



*especial
sanfermín*

XABIER USABIAGA, MEMORIA DE CICLISMO

Moda Marc Jacobs, polémico y genial | **Rutas** Urola Kosta, variedad con aire marino | **Ciencia** Conocer el cerebro a través de las ilusiones ópticas | **Gastronomía** Florette, las ensaladas para el verano | **Televisión** José Luis Corral: "Las series históricas suelen estar llenas de errores"





San Miguel TE ENCUENTRA LA MÚSICA

**BILBAO BBK
LIVE FESTIVAL**
7,8 y 9 de julio



**COLDPLAY / VETUSTA MORLA
KASABIAN / RUSSIAN RED...**

**ARCADE FIRE@
GUGGENHEIM**
13 de julio
Bilbao

San Miguel
DONDE VA, TRIUNFA.

5,4°. San Miguel recomienda el consumo responsable.



SAN FERMÍN

- 04 **PRESENTACIÓN** 'SUMÉRGETE EN LA FIESTA'; CARTEL OFICIAL DE ESTE AÑO
- 06 **PROGRAMA** UNA SELECCIÓN DE LOS ACTOS MÁS DESTACADOS DÍA A DÍA
- 08 **RECIÉN LLEGADOS** DIEZ BUENOS CONSEJOS PARA EL VISITANTE SANFERMINERO
- 12 **CAMBIOS** UNA EDICIÓN QUE SE PRESENTA CON ESCASAS Y POCO SIGNIFICATIVAS VARIACIONES

ESTILO Y OCIO

- 15 **GENTE EN PORTADA** XABIER USABIAGA, MEMORIAS DEL MEJOR CICLISMO
- 22 **MODA** MARC JACOBS UN REBELDE QUE TRIUNFA EN LOS OSCAR DE LA MODA
- 24 **PASARELAS** SAO PAULO SE LLENA DE COLOR Y DE ROPA FRESCA Y DE BAÑO
- 30 **RUTAS UROLA** CINCO HERMOSAS LOCALIDADES EN LA VERDE COSTA GUIPUZCOANA
- 34 **ATXARTE** UN PASEO POR EL DESFILADERO A LAS PUERTAS DEL PARQUE DE URKIOLA
- 38 **GASTRONOMÍA CARNE** EL VACUNO LLEGA A UNA CLASE DE LA UNIVERSIDAD

TELEVISIÓN

- 46 **ACTUALIDAD** JOSÉ LUIS CORRAL "LA SERIE 'AGUILA ROJA' TIENE ERRORES, PERO ES AVENTURA"
- 49 **FRANCISCO SIERRA** EL PUNTO DE VISTA DEL DIRECTOR DE CONTENIDOS DIGITALES DE ANTENA 3
- 50 **LUJÁN ARGÜELLES** "ME GUSTA VER CÓMO SURGE LA CHISPA DEL AMOR ENTRE LOS CONCURSANTES"
- 52 **JOSÉ MARÍA CARRASCAL** "LA TENTACIÓN DE UNA MUJER MÁS JOVEN SURGE A LOS 40 AÑOS"
- 54 **SERIES** JOSÉ ÁNGEL EGIDO "HASTA 'MÉDICO DE FAMILIA' NO PUDE VIVIR DE LA INTERPRETACIÓN"
- 58 **NOTICIAS NOVEDADES** ACTUALIDAD DE LA TELE
- 60 **PROGRAMACIÓN** LA PARRILLA ADELANTO DE LA OFERTA TELEVISIVA PARA LA SEMANA ENTRANTE

ON





04



24



34



30



38



46



50

197

Edita: ON Revistas y Suplementos SL.
 Correo redacción: redaccion@onrys.com.
 Publicidad: Itziar Leal. Mail publicidad: publicidad@onrys.com.
 Teléfono publicidad: 94 459 91 00.

Depósito Legal BI 2784/07. Imprime: Bulkograf.

Director editorial: Pablo Muñoz.
 Director ON: Mikel Larramendi.
 Diseño: Juan Pablo Maset y Ángel Vadillo. Televisión: Rosana Lakunza.



Esta revista se vende conjunta e inseparablemente con los periódicos: Diario de Noticias (Navarra), Deia-Noticias de Bizkaia, Diario de Noticias de Alava y Noticias de Gipuzkoa.

► Portada: Xabier Usabiaga. [FOTO: PABLO VIÑAS]



ESPECIAL SAN FERMÍN

¡Sumergidos!

Sumergirse en la fiesta. Esa es la idea que transmite el cartel oficial de los Sanfermines 2011 (*Sumérgete en la fiesta*), obra del fotógrafo tafallés Atxu Ayerra y de Kike Balenzategui, estellés y también fotógrafo, residente en Barañain.

El cartel (una efigie de San Fermín cayendo en líquido elemento, quizá agua, quizá algo más fuerte, vaya usted a saber), salpicando hacia arriba y dejando ver una especie de cabeza de toro que se adivina cuando se observa a cierta distancia, no deja de ser una alegoría de la fiesta, esa fiesta que en las 204 horas que median entre el chupinazo del 6 de julio y el Pobre de Mí del 14 deja exhaustos a pamploneses y visitantes, tiñe la capital de Navarra de blanco y rojo y sigue siendo un referente

internacional. Es un cartel poco convencional, con un punto iconoclasta y con mucho para interpretar. Como los Sanfermines mismos, vamos.

Hasta 520 actos recoge el programa oficial, citas variadas que incluyen toros, conciertos, juegos infantiles, actos oficiales y citas religiosas, aunque la fiesta tiene muchos más que no están puestos en negro sobre blanco. Porque los Sanfermines estallan cada día y en cada rincón, siguen siendo difíciles de asir, complicados de abarcar, imposibles de domesticar. Por eso hay apenas una solución factible: una vez que el cohete lanzado a mediodía ha roto el cielo pamplonés y la locura se ha desatado, solo queda sumergirse en la fiesta.

Completos a el 14 de julio / www.sanfermines.es

San Fermín 2011



Un placer en todos los sentidos

Orchidea: Medalla de Oro. Challenge International du Vin 2011. **Mediodía:** Trophée Prestige. Les Citadelles du Vin 2011.
Sur: Medalla de Plata. Concurso Mundial de Bruselas 2009. **Norte:** Medalla de Plata. Concurso Mundial de Bruselas 2011.
Cuatrocientos: Medalla de Plata. International Wine Challenge 2011. **Altos de Inurrieta:** Medalla de Oro. Challenge International du Vin 2010 (Bourg-Francia).
Laderas de Inurrieta: Medalla de Oro. Mundus Vini 2008. **Orchidea Cuvée:** Medalla de Plata. Concurso Mundial de Sauvignon 2011.
Inurrieta PV: Bacchus de Oro 2010.



BODEGA INURRIETA

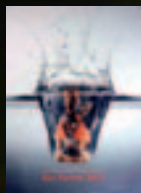
Vinos de Premio

Les desean Felices Fiestas



Ctra. Falces-Miranda de Arga, Km. 30 31370 Falces (Navarra) España Tel.: +34 948 737 309 www.bodegainurrieta.com

especial



sanfermín



► Público durante un concierto en la plaza de los Fueros.

Lo mejor del programa

AUNQUE MUCHAS VECES LO MEJOR DE LAS FIESTAS DE PAMPLONA NO ESTÁ EN UN PAPEL, SINO EN LA CALLE, EL PROGRAMA OFICIAL NO DEJA DE SER MUY IMPORTANTE Y, A FIN DE CUENTAS, EL QUE PAGAN TODOS LOS CIUDADANOS. EMPOBRECIDO POR LA CRISIS, SIGUE RECOGIENDO DECENAS DE ACTOS, ALGUNOS MUCHO MÁS LLAMATIVOS Y EXITOSOS. [TEXTO: A. CALVO. FOTOS: D.N.]

*** DÍA 6, 12.00 HORAS. Chupinazo.** Estalla la fiesta y la ciudad entera ruge. Para muchos, el mejor día de los Sanfermines. Siga el Chupinazo pero, lo mejor, por la tele en cualquier bar o a

pie de calle en una plaza del Casco Antiguo. Meterse en la plaza Consistorial es de lo menos recomendable, salvo que tenga menos de veinte años o ganas de salir baldado.

