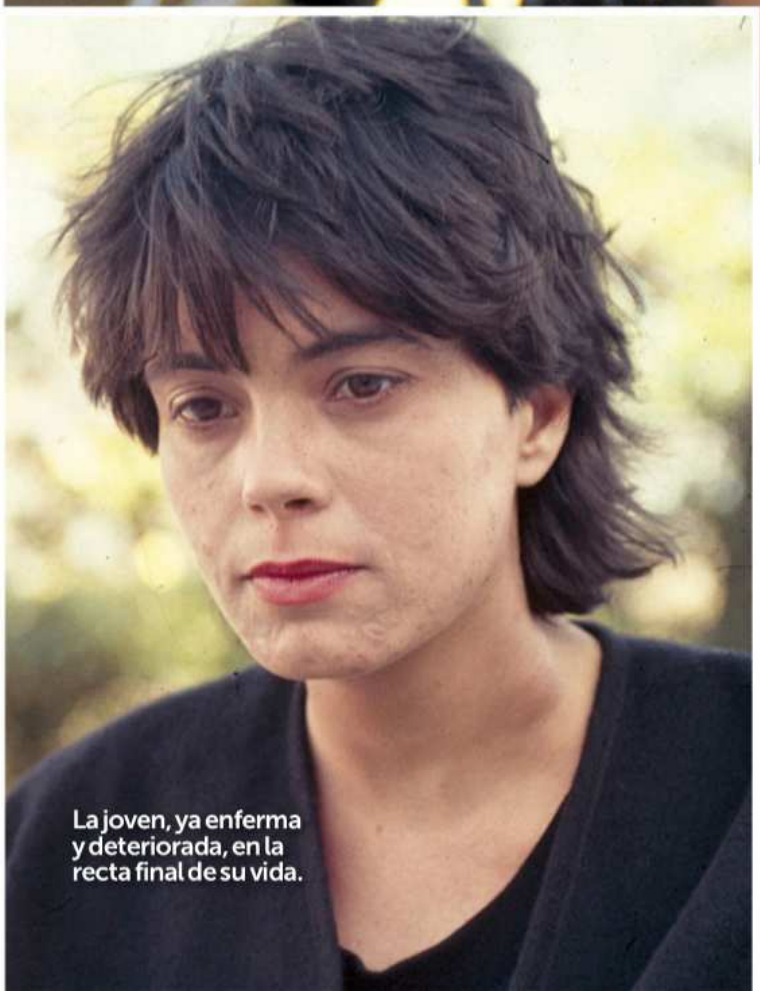
Sonia Martínez, delgada y demacrada, no podía ocultar su mala situación. En esas abandonó a su marido. Se había distanciado de su familia y llegó a vagar por las calles y a dormir en una furgoneta. Al final recurrió a la prostitución en la Casa de Campo.

Entretanto Sonia protagonizaba idas y venidas con su marido. En uno de esos paréntesis se quedó embarazada. La pareja recuperó la ilusión de llevar una vida normal. Sin embargo, nada más lejos de la realidad. Sonia reconoció que se pinchaba durante el embarazo. El sida no tardaría en irrumpir.

La maternidad fue una gran ilusión. Lo intentó, pero no pudo dejar la droga. Sonia murió en 1994 por las secuelas del VIH

En diciembre de 1991 dio a luz a su hija, Yaiza. La niña nació con anticuerpos del VIH, aunque afortunadamente los negativizó en un año, tal y como Sonia relató a SEMANA. Pese a todo, las constantes discusiones conyugales condujeron a una separación anunciada. Sonia había perdido el rumbo, deseaba terminar con todo y se veía incapaz de cuidar de su hija, a la que acabó dejando en un centro de menores.

Sonia Martínez, en los días de su esplendor juvenil, desaparecida de forma prematura a los 30 años.



La joven, ya enferma y deteriorada, en la recta final de su vida.

Su padre reapareció en su vida e intentó ayudarla por todos los medios. Le pagó diferentes terapias y centros de rehabilitación, incluso fuera de España, en Chile y Portugal. Pero nada servía...

Un triste final

En una de sus últimas entrevistas, con Isabel Gemio, durante unas semanas sin consumir, Sonia proclamó: "Amo la vida". Y pedía trabajo. Solo quería "ser una persona normal". Lo triste es que ya empezaban a manifestarse los efectos de su enfermedad.

Todavía hubo personas que intentaron sacarla del pozo. José Luis Cano, de Mecano, le facilitó su ingreso en la FAD. Y un maduro funcionario llamado José Luis Sánchez se ofreció a acogerla. Juntos vivieron en una casa en la sierra madrileña y él la acompañó hasta el final, cuando entraba y salía del hospital.

Sonia Martínez sufrió complicaciones derivadas del sida, una sepsis y una cirrosis hepática. Sus ojos y su sonrisa se apagaron en 1994, a dos semanas de cumplir 31 años, en un hospital de Madrid. Había vivido rápido y deprisa. A su entierro solo fueron su padre, su hermana y su exmarido. Su hija hoy se llama Hugo y la reivindica en el nuevo documental.

Olga Pérez / Archivo SEMANA.

Carles Sans (Tricicle): "La gente paga para que le hagamos reír"

El querido actor de Tricicle nos abre las puertas de su casa de Barcelona y nos descubre cómo les convenció Chicho Ibañez Serrador para llevarles al Un, dos, tres

SU universal sentido del humor y la ausencia de texto hablado en sus obras los llevó al reconocimiento internacional. Carles, Paco y Joan hicieron historia y llevaron a su compañía de mimo cómico a convertirse en una de las mejores del mundo. Tras 40 años triunfando, Tricicle ha puesto punto final (aunque nunca se sabe) a su andadura y "el gordito, el calvito y el guapo", como así les puso de mote el gran público, han continuado su carrera por separada. Hoy SEMANA se sienta con él, con el guapo, con Carles Sans (69). Y lo hace en su casa de Barcelona.

Nos recibe con una sonrisa. Nos lleva a través de su amplio pasillo hasta su gran comedor. Mientras ojeamos los escenarios, Carles nos detalla alguno de los elementos que destacan en su casa. Y mien-

El actor catalán estará todas las Navidades presentando en el Teatro Bellas Artes de Madrid, *¡Por fin solo!*.

tras preparamos el equipo aparece María Antonia, su mujer, que nos acoge como si fuéramos uno más de la familia. "Tenía la sensación de que tenía que volver porque hay mucha gente que se quedó sin ver este espectáculo y esta es la mejor fecha para ello", nos dice Carles que, tras nuestro encuentro se marcha a Madrid a representar *¡Por fin solo!*, su primera obra en solitario y que el año pasado fue todo un éxito. No le gusta que le tratemos de usted y, como toda historia, comenzamos a preguntarle por el principio, cuando un día, Chicho Ibáñez Serrador les descubrió.

Gracias por abrirnos las puertas de tu casa.

Nos encontramos en lo que es el centro de Barcelona, lo que se llamaba el plan Cerdá, que es un arquitecto de finales del 19 que proyectó está ciudad con los hexágonos y sus típicas vistas en forma de cuadrículas.

¿Y lleva mucho tiempo viviendo usted aquí?

Por favor, no me trate de usted (risas). He perdido la cuenta de cuanto llevo en esta casa.

¿En qué lugar pasas más tiempo?

En mi biblioteca y en el salón, que es dónde nos encontramos haciendo la entrevista y donde disfruto con mi mujer de momentos de peli y manta.

Tu rostro nos transmite serenidad.

Sí, estoy en un momento de mucha calma. Tengo un espectáculo que me ha funcionado muy bien. Creo que dar el paso de *Tricicle* a enfrentarme solo delante de un público con texto ▶▶▶

"Creo que dar el paso de Tricicle a enfrentarme solo delante de un público con texto en un escenario fue un reto difícil porque el espectador, por lo general, te ubica en una faceta"

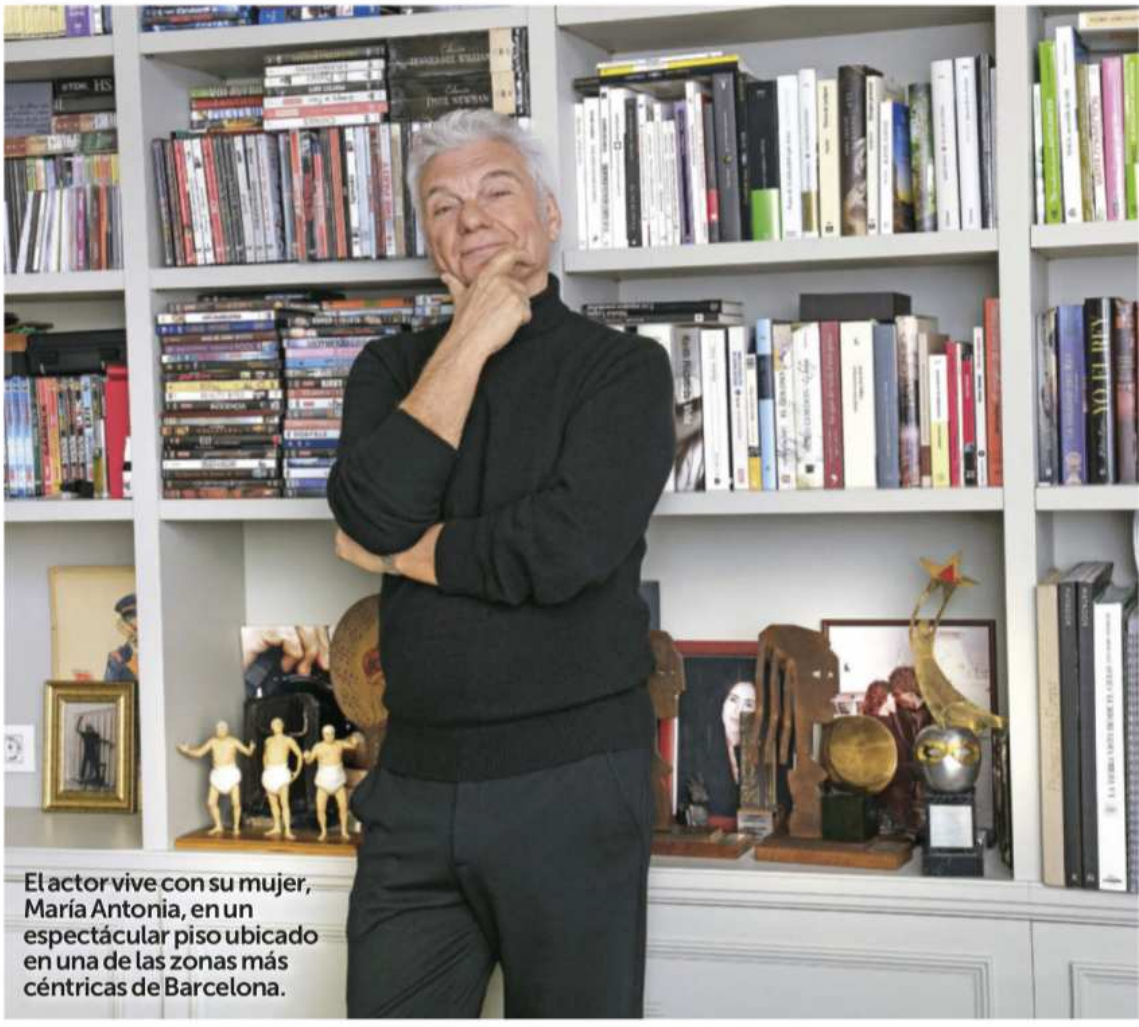
HICIERON HISTORIA CON TRICICLE

Carles Sans, Joan Gràcia y Paco Mir fundaron Tricicle en 1979. Considerada por los críticos como una de las mejores compañías de mimo cómico del mundo, se dieron a conocer gracias a su participación en el *Un dos, tres*, de TVE, donde les veían más de 20 millones de personas.

▶▶▶ en un escenario fue un reto difícil porque el espectador, por lo general, te ubica en una faceta y cuando les cambias esa faceta, normalmente suele recelar de eso. Y cuando te das cuenta de que he superado esto, que el público me dice que se lo pasa igual o mejor que cuando venía a verme con *Tricicle*, te da subidón y, cómo tú dices, te da mucha calma.

Antes de hablar de *¡Por fin solo!*, me gustaría hablar de ese fenómeno que fue *Tricicle* ¿Cómo comenzó todo?

Nosotros éramos unos chavales que salían del Instituto del Teatro, lo que es ahora la Escuela de Arte dramático. Ahí empezamos a tener cierto éxito, pero a nivel muy local. Y, de repente, llegamos a Madrid a una sala alternativa. Venían a vernos cuatro gatos y un día no sé cómo ni por qué, alguien le debió a decir a un director muy importante (Chico Ibáñez Serrador), que se pasara por allí.



El actor vive con su mujer, María Antonia, en un espectácular piso ubicado en una de las zonas más céntricas de Barcelona.

¿Y qué hicisteis cuando lo visteis?