*** DÍA 7, DE 10.00 HORAS HASTA MEDIODÍA. Procesión de San Fermín.** Mucho que ver, mucho que alternar, mucho que gozar: Es una procesión, pero divertida y para verla aquí y allá disfrutando del vermut más largo del año. Hay momentos en los que emociona a propios y extraños... y mucho.

*** DÍA 7, 17.30 HORAS. Mulillas y bandas.** Desde la plaza Consistorial sale el primer desfile de las mulillas hasta la plaza de toros, un acto castizo y hermoso porque, además, va acompañado de música. Después de doce meses sin escuchar los cascafeles de las bestias, este cortejo inaugural conmueve. Y es de lo más festivo.

*** DÍA 7, 00.30 HORAS. Jazz del bueno.** Plaza de los Burgos. Dentro del ciclo Jazzfermín, uno de los más serios y currados del programa, actuación de un ilustre navarro que tiene hueco de honor en las mejores enciclopedias del jazz: Pedro Iturralde y su cuarteto.



▶ La reina europea de la Comparsa, bailando como una peonza.



▶ Alarde de Txistularis en la Tacонера.

* **DÍA 9, 21.00 HORAS.** *Todos a bailar.* Bajo el eufemismo *Música de aquí* (es decir, música regional vasca), gaiteros y txistularis desgranar melodías populares (fandango, arin arin, zortziko, polka...) para que los baile quienes quieran. Bailes poco promocionados... pero que siguen siendo los nuestros. Todo acaba con un multitudinario y muy desorganizado Baile de la Era. Es un acto diario, pero en sábado se producen muchísimo encuentros entre viejos amigos y aficionados a estos ritmos.

* **DÍA 10, 12.00, PLAZA DE LOS FUEROS.** *Cortando troncos.* Se celebra este día una de las citas más seguidas de las tradicionales convocatorias de deporte rural: el campeonato navarro de aizkolaris por parejas. Ese día se completa con exhibiciones de levantamiento de carro y de tronza. Hay que llevar gorro porque el sitio es inclemente.

* **DÍA 10, 13 HORAS, PARQUE DE LA TACONERA.** *Txistu.* En un ambiente umbrío, cas-

tizo, alegre y muy musical, se celebra el Alarde de Txistularis, que alcanza ya su 52 edición. Una cita que va a más, que reivindica un instrumento muy propio, que se niega a retroceder en favor del ruido omnipresente y que este año homenajea a Lorenzo Ondarra.

* **DÍA 10, 23.30 HORAS, PLAZA DE LOS FUEROS.** *Txarrena.* La programación de Fueros Directo de este año es aburrida, monotónica y carente de matices. Lo mejor, la presencia de la banda alternativa de El Drogas. Con esto, está todo dicho.

* **LUNES 11, 20.30 HORAS, PLAZA DE LA CRUZ.** *Fórmula V.* ¿Qué sería de las fiestas sin un poco de caspa? Este año le toca a Fórmula V, el grupo que en los 70 triunfó con temazos como *Cuéntame*, pero también con cancioncillas veraniegas como *Tengo tu amor*, *Eva María* o *La fiesta de Blas*. Gracias a las últimas elecciones, al menos nos libramos de la alcaldesa, que ya no lo es (es

presidenta), saliendo a saludar y a darse un baño de masas aprovechando la alopecia presente.

* **MARTES 12, 24.00 HORAS, PLAZA DEL CASTILLO.** *Música indie.* Si la programación de los Fueros es pobre, la de la plaza del Castillo resulta inexistente. Los Pignoise son lo único a tener en cuenta, aunque probablemente este ni siquiera sea su sitio.

* **MIÉRCOLES 13, 12 HORAS, PLAZA DE LOS FUEROS.** *Viva Perurena.* Momento de acudir a rendir homenaje a una familia que lo ha sido todo en el mundo de la cultura vasca y que reivindica una Navarra más poética y diversa: los Perurena, con Iñaki al frente.

* **DÍA 13, 24 HORAS, PARQUE DE LA TACONERA.** *Duhalde y Oinez.* Aprovechando para hacer una visita a la barraca del Nafarroa Oinez, concierto de un trovador trotamundos que lleva años y años desgranando buen rock por todos los pueblos de Euskal Herria: Anje Duhalde.

* **DÍA 14, 10.45 HORAS, DE LA PLAZA CONSISTORIAL HASTA SAN LORENZO... Y VUELTA.** *Octava de San Fermín.* Porque toda procesión que se precie debe tener su octava. Y esta es preciosa. Un acto muy de Pamplona y muy para los de Pamplona, pero abierto a todo el mundo. Divertido, campechano y con ese sabor agridulce del último día.

* **DÍA 14, 14.00 HORAS, PLAZA CONSISTORIAL.** *Despedida a la Comparsa de Gigantes y Cabezudos.* Multitudinario adiós a las figuras más queridas de la ciudad. Sencillamente, un fenómeno de cariño y atención diaria por parte de grandes y chicos. El acto, en el que muchos de los pamploneses que mandarían en el futuro se desprenden del chupete, ha pasado de la Estación de Autobuses a un lugar mucho más noble. Esto también emociona.

* **DÍA 14, 18.30 HORAS, PLAZA DE TOROS.** *Corrida de expectación.* La corrida en principio mejor rematada del ciclo es la del último día. Toros de moda (Núñez del Cuavillo) para una terna con cierto nombre dentro del escaso aprecio que tiene la Feria del Toro por los diestros que no quieren enfrentarse a reses de verdad. Torean Juan Mora, El Juli y Sebastián Castella.

Diez consejos **festivos**

HE AQUÍ DIEZ BUENOS CONSEJOS PARA VISITANTES SANFERMINEROS NO AVEZADOS, PARA AQUELLOS QUE LLEGAN POR PRIMERA VEZ O QUE YA ESTUVIERON, PERO QUE SUFRIERON EL DESPISTE, LA MASA IMPERANTE EN CADA ESQUINA Y EL NO SABER BIEN EN QUÉ MOMENTO HAY QUE IR Y A QUÉ LUGAR PREFERENTEMENTE. [TEXTO: A. CALVO. FOTOS: D.N.]



► Peligrosa caída junto a un toro en el callejón de entrada a la plaza.

1- Júntese con algún natural de la ciudad

Si es visitante de las fiestas de San Fermín, sobre todo si esta es la primera o de las primeras veces, hay un consejo imprescindible: júntese con gentes de Pamplona. Quien intenta andar por la ciudad a su aire apenas se entera de lo que pasa, sufre el muro humano, no consigue acceso a los actos importantes y se queda con la pobre impresión de que la fiesta se limita a la juerga. Disponer de unos guías locales es de lo más reconfortante; no siempre resulta fácil, pero sí es un esfuerzo que merece la pena abordar.

2- No se limite al binomio alcohol-noche

Quienes creen que San Fermín se limita a la juerga, ejemplificada en el binomio alco-

hol-noche, tienen una visión tan reducida y parcial que no se ha enterado de la realidad. Las fiestas de Pamplona tienen actos cívicos y religiosos, espectáculos tan famosos como las corridas de toros y los fuegos artificiales, singularidades como una comparsa de gigantes y cabezudos antigua y sentida, mucha camaradería, gastronomía e ingenio callejero. Hay que captarlo todo, o casi todo, para hacerse una idea aproximada y real de por dónde van los tiros.

3- Vaya a la plaza de toros

En tiempos de furibundo antitaurinismo parece un consejo chusco, pero es imprescindible. Una buena manera de penetrar en la esencia sanferminera es presenciar *in situ* una corrida del ciclo de la Feria del Toro. La plaza más distinta del mundo sigue teniendo dos espectáculos parale-

los, el del coso y el de los tendidos. Quien no ha estado en la plaza en tarde de feria se ha perdido algo muy, pero que muy grande. Aquí los antitaurinos tienen un hueso duro de roer. Cargarse estas corridas es cargarse muchas más cosas.

4- Cuidado con el coche

El coche, en San Fermín, es una fuente constante de problemas. Primero, apárquelo bien, porque la autoridad es ineluctable y la grúa aprovecha las fiestas para hacer caja (ya se sabe, el recaudador nunca descansa). Y segundo, no lo mueva. Aunque de dudosa justificación, se puede encontrar un control de alcoholemia en el centro de la ciudad (los del exterior, perfectamente comprensibles, son más que abundantes).