Lo primero que nos preguntamos cuando lo vimos fue que qué es lo que hacía allí. Y al terminar la función se acercó y nos pidió que fuéramos a su programa, *Un, dos, tres*. Le dijimos que no. Para que lo entiendas mejor, aquello era algo muy comercial para nosotros y nosotros nos sentíamos actores de teatro.

¿Y cómo os convenció?

El hombre, la verdad, es que fue muy persuasivo (risas). Insistió mucho y además nos hizo la pregunta del millón, dijo: "¿Cuánta gente os va a venir a ver aquí en el teatro este?". Allí os van a ver más de 22 millones de personas". Así fue. La cuestión no fue solamente nuestra primera aparición ante tantos espectadores, sino que el número con la canción de Julio Iglesias *Soy un truhán* tuvo un impacto brutal en el país.

¿Y cómo viviste pasar de que os vieran cuatro personasa a que os conociera todo un país?

Nosotros no éramos conscientes de todo lo que nos estaba pasando. Lo vivimos de manera muy normal. Nunca hemos tenido un punto de divos ni de nada. Al contrario, nos estimuló para crear luego un espectáculo (*Manicomic*) con el que tuvimos mucho éxito y con el que, por cierto, fuimos al teatro Bellas Artes de Madrid, teatro al que ahora regreso con mi obra 40 años después.

> "Nosotros no éramos conscientes de todo lo que nos estaba pasando. Lo vivimos de manera muy normal"

Un éxito que, además, no paró de crecer.

Hemos llenado los teatros de este país. Luego hemos sido durante muchos años la compañía más internacional, porque hemos viajado por medio mundo. Fue tal el éxito que tuvimos que crear una segunda compañía porque no alcanzábamos a llegar a donde nos contrataban. Luego hemos estrenado en París todos los espectáculos... En definitiva, una carrera de muchísimos éxitos.

¿Por qué te llamaban "el guapo" de Tricicle?

Cuando a nosotros nos trataban de definir, pero no conocían nuestro nombre, nos definían como "el calvito", "el gordito" y el guapo (risas). A mí me correspondía el guapo y, además, no me ponían diminutivo (risas).

Y ahora sí ¿cómo surgió, después de tantos años con Tricicle dar el paso en solitario?

Cuando 'Tricicle' decidió dar el punto final a su carrera después de más de 40 años,

yo me tenía que plantear si yo también, a título personal, quería hacer ese chimpún final. ¿Entiendes? Pero evidentemente no. Este oficio me gustaba mucho como para, de repente, dejarlo todo.

¿Y entonces?

Entonces, había que hacer un proyecto. Empecé a pensar textos... Me faltaba un empujón y ese me lo terminó dando mi mujer, María Antonia.

¿En serio? ¿Y cómo sucedió?

Sí, realmente fue María Antonia la que me dijo: "¿Por qué piensas tanto?" (risas). Yo en las sobremesas siempre me pongo a contar anécdotas y la gente se parte de risa y ella fue la que cogió y me animó. "¿Por qué no haces un compendio de esas anécdotas y de eso sacas un espectáculo?", fueron sus palabras. Y aquí estamos. A raíz de eso empecé a ponerlas sobre un papel y comenzaron a surgirme muchísimas, muchas de ellas muy locas y divertidas. Ella tenía razón, podía darle forma a todo aquello en forma de espectáculo. Y acertamos porque de esa manera nació este *¡Por fin solo!* que lleva cuatro años de éxito continuado.

40 años dan para mucho ¿No te supuso un problema saber cuál elegir y cuál no?

Hay algunas que son unos hits, que no fallan, pero no es tanto esas anécdotas que por sí mismas son muy divertidas, sino que es importante cómo lo cuento. O sea, no es lo que cuento, sino también cómo. Ahí se ve el ADN Tricicle que llevo dentro, el gesto... El éxito radica en la combinación del gesto y lo que cuento.

Y tras tantos años de silencia, por fin te escuchamos.

Carles nos asegura que a sus compañeros de Tricicle, Paco y Joan, les ha gustado mucho este nuevo reto profesional.

Sí (risas). Mucha gente me ha dicho que tengo una voz que ha sido muy desaprovechada.

¿Hasta dónde es el humor de necesario en esta época qué vivimos?

El humor salva siempre. Mira si es necesario para las personas reír, que algo que pueden hacer gratis, la gente lo paga para que hagan reír ¿Me entiendes? La gente paga para que le hagan reír. Y por eso creo que este espectáculo puede ser un gran regalo para estas Navidades.

Además de actor, también eres articulista y director. ¿Hay algo que se te dé mal?

Yo soy muy bueno haciendo las cosas mal (risas). Lo que pasa es que lo poco que sé hacer bien, pues lo hago (risas). Escribo también en prensa porque a mí me hubiera gustado mucho haber sido periodista. Bueno, luego, viendo el periodismo actual, creo que hice bien (risas). Pero la verdad es que soy de naturaleza inquieta.

¿Qué opinan tus compañeros de esta nueva faceta?

Todo muy bien. Les gustó mucho el espectáculo. Ellos están también con sus proyectos personales. Joan Gràcia es el director artístico del Lío de Ibiza y Paco Mir es director de escena. Cada uno en la rama que ha cogido le va muy bien.

Iván Reboso/ Fotos: Joan Crisol

¿Quién es Lalachus?

El otro gran fichaje de La 1

● En los últimos días no se habla de otra cosa. Televisión Española ha decidido arriesgar este año en sus *Campanadas* como nunca antes en las más de seis décadas de historia que tiene la retransmisión. La Corporación pretende premiar el éxito que ha conseguido David Broncano y su equipo con *La Revuelta* y será él junto a Lalachus, una de sus colaboradoras, los que despidan el año y den la bienvenida al 2025.

Una elección polémica que ha dejado una pregunta en el aire para los que no están familiarizados con el formato de las noches de la pública: ¿Quién es Lalachus?

Humorista, presentadora, colaboradora e incluso actriz. Lalachus (Laura para sus familiares y amigos) ha sido uno de los personajes revelación de la temporada. Aunque su carrera se inició hace más de diez años, esta fuenlabreña de 34 años ha alcanzado la fama a nivel nacional al lado de Broncano y su equipo.

Durante la pandemia, su estilo desenfadado, algo alocado y sarcástico la hicieron convertirse en toda una estrella de las redes sociales. Cada vídeo de humor que publicaba se compartía inmediatamente en multitud de lugares, sus seguidores se multiplicaban por cientos de miles y eso la llevó a ser fichada por los Javis para interpretar a Lydia Lozano en *Veneno*, el biopic de Cristina *La Veneno* que realizaron con Atresmedia. Ahí abandonó el trabajo que hasta entonces tenía, de recepcionista en una empresa de construcción.