5- Respete

Respeto, respeto y respeto. Esa es la nor- ►►

Descubre dos ambientes diferentes en

La Hacienda

En el **RESTAURANTE**

podrás disfrutar de:

- Cenas temáticas y espectáculos.
- Bodas, bautizos, comuniones, eventos, comidas de empresa y todo tipo de celebraciones.
- Especialidad en parrilladas de carne (estilo pierrade).
- Amplio jardín y zona chill-out.
- Zona infantil recreativa con columpios y castillo hinchable. Con cuidadora de niños.
- Parking privado.



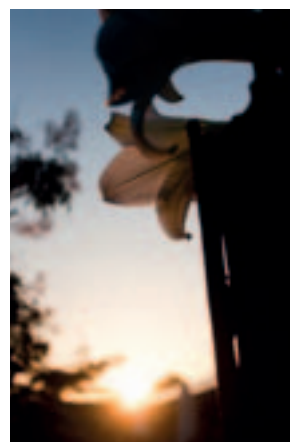
y si decides quedarte en el **BAR**, tendrás pantalla gigante, mientras degustas nuestra variedad de bocadillos, tapas y raciones.



descubre
nuestra nueva
terrazza
lounge



Menú de San Fermín
32 euros



La Hacienda

Camino Labiano, 47 (Mutilva Alta).
Teléfono de reservas: 948 235 579



► Una marea de pañuelos rojos esperando el lanzamiento del Chupinazo anunciador.



► Imitando a los gigantes en la plaza de toros.



► Una noria en el Ferial.

ma clave. Respeto a la fiesta, respeto a quienes la disfrutan, respeto a los habitantes de la ciudad, respeto al que trabaja, respeto a la mujer... Actitudes como mear en los portales, drogarse en público, pensar que la ciudad es un enorme lupanar, romper el mobiliario público, arrasar los jardines, provocar peleas o irse sin pagar de los sitios deberían pasar definitivamente al olvido.

6- No sea un guarro

Hace no tantos años alguien debió pensar que hacer el guarro es divertido. Craso error: solo pone en evidencia al marrano. Ya basta de manchar y mancharse en el Chupinazo, en la plaza de toros, en cualquier calle. Con limpieza e higiene se pasa mucho mejor.

7- Aliméntese

Los Sanfermines vividos a tope imponen

sus rigores. Alimentarse bien y frecuentemente es norma básica para poder sobrevivirlos (y disfrutarlos). A esto (a comer, sabroso y abundante) dedican los pamploneses mucho tiempo y energía. Por algo será.

8- Busque la parte más íntima de la fiesta

Y no hablamos de ligoteo sano, que lo hay, sino de esos actos que parecen reservados para unos pocos pero son más accesibles de lo que algunos creen: vaya al Gas a ver los toros, consiga un pase para el encierriño, suba al Baile de la Alpargata en el Casino Principal, acuda al Momentico del día 6, goce en un partido de pelota, procure pegarse un buen almuerzo en la calle, disfrute (bailando, a poder ser) de las dianas mañaneras, únase a la salida de las peñas...

9- Gaste con cuidado

En fiestas la mano fácil con el dinero es habitual, y el asiduo sanferminero se vuelve pródigo a veces sin sentido. Con la persistencia de la crisis económica ya se van limitando actitudes derrochadoras, como tirar cava a espuestas, llevar al Ferial a todos los sobrinos o comprar en cualquier puesto callejero gorras para toda la cuadrilla (que a media tarde la mitad ya han perdido). Pero la recesión avanza y hay que andar con cuidado. Gastar y celebrar sí, que para eso son fiestas, pero sin perder el norte.

10. Y donde fueres...

En este caso, no hagas lo que vieres, sino lo que creas que debes hacer, que será lo que está bien hecho. Ver, lo que se dice ver; puedes ver muchas cosas, pero eso no da licencia para imitarlas.



HOTEL TRES REYES

★ ★ ★ ★ Luxe
PAMPLONA

Un rincón verde en el corazón de la fiesta

San Fermín te ofrece el ambiente de una fiesta única en el mundo. En el Hotel Tres Reyes ponemos a tu disposición los mejores servicios para darte la posibilidad de sumergirte en esta fiesta universal desde un lugar privilegiado.



Jardines de la Taconera 31001 Pamplona T 948 22 66 00

www.hotel3reyes.com

Algunas novedades

NO ES SAN FERMÍN UNA FIESTA DADA A MUCHAS NOVEDADES, PERO ALGUNAS SIEMPRE HAY. Y SI NO ESTÁN EN LA FIESTA, ESTÁN EN LA CIUDAD, O EN SUS GENTES. HE AQUÍ ALGUNAS PARA LA EDICIÓN DE ESTE AÑO QUE CONVIENE CONOCER. [TEXTO: A. CALVO]

*** NUEVO ALCALDE.** El alcalde de Pamplona tiene mucho protagonismo en Pamplona: despeja el encierro, preside los actos cívicos y religiosos, el Pobre de Mí... Merced a las últimas elecciones, Pamplona tiene nuevo alcalde, Enrique Maya Miranda, pamplonés de 51 años, que para empezar lanzará el Chupinazo el día 6. Fue designado en su día del fin por su predecesora, Yolanda Barcina, premiado con la lista más votada por los sufragios de los pamploneses y aupado a la alcaldía por el tradicional entreguismo a la derecha del PSN, que persiste en una actitud que le está llevando de partido que gobernó Pamplona a anécdota política en plan épsilon: tiende a cero.

*** SIN FUMAR.** Una de las grandes novedades del año: los primeros Sanfermines con la ley antitabaco en vigor. Da mucha curiosidad ver cómo se reacciona.

*** ANIVERSARIO DE HEMINGWAY.** Discutido en épocas, hoy reconocido y apreciado, estos Sanfermines se cumplen 50 años del suicidio de Ernest Hemingway, quien se pegó un tiro en su finca de Idaho el 2 de julio de 1961. Fue enterrado el 7 de julio, festividad de San Fermín, de aquel año. En estas fiestas, de uno u otro modo, se recordará al gran escritor y mejor vividor, aunque sin fastos oficiales.

*** UNA MANZANA QUE FALTA.** Hay en el Ensanche de Pamplona, entre las calles Amaya, Leire y Teobaldos, una manzana con mucho regusto sanferminero, entre otras cosas porque tenía bares que eran parada habitual en fiestas: a almorzar y a cenar en la calle, al café de los toros...

Bares tan populares como el Leire y el Larumbe, que ya no existen, como no existen dos terceras partes de dicha manzana, que ha sucumbido a la piqueta. La verdad es que el edificio era espantoso, pero estando donde está, se merece que lo sustituya uno al menos no tan espantoso como su predecesor.

*** MÁS OBRAS.** Una zona muy demandada por quienes hacían *acampada libre*, o casi (y lugar de habitual descanso de fur-

gonas y grandes vehículos) era la conexión de Mendillorri con el centro, una zona ajardinada, tranquila y desde la que se puede ir tranquilamente a pie a cualquier punto de la ciudad. Pues ahora tampoco existe. Las obras de un puente y la unión con el barrio de Lezkairu tiñen hoy lo que fue en otros años remanso Sanferminero en un infierno de obras, ruido y polvo. ¡A buscarse un nuevo rincón!

*** FIESTA FLOWER POWER.** Las celebraciones pre-San Fermín arrancan hoy mismo con la fiesta *Flower Power* que organiza Sanferbeer y Kiko Vinilo en el Palacio de Congresos Baluarte. Una fiesta que vuelve a los años 80 y 90 con DJs y que arrancará a las 23.00 horas, con un precio de 6 euros y con entrada libre para las chicas hasta las 02.00 horas. Para ir calentando motores, antes de la *Flower Power* tendrá lugar el concurso de beber cañas por relevos de la I Feria Internacional de la Cerveza a cargo de Amstel y Sanferbeer. En dos categorías –grupos de 5 o de 10– ganarán los más rápidos en finalizar los relevos bebiendo dos pintas cada uno sin derramar nada.

*** FOTOS CON HISTORIA.** Pamplona tiene su historia y la más reciente la han contado famosos fotógrafos. Zubieta y Retegui son apellidos imprescindibles, de la fotografía y de San Fermín. Y muchas de sus mejores imágenes se exponen en el Palacio del Condestable hasta el 2 de septiembre. Que sí, que sí, que un poco de cultura en fiestas también se agradece (por cierto, en el mismo lugar hay una exposición de María Franco, autora del cartel de la Feria del Toro. En este caso, hasta el 15 de julio).

un ambiente muy especial durante estos **sanfermines**

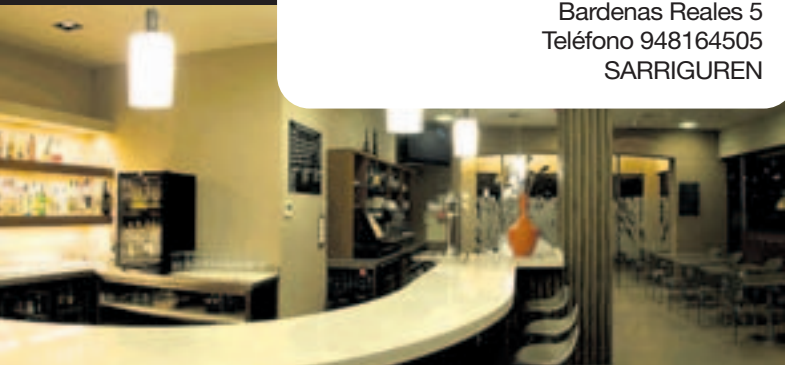
Sarriguren

a 5 min. de Pamplona



haran bar
ran rest

Bardenas Reales 5
Teléfono 948164505
SARRIGUREN



Haran Bar Restaurante

Almuerzos, cenas, menu especial de San Fermín, hamburguesas, bocadillos y platos combinados. Comida casera

Un ambiente inmejorable para comer o cenar. También se celebran banquetes especiales para bautizos y comuniones. Y como siempre, reunidos con los amigos y familia se puede ir a ver los mejores partidos de la Liga. Disponemos de terraza.

Servicios:

- Banquetes
- Comida para llevar
- Admitimos reservas
- Admitimos tarjetas



Old Dreams
Irish Pub

Reyno de Navarra 14
Teléfono 686782222
SARRIGUREN



Old Dreams Irish Pub

Almuerzo de San Fermín

- Cervezas: Guinness, Heineken, Murphys, Paulaner.
- Ensaladas, tostadas, sandwich, bocatas y nuestra hamburguesa "Old Dreams".
- Raciones: alitas de pollo, rabas, nachos.
- Infusiones naturales.
- Cafés especiales.

Chill Out Tea

ESPECIAL almuerzo sanferminero: choricicos a la sidra y plato de huevos con jamón, tomate y patatas, por 7€

El local perfecto para disfrutar de la mejor selección de té, combinados de café y repostería casera. Además cuenta con una gran variedad de bocadillos, fritos caseros, hamburguesas, sandwich gigantes...

Su buen ambiente va unido a varias zonas chill out para descansar con amigos o familiares.

Se celebran lunch de bodas y se reserva el local para eventos.

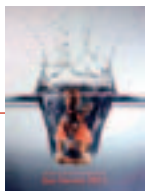
Disponemos de terraza.



CHILL OUT
TEA

Bardenas Reales 22
Teléfono 948074886
SARRIGUREN
www.chillouttea.com





HEMINGWAY Y EL SANFERMINERO

Uno de enero, dos de febrero, tres de marzo, cuatro de abril... Señores, ya falta menos para el txupinazo con el que se iniciarán los Sanfermines de 2011. En cuatro días Pamplona amanecerá con más ganas de juerga que Paquirrín tras su regreso de *Supervivientes*. La vieja Iruña dará paso a 204 horas ininterrumpidas de fiesta en una ciudad que poco tiene que ver con la tranquilidad existente durante el resto del año. Vayan preparando los pozales con cantidades industriales de fresco kalimotxo, la ropa blanca, el pañuelo rojo y la cartera. ¡Que no nos pille el toro!

Durante nueve días será habitual ver a los pamploneses rompiéndose a bailar —como si no existiera un mañana— con canciones como *La chica ye ye*. Desengrasaremos las caderas después de todo un año de insípida normalidad y cantaremos a los cuatro vientos acompañando nuestra interpretación con bochornosas gesticulaciones de la letra moviendo la cabeza descontroladamente al ritmo de la música y sin soltar el cubata (no lo nieguen, lo hemos hecho todos). Iremos a la última moda sanferminera comprando los gorros y collares más llamativos y luminosos en los txiringuitos ambulantes, simulando cualquier deplorable estilismo ideado por Agatha Ruiz de la Prada. Exaltaremos nuestros sentimientos de amistad con más énfasis que Nati Abascal diciendo aquello de “os quiero, os quiero a todo el mundo...”. Cualquier delantal o bata vieja para acudir a la Plaza de Toros será nuestro invencible escudo para una aventurada tarde en la que la tauromaquia será lo de menos. Nos haremos los despistados cada vez que veamos al compañero pesado del trabajo y a su familia. Exprimiremos nuestros ridículos e insuficientes conocimientos del inglés, francés y demás idiomas para comunicarnos con borratxanguiris mientras una legión de chinitas

luminosas intentará vendernos alguna espada de luces o rosas de plástico. No podrán faltar las *caiditas* varias, que iremos protagonizando durante todas las fiestas a causa de resbalones, excesos de alcohol... ¡Y podría seguir!

Al que mucho le deben los Sanfermines es a Ernest Hemingway. El astuto Premio Nobel de Literatura llegó a Pamplona en 1923 y se maravilló de las fiestas que lue-

go dio a conocer a todo el mundo. Amante de los toros, no dudó en narrar las peripecias de un grupo de turistas en las calles de la capital del viejo Reyno, con lío de faldas con torero de por medio (como Paqui la Coles y Víctor Janeiro, para que me entiendan). Su vida no fue muy sosegada: resultó herido en la Primera Guerra Mundial y mantuvo una atormentada relación con su madre a lo Borja Thyssen y Tita Cervera. Más conocida era su afición por beber más que los peces del villancico, así como lo bien que se desenvolvía con las mujeres. Con decir que se casó cinco veces...

Lo cierto es que Hemingway trasformó los Sanfermines de una celebración de lo más local y familiar en un referente universal. De esos tiempos (y de antes) se mantienen los encierros, la Comparsa de Gigantes y Cabezudos, las txarangas con sus peñas, la Procesión, las dianas, los bailables de gaita y txistu, las corridas de toros, desayunar un buen chocolate con churros... Me estoy empezando a venir arriba, no sé si voy a poder aguantar cuatro días con estas ganas de fiesta.

Hoy, especialmente, es un día en el que cabría recordar (aunque sea a través de estas líneas) la figura del estadounidense. Hay que reconocer que se le debe gran parte de esta explosión de júbilo y multitudes en la que se ha convertido la fiesta, a pesar de tener también su parte negativa, como puede ser la odisea de cruzar la calle Estafeta cualquier noche sanferminera con más obstáculos que cualquier prueba del mítico Grand Prix de Ramonx.

Hace hoy exactamente cincuenta años, el 2 de julio de 1961, Ernest Hemingway se quitaba la vida voluntariamente, al igual que habían hecho anteriormente su padre y su abuelo. Un final de vida que él ya había anunciado tiempo atrás y que finalmente llevó a cabo. Con este reconocimiento y con el cronómetro en cuenta atrás para el inicio de la fiesta solo queda decir una cosa: ¡Gora San Fermín!

Porque son en el mundo entero, unas fiestas sin igual, Riau Riau.





► Xabier Usabiaga, en el plató de televisión en el que trabaja.

Xabier Usabiaga

“No miente el ciclista ni el político: miente la persona”

El primer drama mató a su padre; el segundo le descabalgó de la bicicleta en su tercer año de profesional, con solo 25, días antes de debutar con el recién creado Equipo Euskadi, el mismo que hoy toma la salida en su décimo Tour de Francia. Lejos de abandonarse a la resignación y de refugiarse en el victimismo, Usabiaga se reinventó. No se bajó de la bicicleta, pero de la maleta sacó el maillot, el culotte y el linimento y en su

RENOVARSE O MORIR. POCAS VECES ESTA EXPRESIÓN, TAN GASTADA POR EL MAL USO, ADQUIERE TANTO PODER DESCRIPTIVO COMO APLICADA A XABIER USABIAGA, UN TIPO JATORRA DE ASTEASU QUE IBA PARA FIGURA DEL CICLISMO PERO AL QUE LA FATALIDAD SE LE PRESENTÓ EN FORMA DE DRAMAS CARDIACOS, DOS. [TEXTO: UNAI LARREA. FOTOS: PABLO VIÑAS]

lugar metió el micrófono, la grabadora y el ordenador. Sus vastos conocimientos ciclisticos, su rico euskera y su innata capacidad comunicativa obraron el milagro transformador. Hoy, aquel abnegado gregario de Rominger presenta el teledia-

rio de sobremesa de ETB-1, comenta las grandes citas ciclistas y amenaza con alcanzar metas más altas, inaccesibles para los pusilánimes y timoratos, reservadas solo a los perseverantes. Él lo es.