De origen humilde, es una fan confesa de los iconos pop, del mundo del corazón y de los programas de entretenimiento como el extinto *Sálvame*. Para ella, la televisión siempre ha sido el lugar donde aspiraba a estar. De hecho, su nombre artístico proviene de los míticos *Teletubbies*. Una pasión que

le ha acompañado en una carrera meteórica en los últimos tiempos, siendo pieza indispensable de formatos como *Estirando el Chicle*, *Cuerpos Especiales* y, ahora, *La Revuelta*, donde tiene una sección fija junto a Broncano en la que realiza todo tipo de sketches de humor y monólogos.

Cuando su elección como presentadora de las *Campanadas* se hizo pública, los comentarios que cuestionaron su físico fueron una constante en redes sociales.

Críticas cargadas de odio que no cesaron.

Tanto es así, que el presidente del ente público, José Pablo López, salió a señalar a quienes la juzgaban: "Las críticas que estoy leyendo contra Lalachus nada tienen que ver con que sea gorda sino con que es mujer. ¿Alguien recuerda alguna crítica por su peso contra Alberto Chicote o contra Ibai Llanos cuando presentaron las campanadas? Queda tanto por avanzar... Esto es puro machismo".

Muy enamorada de su pareja

● Lala lleva algunos años con Manuel, un del que a veces habla en su programa, como cuando recordó lo mañ que terminó el año que él iba a pedirle matrimonio. "Se rompió el coxis". diio.

Miguel Lago, fichaje estrella de Telemadrid

● El colaborador de Antena 3 no sólo se une a la cadena autonómica para despedir el 2024 desde la Puerta del Sol, también tiene un gran proyecto bajo el brazo.

El cómico conducirá el nuevo gran show del prime time de Telemadrid. Un espacio de humor, con colaboradores y entrevistas que beberá de La Revuelta de TVE y que se espera que llegue a la parrilla en enero.

"Estoy feliz de recibir esta oportunidad. Cumplir 25 años de carrera liderando un show en prime time me llena de alegría", nos cuenta el propio Lago.

'Boom' se despide de las tardes (otra vez)

● El concurso de las bombas dice adiós a las tardes de Cuatro tras estrenarse como una de las grandes apuestas de la temporada en el canal.

Después de promediar un 3,3% de share en sus tres meses de emisión y poco más de 60 programas, el grupo finiquita esta segunda vida de *¡Boom!* tras su paso por Antena 3.

Esto supone un nuevo revés para Christian Gálvez, que vuelve a estar sin trabajo en la cadena tras unos años de parón profesional. Según ha conocido SEMANA, el presentador ha vivido con gran disgusto esta "falta de paciencia" de Mediaset con el espacio.

Sara Montiel tendrá su propia docuserie

● La actriz, recordada por ser la primera española que pisó Hollywood, sus sonados romances y sus singulares apariciones televisivas, tendrá su propia docuserie en Max dirigida por la periodista Valeria Vegas: .

En *Super Sara,* a través de cintas domésticas de su archivo familiar personal que nunca han visto la luz y elementos personales de la propia Montiel, varios de sus familiares, amigos, compañeros y admiradores conformarán su verdadero retrato más allá del mito que muchos recuerdan.

Su hijo Zeus Tous; Alaska, Bibiana Fernández, Chelo García-Cortés, Norma Duval, Loles León, Boris Izaguirre, José Bono, Lorena Vázquez, Supremme Deluxe, Sharonne o Samantha Ballentines participarán en esta serie documental.

'Viajando con Chester' volverá a Cuatro

● El publicista regresa con uno de los formatos estrella de Cuatro: *Viajando con Chester.*

El programa de entrevistas inicia sus grabaciones tras el cambio de productora, que ha asumido el propio Mejide desde la salida de La Fábrica de la tele.

En esta nueva temporada, se apostará por una renovación estética a la hora de abordar las historias de los protagonistas famosos que se sientan en el mítico sofá con Risto.

Violeta habla de las secuelas de 'SV 2019'

● La influencer y modelo ha confesado cómo continúa su cuerpo cinco años después de volver de Honduras: "Tengo la vesícula destruida con cuatro piedras. Poco se habla de la factura física que te pasa este reality. No volvería a repetir la experiencia ni por diez veces por el caché que tenía en su día. Cobraba 2.500 euros a la semana, pero yo me quedaba con 1.000. De las peor pagadas".

Millán Salcedo reaviva el enfrentamiento de Martes y Trece: "No tenemos nada que ver"

● Hace casi tres décadas que Millán Salcedo y Josema Yuste separaron sus caminos profesionales.

Según ambos han confesado en numerosas ocasiones, se rompió "la complicidad que había entre los dos" cuando encamaban a Martes y Trece.

Durante algún tiempo aparentaron normalidad y aparecían juntos en numerosos actos públicos, hasta que los verdaderos motivos de la separación empezaron a ser de dominio público para sus fans.

Ahora, 27 años después, Millán se ha abierto con Vanity Fair: "El detonante fue la saturación. Pasábamos 24 horas al día juntos. Él y yo no teníamos nada que ver. En realidad nunca tuvimos nada que ver, pero, por lo que sea, siempre se producía el milagro".

Para el humorista no ha sido fácil guardar silencio mientras Josema afirmaba en diversos medios que no fueron nunca amigos: "No me gustó nada y así se lo dije a él. Claro que éramos amigos, ¡muy amigos! Y de hecho teníamos la misma peña de amiguetes. No es cierto que decidiésemos cortar con el grupo de mutuo acuerdo. Josema quería seguir estrujando el limón. Luego creó un grupo con Flo, pero yo tengo talento, cosa que él no".

FLASHES

MUERE EL ACTOR JOSÉ DE LA TORRE, A LOS 37 AÑOS

● El protagonista de *Toy Boy* ha fallecido en su Córdoba natal a los 37 años tras no superar una enfermedad que le habían diagnosticado recientemente.

ARRANCA LA PRODUCCIÓN DE LA SERIE DE 'HARRY POTTER'

● La famosa factoría tendrá una segunda vida en forma de ficción, con 7 temporadas durante 10 años, cuyo rodaje arrancará en 2025.

NO HAY TREGUA EN 'MASTERCHEF': ARRANCA EL JUNIOR

● El talent culinario no descansa y ya ha anunciado que emitirá su versión junior durante las vacaciones de Navidad.