¿Dónde hay más mentira, en la política o ►►

► en el ciclismo?

No miente el ciclista ni el político: miente la persona, independientemente de la función que desempeñe. El ser humano tiene intereses que le llevan a mentir.

¿Ha mentido alguna vez para ocultar su condición de exciclista?

Jamás. He llegado donde estoy gracias a que fui ciclista. Saber comunicar mis conocimientos ciclistas y el euskera son los pilares de mi carrera en el periodismo.

Por tanto, ser ciclista no es motivo de vergüenza.

En absoluto. Lo que da mala imagen del ciclismo es el dopaje. Vivimos una fiebre de limpieza ética, una hipocresía general, que encuentra en el ciclismo una buena presa porque es el deporte que más lucha contra el dopaje y el que más noticias genera.

Viajemos a Asteasu, años 70, un crío llamado Xabier...

Travieso, charlatán y movido. Recuerdo una vida de calle, rural, sana, sin peligro, sin que los padres tuvieran los miedos y las neuras de ahora. Pelota, fútbol, ciclismo... Ir a Donostia era un acontecimiento. La Nacional 1 era de un solo carril, pasaba por todos los pueblos y se formaban unas colas... Nos poníamos la ropa de los domingos. Pasar el túnel de Amara y ver aquellas casas me hacía sentirme en Manhattan.

¿Siempre ciclista?

No. A los 14 años, con AKE (Asteasu Kirol Elkartea) llegamos a una final de fútbol en Anoeta, y uno de los ojeadores era Juanma Lillo. Quiso ficharme para el Tolosa, pero yo quería ser ciclista.

¿Por qué?

Mi padre, que era constructor, tenía un peón que era ciclista, Jesús Mari Larrarte, bueno en ciclo-cross. Le trajeron una bicicleta italiana, espectacular, y los domingos, cuando volvía de las carreras, yo se la limpiaba. Disfrutaba viendo los tacos de las zapatillas, los puentes de los frenos, el cuadro... Yo subía Andazarrate con siete años, y subir Andazarrate a aquella edad te hacía alguien en el pueblo.

Quema etapas, gana carreras, sube peladaños... y a los 18 años pierde a su padre.

Soy el mayor de cinco hermanos y aquel fue el primer punto de inflexión en mi vida. Estudiaba bachiller, acababa de estrenarme en aficionados... Tuve que tomar una decisión: estudio y me pongo a trabajar para ayudar en casa, o apuesto con todas las consecuencias por el ciclismo. Por suerte, el equipo Kaiku me puso un salario bue-

PERSONAL

Nombre: Xabier Usabiaga Oiarzabal.

Nacimiento: 27 de febrero de 1969 en Asteasu (Gipuzkoa).

Familia: Es el mayor de cinco hermanos. Está casado con Mila Irazu, tiene tres hijos: Maddi, Helene y Manex.

Carrera profesional: Tras completar el Bachiller, apostó por el ciclismo, llegando a ser profesional durante dos temporadas (1992 y 1993) en el Clas de Tony Rominger. En 1994, poco antes de debutar con el Equipo Euskadi, le es diagnosticada una cardiopatía que le obliga a colgar la bicicleta. Tras obtener el título de entrenador nacional de ciclismo, comienza a colaborar en Euskadi Irratia como especialista ciclista. *Egunkaria* y *Ciclismo a Fondo* son las estaciones previas a su desembarco en ETB, primero presentando el programa *Bidaide*, más tarde comentando las grandes citas ciclistas, después presentando los deportes en *Gaur Egun* y, en la actualidad, al frente del telediario de sobremesa de ETB-1. El ciclismo, los viajes, la lectura, la fotografía y "charlar" son sus pasiones.

no que me permitía ayudar en casa, y aposté por el ciclismo. Pero al año siguiente un hermano tuvo que ir a la mili, y para que él no perdiera el trabajo (repartidor de empresas con una furgoneta), tuve que compaginar ambas cosas. No pude andar mucho y me encontré en cuarto año de amateurs en la encrucijada: subía a profesionales o a la mina. Tuve problemas psicológicos porque me caí en las dos primeras carreras, la presión se me hizo tremenda, pero gané una carrera en Atarribia, el pueblo de Indurain, cambié el chip...

Y en 1992, profesional.

Tenía una oferta del Banesto, pero me decanté por el Clas de Juan Fernández, Rominger, Echave, Gastón...

¿Y su primera carrera?

GP La Marsellesa, en Francia. Mi ídolo era Greg Lemond, y en la salida me puse junto a él. No me atreví a saludarle. Me limité a observarle: músculos, piernas, venas, desarrollo... Creo guardar un recorte del periódico en el que aparezo junto a él.

Lemond fue uno de los grandes innovadores.

Siempre me ha gustado la tecnología, la preparación, la ciencia... Ya entonces yo, que no era nadie, pensaba en hacer una

concentración en altura, en el lago Titicaca, cuando solo las grandes figuras lo hacían. Compré un potenciómetro que sacó Look, fui de los primeros con el pulsómetro de Polar... Yo tenía que aprovechar cualquier factor para extraer el máximo del poco rendimiento que ofrecía mi cuerpo. Esa disciplina, esa seriedad, ese afán perfeccionista me lo inculcó mi padre. Si un día tenía que hacer 60 kilómetros, no volvía a casa con 59,9 kilómetros: daba dos vueltas a la manzana si hacía falta. Cuando los periodistas hacemos los perfiles de un campeón elogiamos su meticulosidad en el entrenamiento, su profesionalidad... Y yo digo que es una gran mentira: los campeones lo son porque tienen todo eso y, además, unas dotes físicas casi sobrehumanas. En lo que es entrenamiento, alimentación, reposo y demás, el peor del pelotón lo puede hacer tan bien como el mayor campeón, y lo digo por experiencia.

Dos años en el Clas.

No anduve bien. Trabajé mucho para el equipo y pillé varias escapadas, una en el Tour de Flandes, pero nunca me encontré como en amateurs. Tuve problemas de rodilla, de sobreentrenamiento... Además, en aquella época, y los franceses acuñarían el término, existía el ciclismo de dos velocidades. Y yo iba en la lenta.

En 1994 ficha por el Equipo Euskadi.

Y antes de debutar me detectan un problema cardíaco.

Cuénteme.

Pasé el invierno en Miami, aprendí inglés y entrené un montón, y a la vuelta pasé los test de esfuerzo, no con el equipo sino con mi médico. Ya concentrado con el equipo, salíamos en bici de montaña y estaba con los de delante. Y en enero, un día, de pronto, en el reloj desaparecen las pulsaciones y me mareo. En cuanto pasaba de 180 pulsaciones me entraba un mareo y un dolor de piernas impresionante. Me asusté, fui al médico. Febrero lo paso en Madrid. ¿Diagnóstico? Unas taquicardias que se pueden solucionar con una ablación, algo sencillo, me dicen: cada día curan a gente de 60 años con lo mismo. Y yo, claro: "Si curan a un tío de 60 años que está pachucho, ¿cómo no van a curarme a mí, 25 años y en plena forma?". Estando ingresado hacía footing con la esperanza de correr la Vuelta a Mallorca. Y subía y bajaba los ocho pisos por las escaleras de incendios.

Con el antecedente del aita, ¿piensa usted en la muerte?

El problema de mi padre fue muscular; el

mío es eléctrico. Mi corazón se contrae bien, es fuerte, no tiene colesterol... Pero sí, pienso en mi padre, la muerte... Y en mi madre. Imagina la papeleta: yo, hijo mayor, le tengo que contar a mi madre viuda que tengo un problema de corazón. ¡El ataque le da a ella! Volví a casa, se lo expliqué todo... y al quirófano.