Revolución y escándalo en 'Gran Hermano'

● La vuelta de *Gran Hermano* ha resultado ser de lo más polémica: boicots en redes sociales, acusaciones de tongo, varias salidas inesperadas y una expulsión disciplinaria a una semana de su gran final. El *reality* de Telecinco tuvo que intervenir en directo y expulsar disciplinariamente a Adrián, uno de sus concursantes, tras acercarse demasiado a Maica cuando esta le pedía "distancia".

"Están prohibidas las actitudes que comprometen la dignidad de una persona. *Gran Hermano* es un programa respetuoso, responsable y seguro", dijo la organización.

Cruz Sánchez de Lara ficha por Mediaset

● La abogada, escritora y vicepresidenta de El Español se incorpora a Mediaset para presentar dos espacios en su plataforma digital, Mitele Plus: *Madres: desde el corazón* y *Madres: voces desde el alma*, ambos se encuentran en fase de grabación. El primero, sobre mujeres famosas como Ana Obregón o Begoña Villacís que mostrarán su visión sobre la maternidad. El segundo programa tratará sobre madres que han perdido a un hijo de forma inesperada.

PELÍCULA

'Los buenos modales': giro de tuerca a la típica comedia española con mucha crítica social

Plataforma: Movistar +/ Prime Video
Int: Elena Irureta, Gloria Muñoz, Pepa Aniorte, Ricard Farré, Inma Cuesta, Oriol Camps Casademunt y Jordina Sala Baena

Las protagonistas son dos hermanas que llevaban años alejadas por un secreto familiar.

● Dice un refrán típico que en todas las familias cuecen habas y justo eso es lo que ocurre en esta película. Es la clásica comedia española con un giro de tuerca que incluye una crítica a la sociedad actual. *Los buenos modales* cuenta la historia de dos hermanas, Manuela y Rosario, que, tras años sin hablarse a causa de un secreto familiar, se reencuentran inesperadamente en el cumpleaños de sus nietos. ¿Pero quién propicia el reencuentro? Esas figuras a las que se les suele prestar tan poca atención: las cuidadoras.

A través del amor y el disparate, la película homenajea a las abuelas y a todas esas mujeres que, sin que a menudo nos demos cuenta, son las que realmente sostienen a las familias. Si la veis, comprobareis su equilibrio perfecto entre el drama y la comedia.

SERIE

'Yo, adicto', la nueva gran apuesta de Disney + que hace un retrato real y crudo sobre el mundo de la adicción

Plataforma: Disney +
Int: Nora Navas, Alex Brendemühl, Victoria Luengo, Ramón Barea, Itziar Lazkano, Bernabé Fernández, Marina Salas, Omar Ayuso y Pilar Bergés

Es una de las series más vistas de la plataforma desde el mismo día de su estreno.

Hay miles de testimonios públicos sobre las adicciones, grandes rostros conocidos han confesado el calvario que han vivido en su lucha contra las sustancias, pero al final todo se acaba tiñendo de frivolidad. La serie *Yo, adicto* da un paso más allá. La ficción de 6 episodios pone a los espectadores al lado de la historia, no delante.
Es un relato crudo, desgarrador y contundente que muestra en todo su esplendor las sombras y las secuelas de la enfermedad, de la adicción.

En este caso, las que vivió Javi Giner, el autor del libro con el que se ha adaptado la serie y el protagonista en primera persona.
Fue asistente de Pedro Almodóvar y jefe de prensa de Penélope Cruz, aparentemente era feliz y lo tenía todo, pero en su interior vivía un auténtico infierno que lo hizo ingresar a los 30 años en una clínica de desintoxicación.

La serie es un canto a la vida, realista y positivo, en el que no se deja de reflejar que por mucho que él lo haya conseguido, hay muchos otros que se quedan por el camino.

DOCUMENTAL

Super/Man
La historia de Christopher Reeve

Plataforma: Max

Los millones de espectadores que disfrutaron con su trabajo en la pantalla grande, siempre lo vieron como un todo poderoso superhéroe.
Ahora, en este documental, Christopher Reeve se desnuda ante su público y hace un repaso por una vida cargada de altibajos en la que un grave accidente lo cambió todo para siempre.
Eso le hizo quitarse la capa de superhéroe en la ficción para serlo en la realidad.
Durante la hora que dura el documental y basándose en cintas caseras y testimonios se reconstruye su calvario día a día.

Richy Castellanos, el guardián de los secretos de los famosos: "Yo soy de ver, oír y callar"

Prepara una nueva edición de su partido benéfico de artistas contra famosos, y los beneficios irán este año a la Fundación Aless Lequio. "Ya es una tradición a la que no quiere faltar nadie", nos cuenta

Richy es uno de los relaciones públicas más conocidos de nuestro país.

RICHY Castellanos atesora miles de números de teléfono en la agenda. Trabaja como relaciones públicas desde hace décadas, y organiza muchos de los eventos sociales que reúnen a la mayoría de los rostros conocidos de nuestro país, una labor que le ha llevado a ser amigo de todos ellos, incluido Julio Iglesias, con el que tiene hilo directo.

Entre otras cosas, es el responsable de ese tradicional partido de futbol benéfico que lleva varias décadas celebrándose en Navidad con la participación de artistas contra famosos. Este año será el 28 de diciembre en el Estadio Fernando Torres (Fuenlabrada) a las 12:00 horas y la madrina del partido será Ana Obregón, pues los beneficios irán destinados a la Fundación Aless Lequio.

Llevas muchos años celebrando este partido... ¿Se puede saber cuántos?

32 años. Fue un partido que surgió de Luis del Olmo, Jesús Gil y Lorenzo Sanz, que me pidieron que lo organizara. ¡Y hasta ahora! Ya es una tradición a la que no quiere faltar nadie.

Este año los beneficios van destinados a la Fundación Aless Lequio ¿Cómo reaccionó Ana Obregón cuando le dijiste que querías que su fundación fuera la beneficiada?

Se emocionó muchísimo. Todos los años una ONG o fundación se lleva el dinero recaudado. Ana y yo nos conocemos desde hace más de 30 años. Somos amigos. Cuando se lo dije se emocionó muchísimo y me lo agradeció comprometiéndose a dar el saque de honor y a participar en la rueda de prensa.

Otro de quién también eres un gran amigo es Julio Iglesias, de hecho, le hiciste un vídeo de felicitación en el que cientos de famosos le mandaban un mensaje especial. ¿Qué te dijo cuando lo vio?

Me llamó por teléfono para decirme que le había encantado. Me dijo que gracias al vídeo sus hijos habían valorado quién era su padre.

¿Cómo está de salud?