¿Qué ocurrió?

Ocho horas en quirófano. A mucha gente la taquicardia le da a 100 pulsaciones durante 15 minutos, y es fácil provocársela y subsanársela, porque los médicos tienen tiempo para localizar el foco. ¿Cuál era mi problema? Me tenían que provocar 180 pulsaciones con un bombazo, y mis taquicardias eran muy cortas, de 15 a 25 segundos. A los médicos no les daba tiempo a localizar el foco. El doctor Jerónimo Farré me dice que tengo que dejar la bici. Se me cae el mundo encima. Me veo en la calle.

¿Cómo lo asumí?

Caí bajo. Pensaba en la muerte. Llegué a leer budismo para tranquilizarme y relativizar las cosas. Aprendí a relajarme a través de la sofrología. Le di muchas vueltas. Pensaba que cada día era un regalo porque tal vez no llegaría a la edad de mi padre. Ya casi la he alcanzado.

Y en aquel quirófano nace el **Xabier Usabiaga periodista**.

Me tenía que preparar para el mundo laboral e hice cursillos de informática y seguí con el inglés. No sabía hacia dónde me encaminaría, y surgió la opción de los comentarios para Euskadi Irratia. Luego *Egunkaria*, *Ciclismo a Fondo*... Fui abriendo el abanico.

Y da el salto a la televisión.

Inesperado. Un día me ofrecen presentar *Bidaide*, programa de documentales de la BBC. Fui con la misma naturalidad con que iba a la radio: se encendió el piloto, empecé a hablar... y hasta hoy. Después comente el Giro y el Tour. Y lo siguiente fue presentar los deportes en *Gaur Egun*. Me llamó Pedro Mari Goikoetxea, la idea era de Bingen Zupiria. Yo me veía limitado en otros deportes, pero amigos de ETB me animaron. Al ser un informativo, al principio tienes más presión, pero me sentí cómodo. La tele me resulta muy natural.

¿Cuál es el secreto?

Estar tranquilo. Si estás tranquilo puedes hablar de cualquier cosa. Cuando te cuentan algo urgente por el pinganillo, si te pones nervioso, no escuchas nada, lo entiendes mal y lo expresas peor. Si estás tranquilo, con cuatro claves que te ▶▶



▶ El ex ciclista, con el logo de ETB.

► den te basta.

Todos alaban su euskera.

Noto en eso una sobrevaloración. Mi euskera es el de Asteasu, recibido por los padres y en la ikastola Jesusen Bihotza de Billa-bona, donde la exigencia era máxima.

Y el triple salto mortal: de deportes a información general.

No puedo decir que esto sea un juego para mí, porque es un mundo profesionalizado y exigente, pero sin pretenderlo estoy teniendo experiencias maravillosas en el periodismo. La vida es un viaje con paradas, e intento disfrutarlas todas.

¿Hay mucha diferencia entre la información política y la deportiva?

La rigurosidad de un profesional debe ser la misma. Hay más presión porque no es lo mismo patinar en una noticia deportiva que en una política. Pero más que nosotros, presentadores, esa presión la soportan los editores y los jefes de área. Nosotros seguimos las directrices de una línea editorial, con libertad para expresarnos.

Habla de línea editorial. ¿Ha cambiado desde que Patxi López está en Ajuria Enea y Alberto Surio en EITB?

Es evidente que ha cambiado. Y creo que es lógico, pues todo cambio a nivel político implica cambios en cadena. Lo raro sería que no hubiera habido ese cambio. Pero a mí nadie me ha dicho ni que tengo que corregir algo que decía antes, ni decirlo de otro modo, ni dejar de decirlo.

Ya que arranca el Tour, pedaleemos. Habla de ciclismo de dos velocidades en su tiempo, y que usted iba en la lenta.

¿Nunca tuvo la tentación de doparse?

La tentación existe siempre. Todo el mundo que tiene dificultades, tiene tentaciones. Es humano. En clase, cuando en un examen no tienes ni idea, copias al de al lado, y sabes que está mal. Lo mismo en el ciclismo. El problema no es el dopaje, sino el ser humano, que no reconoce sus limitaciones: quieres ser más campeón, ganar más, aceptación social, un contrato para vivir... Si en tu entorno no existe una educación de respeto a las reglas, y en mi época no existía, la tentación es mayor. Antes, llegar al dopaje era muy fácil, casi natural. Eran los años dorados de la EPO.

¿Por qué dijo usted que no?

Yo no dije que no. Es más, creo que no habría dicho que no. Los primeros años, pese a sufrir, no ves la necesidad de doparte: ya mejoraré, piensas. Pero estoy convencido de que, de haber seguido, habría caído en la tentación, como tantos.

¿Cómo funcionaba aquello? ¿Alguien ofrecía al ciclista doparse?

No, era una opción personal. Sabías perfectamente a qué puerta llamar.

¿Y ahora? ¿Cómo funciona?

Ha cambiado de forma radical, aunque pocos lo crean. Lo que pasa es que un solo positivo destruye toda la imagen y arruina todo el esfuerzo que se está haciendo. El cambio ha llegado. El ciclismo ha entendido que un positivo es una tragedia que puede acarrear el despido de 60 personas. La consecuencia de un positivo en 1990 y en 2011 es distinta. Entonces, el equipo despedía al corredor si era malo, y si era bueno acataba el castigo, que solía ser de tres meses. Ahora, se va a la calle el corredor y, en algunos casos, el equipo.

¿El Tour de 1998, el del caso Festina, marcó el punto de inflexión?

Sin duda. Francia, un país que se toma con mucha seriedad el ciclismo porque el Tour, más que una carrera, es su mayor escaparate al mundo, se da cuenta de que en su negocio hay una trastienda muy fea que no

pero no dónde los móviles. Y ya se han puesto en marcha los radares de tramo: aunque engañes al radar fijo y al móvil, si haces cinco kilómetros en dos minutos salta la alarma.

¿Qué opina del caso Contador?

Es un claro ejemplo de que la normativa no se ha adecuado a los tiempos. Los sistemas de detección son capaces hoy de detectar cantidades ínfimas e insignificantes para una mejora, que pueden proceder del consumo intencionado o del involuntario. En el caso Contador, la normativa no ha avanzado a la velocidad de los sistemas de detección.

¿Qué va a pasar con Contador?

Creo que no le van a sancionar y que su caso servirá para que la norma del clembuterol se adecue a los nuevos tiempos, como en su día la cafeína.

¿Se traga usted, por tanto, el filete de Irun?

Es un argumento tan ridículo que debe ser cierto, teniendo en cuenta los grandes medios de defensa que tiene Conta-

De haber seguido en el pelotón habría caído en la tentación del dopaje”

puede aparecer. Y emprende una batalla contra el dopaje. Ese cambio de mentalidad llegó a otros países antes que a este lado de los Pirineos, empezando por la propia ley antidopaje. Hoy, el ciclismo sigue el tratamiento adecuado para curarse, pero llevará tiempo. La clave la tienen los jóvenes. Lo que percibe hoy un corredor que pasa al campo profesional no es lo mismo que percibía en los 90. Hay un cambio de educación. Y un mayor control. Y la certeza de que asumes muchos riesgos para ti y para tu equipo. Hoy, la presión del propio equipo es enorme. Nunca se había visto a un pelotón entero echarse encima de un corredor, y eso lo hemos visto con Riccò. Antes se protegía al infractor. Y ahora se dan casos, incluido el de algún vasco, en que sus propios compañeros han denunciado al ciclista.

¿Este ciclismo es más cierto que el de hace quince años?

Yo creo que sí. Aunque el tramposo siempre irá por delante de la ley, esa distancia es hoy muchísimo menor. En los 90 solo estaban los controles; ahora hay otros métodos, como el pasaporte biológico, muy eficaces. Se sabe dónde están los radares fijos,

Si se hubiese dopado, a Contador le habría sido más fácil montar una película científica de imposible comprensión para la opinión pública que una coartada tan ridícula como la del filete, de la que todo el mundo se ríe. De puro ridículo, me lo creo. Además, conozco a quien llevó el filete y a quien lo cocinó.

Del plato al plató. ¿Dónde se ve dentro de diez años?