Él está ya escarmentado. Está hecho un toro.

Pero lleva muchísimo tiempo sin dejarse ver...

Su entorno le cuida al máximo. Él está bien, tendrá los dolores normales de su edad, pero tiene un coco perfecto.

Cuántos secretos debes tener en tu memoria... ¿Vales más por lo que callas?

Los secretos que guardas son los que te abren las puertas y los que cuentas los que te las cierran. Yo soy de ver, oír y callar. No es lo mismo contar anécdotas que ir más allá.

Gloria López

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

La sonrisa de la princesa de Gales (42) es el mejor signo de que cada día se encuentra más fuerte tras haber se enfrentado a un cáncer

Kate, la princesa vuelve a sonreír en Navidad

Junto a su marido y sus tres hijos presidió el concierto anual de villancicos que fundó ella misma

Los príncipes de Gales y sus tres hijos, George, Charlotte y Louis, durante el servicio religioso en Westminster.

HACE un año Kate Middleton presidía el concierto navideño *Together at Christmas*, una iniciativa benéfica fundada por ella misma en 2021. Nadie podía sospechar que poco después se vería inmersa en el año más difícil de su vida tras serle diagnosticado un cáncer. Ahora la princesa ha regresado al mismo evento, cerrando un círculo en el que lo mejor es volver a verla fuerte, sana y feliz.

Y, por supuesto, rodeada de toda su familia. Su esposo, el príncipe Guillermo, y sus hijos, los príncipes George, Charlotte y Louis, por delante. Nadie quiso perderse esta cita en un momento tan especial para su anfitriona.

Una abarrotada abadía de Westminster, en Londres, esperaba a Kate con los brazos abiertos y esta, a su llegada, correspondió generosa en sonrisas, su gesto más característico, y con un estilo claramente navideño, vestida con un abrigo largo rojo, como si de una moderna Mamá Noel se tratara.

El peor año de su vida

Atrás van quedando los peores días de su enfermedad. A principios de 2024 tuvo que someterse a una cirugía abdominal; en marzo confirmó públicamente que padecía cáncer y el pasado septiembre comunicó que había finalizado su tratamiento de quimioterapia preventiva. ▶▶▶

En plena sonrisa, uno de los gestos más característicos de la princesa.

▶▶▶ Ha sido un año lleno de desafíos, pero ahora lo peor ha pasado y la prioridad de Kate Middleton es mantenerse "libre de cáncer".

La mejor prueba de su progresiva recuperación es que está retomando su agenda. De hecho, solo unos días antes de este concierto la princesa acudió a la ceremonia de bienvenida al emir de Catar y su esposa.

Más animada

Este recital navideño está organizado por ella misma y por eso tenía un sentido más simbólico. Kate volvió a derrochar cercanía para recibir a las personas de diferentes ongs y agradecerles su labor. Se la notaba más enérgica y animada.

Kate se sentó en primera fila junto a los suyos. La princesa se está tomando con calma su 'vuelta a escena', porque su salud es lo prioritario, pero en este concierto ejerció como absoluta protagonista. Si bien sus hijos también acapararon buena parte de la atención: un cada día más alto príncipe George (11), una responsable princesa Charlotte (9) y un inusualmente formal príncipe Louis (6), quienes se portaron de maravilla durante el servicio.

A la salida de la abadía estaba instalado un Árbol de los Deseos, donde se podían colgar unas tarjetas rojas dedicadas. Ahí se pudo leer la del benjamín Louis, quien dejó escrita una nota adorable: "Gracias a la abuela y el abuelo por jugar conmigo". Parece que se refería a los abuelos maternos (presentes en esta cita) y no a los reyes Carlos y Camilla. ■

Sophie Wessex, duquesa de Edimburgo, no se perdió el evento.

Kate lució un abrigo largo de Alexander McQueen y una falda plisada de tartán de Emilia Wickstead.

Beatriz de York, que espera su segundo hijo, con su marido y el hijo mayor de este. Detrás, Zara Tindall.

Los reyes de Reino Unido con el Emir de Catar, el jeque Tamim bin Hamad Al Thani, y su esposa, Jawaher bin Hamad Al Thani .

Carlos y Camilla brillan en palacio

Los reyes, ambos delicados de salud, regresan a Buckingham para presidir la cena de gala en honor del Emir de Catar y su esposa

EL palacio de Buckingham volvió a abrir sus puertas con todo su esplendor con los reyes Carlos y Camilla al frente. El motivo fue la cena de gala para recibir al Emir de Catar y su esposa en visita oficial a Reino Unido.

Una cita en la que el monarca, convaleciente de cáncer, y Camilla, que ha sufrido una infección respiratoria, ejercieron como perfectos anfitriones pese a sus problemas de salud.

La tiara Kokoshnik

Es más, la reina Camilla, de 77 años, recientemente ha tenido que cancelar su agenda para guardar reposo. Incluso se llegó a anunciar que no asistiría a este banquete, cosa que al final no ocurrió.

La esposa de Carlos III lució un vestido de terciopelo rojo de Fiona Clare y, por primera vez, la tiara Kokoshnik, de estilo ruso, que junto con el collar formaba parte del joyero de la reina Isabel II.

Allí mismo Camilla confirmó que había sufrido una neumonía, pero que ya había terminado el tratamiento.

Entre los 180 invitados estaban David y Victoria Beckham, dado el vínculo del exfutbolista con el Mundial de Catar 2022. ■

David y Victoria Beckham, vestida de su propia firma.

Alejandro estuvo en todo momento pendiente de Candela Márquez y no se separó de ella.

"Estoy viviendo un momento muy bonito y muy feliz. Me siento muy agradecido", nos dijo Alejandro emocionado con su homenaje

Con este posado, el artista ha presentado de manera oficial en España a su nueva pareja, la actriz, Candela Márquez.

Alejandro Sanz presenta a su novia en España: "Es una mujer increíble"

El cantante no esconde lo enamoradísimo y feliz que está al lado de Candela Márquez y la ha presentado, por primera vez, en Madrid.

VENDER más de 25 millones de discos en todo el mundo, ganar 24 Grammy Latinos y 4 Grammy (entre otros logros) ha convertido a Alejandro Sanz (55) en Personaje del Año según la revista Vanity Fair. El escenario no podía ser más emblemático: el Museo La Neomudéjar madrileño sirvió de telón de fondo para una velada dedicada a homenajear al inigualable cantante y premiar su brillante y larga carrera.