No me lo planteo. Me gustaría seguir en televisión. Me encanta. Seguir vinculado a los medios y al ciclismo. Y poder comunicar. Me siento un privilegiado por todo lo que estoy viviendo. Veo a mi alrededor trabajos menos enriquecedores que este.

¿Y el salto al castellano?

Ufff, no me atrevo. Mi idioma madre es el euskera. Me gustaría tener en castellano el mismo nivel que en euskera.

Lo tiene.

Pero no me siento cómodo, lo siento como una lengua extranjera. Me falta la tranquilidad que me protege cuando me expreso en euskera. No es un objetivo en estos momentos.

TALONES CERCANOS

Aquiles no da crédito. Como tampoco lo dan las tres cabezas multinacionales del can Cerbero, guardián del Hades y rebautizado como can Cero, si bien lo suyo es literal y debido a su nuevo pelaje financiero, que el héroe –recién pasaporte de Troya– aún no ha asimilado.

- ¡Tus monedas! – ruge la cabeza germana.

- ¡No! Son para Caronte. Todo griego debe pagar por cruzar en su barca la laguna Estigia y llegar al más allá, al inframundo.

- Verás, bajo nuestro punto de vista el *inframundo* griego ya no está *más allá*, ¿sabes? Por eso hemos decidido rescatarnos – le menoscaba la cabeza francesa.

- ¿Rescatarnos? ¿Cómo? – grita Aquiles ofendido.

- ¡Grmpñiac! – gruñe la tercera cabeza mordiendo a Aquiles en el talón, en una concluyente demostración de su olfato para tratar las heridas echando sal en ellas.

- ¡Efemeí. Sit! – ruge la testa alemana, a lo que la aludida responde tornando a mordisquear sumisa las sobras del suelo.

- Bueno, Efemeí no es muy listo – concede la cabeza francesa – pero lo ha resumido bien: os damos dinero, los griegos os dejáis devorar y nos lo devolvéis multiplicado por una cifra no inferior a *mucho*. Lo que se dice un *rescate*.

Aquiles, entre la perplejidad y la cólera, boquea aturdido. Busca respuestas, pero tantos despropósitos acumulados le pesan demasiado. Morir de un flechazo en un talón porque tu madre –una diosa, ojo– se olvidó de barnizar de inmortalidad ese rinconcito de tu cuerpo, es grotesco. Llegar al Hades y descubrir no solo que ya no es griego, sino que el perro que lo guarda es un usurero, es ignominioso. Pero que le hablen precisamente a él de *rescate* es la afrenta final. Un *rescate* le llevó a Troya. Y solo para descubrir que la dama *rescatable* no lo era tanto y conseguir que un malnacido le clavara un dardo en el jodido talón que mamá descuidó tontamente. “Y lo hice gratis”, con-



“LA SOMBRA DE AQUILES DEJA ATRÁS LOS GRUÑIDOS”

cluye abatido arrojando sus monedas al can.

La sombra de Aquiles deja atrás los gruñidos codiciosos del perro y se esfuma en una oscura galería. Piensa el héroe que, si tanto ha cambiado Grecia, la *eternidad* va a resultar exasperante-

mente larga, por lo que decide amenizarla maldiciendo a todos los dioses, titanes y cargos de libre designación del Olimpo. Sin percatarse, arriba a la orilla de la laguna Estigia y se encuentra frente a Caronte. O *Mr. Caronte*, según reza la plaquita de su chaqueta.

- ¿Caronte... El barquero Caronte? – inquiere esperanzado

- BaNquero Caronte – responde el otro acentuando prodigiosamente la *n* – Y usted, como buen griego, no tendrá ni una moneda, ¿verdad? ¡No se preocupe! – cambia alegre – ¡Disfrute de hasta tres monedas ya mismo y páguelas remando para nosotros toda la eternidad!

“La barca siempre gana”, piensa amargamente ingenioso Aquiles, y siente la angustiosa sensación de ser supuestamente salvado por alguien que te aplica un torniquete en el cuello. Aquiles se rinde y se derrumba sobre el sofá en el que me despierto jadeante, con pinchazos en un talón y los dientes apretados. Por suerte, la tele encendida atrapa mi mirada. Un fichaje millonario de un club de fútbol millonario con un montón de socios que jamás serán millonarios. Todo está bien: impera la razón. Ha sido una pesadilla, debida sin duda a un exceso de información económica. Aunque los pinchazos en el talón me inquietan.



[ILUSTRACIÓN: ANNAPHOTO]



GRACE QUE ESTÁS EN LOS CIELOS

HOY SE CASA ALBERTO DE MÓNACO, EL PRÍNCIPE CON TRIPA CERVECERA COMO PARA DESABASTECER DE TRIGO A TODA LA CEE. MATRIMONIA CON LA SUDAFRICANA CHARLENE WITTSTOCK. CON 53 AÑOS DA EL SÍ QUIERO A UNA EX NADADORA A LA QUE NO HA PARADO DE TUNEAR EN SU AFÁN POR CREAR UN CLON DE SU ADORADA MADRE.

El 14 de septiembre de 1982 **Grace Kelly** dejaba solo ante el peligro a su adorado hijo y hoy su recuerdo está más presente que una hora de cirujanos en la cara de **Elena Tablada**.

Su Alteza Serenísima **Alberto II de Mónaco** debe de estar tan nervioso como la **Obregón** en un colegio mayor. El soltero empedernido, que matrimonió ayer por lo civil con **Charlene Wittstock** y con su mirada al infinito con expresión de escuchar a **Jeanette** sin descanso, reincide hoy con la boda religiosa. La rubia, sosa y más dócil que **Pakirrin** en un club de alterne, hará el paseillo que la convertirá en princesa en pocas horas.

Mónaco perpetra así, vía matrimonial, la campaña de marketing del siglo destinada a reverdecer las arcas de este parque temático de millonarios. Es la primera boda principesca de la historia patrocinada por firmas comerciales, de lujo, todo finísimo pero publicitario al fin y al cabo, y un signo de cutrerío sin parangón. Muchos de los invitados reales deben de hiperventilar solo de pensar en que van convertirse, obligados por el protocolo que les rige, en *reyes anuncio* de pacotilla. ¿Cómo puede ser que los **Grimaldi** vinculen a sus Serenísimas a una marca de coches o de plumas? ¿Se imaginan lo *txoni* que sería que cualquiera de nosotros perpetrara un enlace patrocinado por **Fajas Mari** y que el regalito de los esponsales fuera una braga XXL? De cuarta.

El txikiti Estado de Mónaco, el parque temático de millonarios,

oscureció con la muerte de **Grace Kelly**. Se le apagó el glamour y pasó a convertirse en un perenne velatorio con un pobre **Rainiero** cabizbajo y sin ganas de vivir. El enorme vacío que dejó **Gracia** fue suplido por **Carolina**, que ocupó durante años el papel de primera dama, escoltada por su espirituoso **Ernesto de Hannover** y sus presuntas resacas.

La idea de que **Alberto** no iba a casarse jamás se fue extendiendo de forma directamente proporcional al rumor sobre su presunta homosexualidad, por lo que el papel de princesa parecía más difícil de llenar que la programación de Cuatro. El fallecimiento de **Rainiero** convirtió a su hijo en jefe del Estado y de paso en el mayor *macho camacho* del mundo tras reconocer la pater-