Un momento dulce para el artista que aprovechó la ocasión para presentar de manera oficial en Madrid a su nueva pareja, la actriz, Candela Márquez. SEMANA, que fue testigo del homenaje, charló con él sobre esta feliz etapa. "Me encuentro viviendo un momento muy feliz. Candela me está aportando muchas cosas, es una mujer increíble" nos dijo. Aunque todavía es muy temprano, al ser preguntado por una posible boda, el cantante de *Corazón partío* ha aventurado que "nunca se sabe". ▶▶▶

Blanca Romero (48) lució un diseño de Mario Zalafranca.

Lucía Rivera (26) apostó por un vestido dos piezas de la diseñadora Tory Burch.

Vicky (51) y Rocío (43) Martín Berrocal, grandes amigas de Alejandro.

Eugenia Martínez de Irujo (56) y su marido, Narcís Rebollo (54).

Silvia Abascal (45) con un traje de Giorgio Armani.

Tania Llasera (45) tampoco quiso perderse el homenaje.

Laura Ponte (51) quiso apoyar a su amigo.

Hiba Abouk (38) lució un vestido de Balmain y no quiso entrar en detalles sobre su relación con Manuel Revilla.

Mariola Orellana (61) acudió sin marido, Antonio Carmona.

▶▶▶ Una declaración de intenciones que llega en unas fechas muy familiares. "Soy muy navideño y ya hemos puesto el arbolito. Lo voy a pasar en familia", dijo sonriente.

Sus amigos lo arropan

Desde actrices y modelos hasta diseñadores, cantantes o socialités, nadie quiso perderse la oportunidad de rendir tributo al artista español más premiado internacionalmente. Blanca Romero junto a su hija Lucía Rivera, Manuel Turizo, Eugenia Martínez de Irujo acompañada de Narcís Rebollo, Silvia Abascal, Mariola Orellana o Vicky Martín Berrocal y su hermana Rocío fueron algunas de las celebridades que quisieron acompañar a Alejandro en esta noche tan especial.

Iván Reboso

Fotos: Gtres

Lidia Torrent (31), espectácular con un vestido de Elisabetta Franchi.

Se conocieron en 1976 en un crucero por el Mediterráneo, al que ambos acudieron con sus respectivas parejas

Carmen se separó de Alfonso de Borbón y dejó a sus dos hijos en España para vivir su amor en París con el anticuario, veinte años mayor que ella

Carmen Martínez-Bordiú: el día que lo dejó todo por amor

El 11 de diciembre se cumplen 40 años de su boda secreta con Jean Marie Rossi, cuando estaba embarazada de cinco meses de su hija Cynthia

La pareja fue protagonista de grandes fiestas y eventos de la alta sociedad parisina de los años ochenta.

HUBO una época de su vida en la que Carmen Martínez-Bordiú (73) fue Carmen Rossi. La nieta mayor de Francisco Franco, en quien su familia había puesto todas las esperanzas al emparentar con la realeza tras su boda con Alfonso de Borbón, nieto de Alfonso XIII, protagonizó el gran escándalo de la sociedad de la época cuando decidió dejarlo todo y marcharse a París para iniciar una nueva vida junto al hombre del que se había enamorado.

Carmen y Jean Marie Rossi se casaron el 11 de diciembre de 1984. Un enlace civil, íntimo y secreto, celebrado en el pueblo de Rueil-Malmaison, a poco más de cinco kilómetros de París, donde la pareja vivía, y con Carmen embarazada de cinco meses (algo ▶▶▶

SEMANA

«¡CASATE CONMIGO!»

CRISTINA ONASSIS, POR LOS SUELOS

BODA DEL DOCTOR ROSADO Y LA ACTRIZ ESTHER SANTANA

LA BODA
Como refleja la portada de SEMANA, el anticuario le pidió matrimonio a Carmen al poco de vivir juntos en París. Primero tuvo que llegar el divorcio de Alfonso de Borbón, que firmaron el 24 de mayo de 1982.

Cuatro meses después de la boda, el 28 de abril de 1985 nació Cynthia, la única hija de la pareja.

▶▶▶ que todavía no había trascendido públicamente).

Hacía unos años que ya compartía su vida con el anticuario francés, veintidós años mayor que ella. Un hombre seductor, cosmopolita, culto, con gran sentido del humor, que parecía la antítesis de su primer marido.

En un crucero

La pareja se había conocido cuando Carmen todavía estaba casada con Alfonso de Borbón y era duquesa de Cádiz. Fue a finales de 1976, en un crucero por el Mediterráneo, al que los duques de Cádiz fueron invitados por Olimpia Torlonia, hija de la infanta Beatriz de Borbón, tía de Alfonso, mientras que Jean Marie Rossi acudió con su segunda esposa, Bárbara Hottinger. Cuando el barco atracó en Bari, Carmen y Rossi dejaron a sus respectivas parejas a bordo y bajaron para dar un paseo por la ciudad. Así, callejeando, surgió el amor.

SEMANA
Inminente concesión de la NULIDAD DE SU PRIMER MATRIMONIO
Carmen y su historia de amor con Jean Marie Rossi
Por él abandonó su patria y su familia
Lágrimas de Doña Concha Piquer ante la tumba de Coral

NULIDAD DEL MATRIMONIO

Aunque Carmen y Alfonso de Borbón firmaron la nulidad de su matrimonio en diciembre de 1986, nunca se casó por la iglesia con el anticuario francés, que ya tenía dos matrimonios a sus espaldas.

Sin importarle los convencionalismos, ni la rigidez de una sociedad que todavía no se había sacudido la férrea moral del franquismo, Carmen se separó en 1979 y se marchó a París con Rossi, dejando a sus dos hijos con su padre en España, algo que en aquella época no se entendió y por lo que fue duramente criticada.

Pero no solo fueron las críticas de una alta sociedad anclada en valores anacrónicos, también dentro de su propia familia su decisión levantó ampollas. Especialmente en su padre, Cristóbal Martínez-Bodiú, el marqués de Villaverde, que nunca perdonó a su primogénita que se pusiera el mundo por montera y lo dejara todo para vivir su apasionado amor.

Sin embargo, a Rossi la oposición de su nueva familia política le traía sin cuidado: "*Ma cherie*, ya no tengo edad para hacerme amigo de tu padre. Si coincidimos en algún lado, le saludaré. No me pidas más", así lo relataba Carmen en su autobiografía *Carmen Martínez Bordiú, a mi manera*.

Tras la muerte de Francisco y Mathilda, los hijos de Carmen y Rossi, respectivamente, el nacimiento de Cynthia fue una alegría para la pareja

En 1988, la pareja con su hija durante unas vacaciones de verano en Mallorca.

Tras la separación del matrimonio, Cynthia se quedó con su padre en París.

En la capital gala comenzó la vida que ella siempre había querido, al lado de un hombre que le abrió los ojos a un mundo libre y desconocido y del que estaba absolutamente enamorada: "Él me enseñó a ser mujer", aseguró. Hizo cursos de arte aconsejada por su marido, acudían a fiestas y a muchos eventos sociales que se celebraban en la capital gala y viajaban por todo el mundo.

El matrimonio vivía en un edificio en el que también residía la anterior mujer de Rossi, Bárbara Hottinguer, madre de sus tres hijos, Marella, Mathilda y Frederic, y quien seguía trabajando con él en su tienda de antigüedades, Aveline, en el centro de París. Para Carmen no fue ningún problema y se adaptó perfectamente a esta nueva vida tan alejada a la que había tenido en España: "Me llevo muy bien con Bárbara y es una manera de que los hijos de padres separados tengan una buena convivencia cotidiana", aseguraba Carmen.

Muerte de su hijo

La felicidad en París, con constantes viajes a España para ver a sus hijos (a pesar de las dificultades que le ponían para ello), se truncó de la manera más trágica con el accidente de coche que le costó la vida a su hijo mayor.

El 5 de febrero de 1984, Alfonso de Borbón y sus dos hijos venían de pasar un fin de semana esquiando en Astún, cuando el duque se saltó un stop y el coche que conducía chocó contra un camión. Alfonso tuvo graves heridas que lo mantuvieron en coma, pero fue su hijo Francisco de Asís, de 11 años, quien falleció (llegó clínicamente muerto al hospital), mientras que Luis ▶▶▶

LA GRAN TRAGEDIA
Carmen perdió a su hijo mayor, Francisco, de 11 años, en un accidente de coche en el que conducía su exmarido y su otro hijo fue gravemente herido. Años después aseguró: "Cuando un dolor es tan fuerte se te secan las lágrimas".

▶▶▶ Alfonso también sufrió heridas de consideración.

Carmen recibió la llamada del Rey Juan Carlos para darle la noticia del accidente, pero sin comunicarle la muerte de su hijo. Al lado de su abuela, con un abrigo de piel, seria, tras unas grandes gafas de sol, pero sin derramar ni una lágrima, enterró a su primogénito. Su actitud hierática y la aparente frialdad fue muy criticada entonces, pero ella se mantuvo callada. No fue hasta muchos años después cuando rompió su silencio. "No era capaz de llorar. La pérdida era demasiado fuerte. Cuando un dolor es tan fuerte se te secan las lágrimas", dijo.

Tan solo seis meses después la tragedia golpeó de nuevo a la familia con la muerte de Mathilda, una de las hijas de Rossi, de 13 años, en una accidente náutico durante unas vacaciones familiares en Bahamas, en las que también estaba Luis Alfonso.

La llegada de Cynthia

"Creo que si en aquel momento Cynthia no hubiera sido engendrada , hubiéramos roto ya nuestra relación, porque seguir juntos era recordar tristezas", manifestó Carmen tiempo después sobre las tragedias que a ambos les tocó vivir.

La única hija del matrimonio nació el 28 de abril de 1985 y, aunque nunca pudieron superar la pérdida de sus hijos, la llegada de la pequeña supuso un motivo de alegría para una pareja devastada.

Diez años después de esa boda secreta envuelta en el escándalo, Carmen Martínez-Bordiú y Jean Marie Rossi se separaron, pero siguieron manteniendo una magnífica relación. La historia se repitió y Cynthia se quedó a vivir en

Carmen vive ahora en Portugal pero viaja a menudo a Madrid y Burdeos donde viven sus hijos, Luis Alfonso y Cynthia, respectivamente, para disfrutar de ellos y de sus seis nietos.

Vestida de Balenciaga, Carmen dio el 'sí, quiero' a Alfonso de Borbón en 1972.

Además de Rossi tuvo otros dos maridos, con bodas muy diferentes. Con Alfonso de Borbón fue un enlace 'casi real' en el Palacio de El Pardo. Con José Campos vivió una boda de inspiración india llena de celebrities.

Rossi, muy feliz en la boda de su hija Cynthia, que se casó con el cirujano Benjamin Rouget el 18 de diciembre de 2015.

París con su padre, mientras Carmen regresó a Madrid. Pero eran otros tiempos y la situación fue muy diferente a la que vivió en su primera separación. Ya no tuvo que oír que había abandonado a su hija y su ex nunca le puso ningún problema, al contrario, cada vez que viajaba a París se quedaba en el que había sido el hogar familiar.

El anticuario francés falleció en septiembre de 2021 y con su muerte se fue el gran amor de la vida de la madre de Luis Alfonso de Borbón. ■

Su tercer marido fue José Campos, con quien se casó en Santander en 2006.

Álvaro Muñoz Escassi

Desde niño, este atractivo sevillano sintió una gran afición por los caballos, que pronto se convirtió en su profesión. Sin embargo, este jinete se ha alzado como uno de los rostros habituales de la prensa social por otros menesteres, en concreto, por su faceta conquistadora. Y es que Álvaro Muñoz Escassi (51) atesora una larga lista de relaciones sentimentales y romances, entre los que hay muchos rostros conocidos, como Lara Dibildos (madre de su hijo), Vicky Martín Berrocal, Mireia Canalda, Sonia Ferrer o, más recientemente, María José Suárez e Hiba Abouk.

Todo un seductor, que mostró sus artes amatorias en el *reality I love Escassi* (Telecinco). En la actualidad, Álvaro es colaborador de *TardeAR*, donde comparte plató con su actual pareja, Sheila Casas, hermana de Mario y Óscar Casas. ¿Será la definitiva?

51 años

5 años

29 años

36 años

40 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.
Subdirector de estrategia comercial digital: Iván Lorente.
Soluciones implementación de publicidad digital: Alicia Cortés.
Madrid y norte
Directora de publicidad: Belén González.
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.
Teléfono: 91 510 66 00

Barcelona y Levante
Directora de publicidad: Ángela Carpio.
Directora de publicidad: Olga Fernández
Directora de publicidad: Cristina Hombravella
Coordinadora de publicidad: Ainhoa Argente del Castillo.
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.
Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información
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

atashi®
cellular cosmetics

ESTA NAVIDAD ATASHI QUIERE TODO CONTIGO

ALTA COSMÉTICA DERMOFARMACÉUTICA PARA PIELES SENSIBLES

@atashicellular • atashicellular.com

Descubre los cofres más beauty

De venta en farmacias y parafarmacias de y plataformas digitales

LABORATORIOS PHERGAL
Inspiring beauty