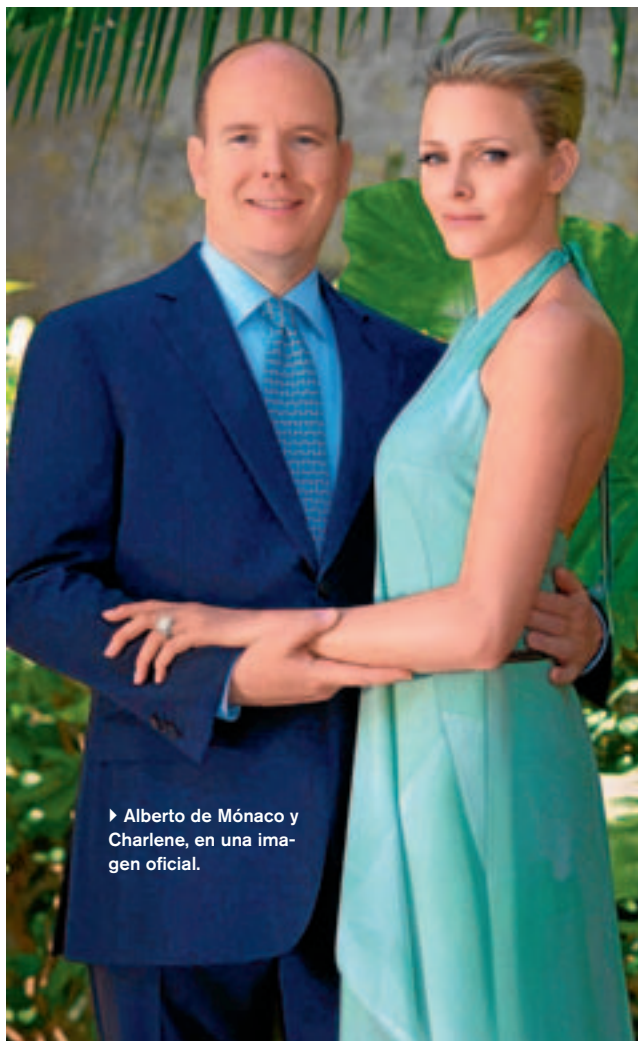
idad de dos hijos ilegítimos. La noticia supuso una sorpresa tan monumental como los brotes de ira de **Paulina Rubio** y la entrada en un armario del que muchos le habían sacado a golpe de chisme.

Ingresar en la familia **Grimaldi** debe de ser harto difícil, tanto como mantener la mirada a **Leticia Savater**. La pobre **Charlene** se va a encontrar con un mal rollo entre **Carolina** y **Estefanía** capaz de perturbar hasta al mismísimo **Dalai Lama**. Las hermanas son diametralmente opuestas; la mayor campa a sus anchas en el lujo y glamour, mientras la pequeña vive asilvestrada de carpa en carpa. No solo no se llevan bien, sino que parecen no soportarse. Cada vez que se ven obligadas a coincidir ambas exhiben su peor cara, solo equi-

parable a la que luce **Ana Botella** cuando le pillan yendo a la peluquería en coche oficial. Esta boda va a permitirles permanecer en un cómodo segundo plano en el que van a poder atrincherarse la una de la otra.

Los monegascos tienen al fin una gran boda, después de que **Carolina** y **Estefanía** protagonizaran uniones de tercera, con menos suerte que **Pilar Rubio**. Tras esperar 55 eternos años ven cómo su Principado, al fin, se engalana como se merece.

Gracia de Mónaco está hoy más presente que nunca y planea sobre la imagen de una **Charlene** diseñada a su imagen y semejanza. Segundas partes nunca fueron buenas y la ex nadadora va a tener que bracear contra corriente para superar el icono de la princesa por excelencia. **Grace Kelly** es un mito y la mujer de **Alberto II**, de momento, una copia. ¿Logrará **Charlene** algún día tener la gracia de la **Kelly**? ¡Que sean felices!



▶ Alberto de Mónaco y Charlene, en una imagen oficial.



► Exhibiendo la bandera en una manifestación del Orgullo Gay. [FOTO: LEONARDO MARTÍNEZ]

ORGULLO Y PREJUICIO

TRAS LA ENORME ALEGRÍA POR LA ELECCIÓN DE DONOSTIA COMO CAPITAL EUROPEA 2016, HOY SEGUIMOS DE CELEBRACIÓN. ES EL DÍA GRANDE DE LAS FIESTAS DEL ORGULLO GAY EN LAS QUE MILLONES DE PERSONAS, MUCHAS DE ELLAS FAMOSAS, VAN A REIVINDICAR LA IGUALDAD DE DERECHOS EN UNA GRAN MANIFESTACIÓN.

Hay mucho por hacer y hay famosos que han hecho visible su condición. ¿Colaboran **Jorge Javier Vázquez, Grande-Marlaska** o **Sandra Barneda** en que la exclusión homosexual se erradique?

El Orgullo Gay 2011 cierra edición con una gran manifestación esta tarde plagada, a buen seguro, de personajes populares gays, transexuales y heterosexuales. La visibilidad de muchos famosos homosexuales de todos los ámbitos ha ayudado a normalizar a una comunidad aún muy castigada. Muchos de los que hoy van a celebrar esta reivindicación festiva son los que

han protagonizado una reciente encuesta en la que se valora a los gays más influyentes.

El número uno lo ocupa por segundo año consecutivo Jorge Javier Vázquez por su rotundo éxito televisivo, no en vano pasa en la tele más horas que **Esther Cañadas** pintándose los labios. Jorge Javier, polémico desde que pringara de tomate a todo famoso que se preciara de serlo, habla sin tapujos sobre sus relaciones de pareja con el espíritu crítico que le caracteriza. Probablemente no acuda a la manifestación de hoy escamado tras haber sido grabado otra edición con más copas que **Nadal**, en una de las carrozas, con cara de ver a **Ghandi** y burbujas en el cerebro.

El circo mediático que tiene lugar en *Sálvame* todas las tardes ha salpicado también

al mundo gay. El culebrón entre **Víctor Sandoval** y su ex marido **Nacho Polo** ha puesto de manifiesto que la normalización trae consigo episodios más bochornosos que pillar a **Marujeta Díaz** en tanga. La venta sin escrúpulos de la vida privada ya no es exclusiva de los heterosexuales; esto hubiera sido impensable en la sociedad de hace unos años y es consecuencia de la visibilidad.

El segundo puesto del ranking lo ocupa Fernando Grande-Marlaska, juez y personaje diametralmente opuesto a los famosos del colorín. Casado en privado en 2005 –ni siquiera imprimió las invitaciones de su boda por temor a filtraciones– su discreción le granjea el respeto de los más críticos. Respetado con independencia de su tendencia sexual, deja sin argumentos a los que se empeñan en proyectar que todos los homosexuales son más frívolos que **Guni-la Von Bismark**.

Carla Antonelli, primera mujer transexual elegida como diputada autonómica, tuvo que soportar que **Xavier Horcajo**, presentador del programa *Otro gallo cantaría*, de Intereconomía, se bufara al referirse a ella como ese *chico-chica-chique* o *Carla, Carlos Carlitos, o lo que sea*. Vergonzante es el poco respeto que manifiesta al pretender humillar a una persona por haberse reasignado como mujer. ¿Quién dice que no queda nada por hacer? Actitudes tan penosas en pleno siglo XXI nos dan la medida de todo lo que hay por hacer a favor de la normalidad. *Kikirikiii*.

Sandra Barneda, presentadora de Telecinco, casada con **Tania Sarrias**, es una de las pocas lesbianas que aparece en la lista de los más influyentes. Las mujeres homosexuales son en general menos visibles que los hombres, por lo que muchas de ellas viven en un auténtico ostracismo su tendencia. Sandra jamás habla de su vida privada, aunque es obvio que no se oculta, no está *armarizada*. Ella acaba con la imagen de que todas las mujeres homosexuales conducen un *Pegaso*. Solo son camioneras las que así lo han decidido.

Hoy todos somos gays, lesbianas y transexuales y donostiarras. Gora Bella Easo y que viva Orgullo: es uno de los caminos para terminar con el prejuicio de los intolerantes. ¡Qué todos podamos vivir en plena libertad y que nadie sea *desarmarizado* contra su voluntad!



► Marc Jacobs, en una de sus poco ortodoxas poses.

Otra vez, Marc Jacobs Protagonista de los Oscar de la moda

FUE, UNA VEZ MÁS, UNA JORNADA MARCADA EN ROJO EN EL CALENDARIO POR TODOS LOS AMANTES DE LA MODA. SE TRATA DE LA ENTREGA DE LOS PREMIOS DE REFERENCIA DEL SECTOR, LOS GALARDONES CFDA (COUNCIL OF DESIGNERS OF AMERICA), QUE SE CELEBRAN EN NUEVA YORK.

[TEXTO: UXUA G. ANTOÑANA]

Si la gloria literaria tiene un nombre, Pulitzer, y la musical otro más rutilante, Grammy, cuando uno quiere tocar el cielo de la aguja, el hilo y el dedal, sueña siempre con un CFDA, los premios del Consejo de Diseñadores de Estados Unidos.

El Alice Tully Hall del Lincoln Center de

Nueva York fue el escenario elegido para celebrar esta nueva edición, la vigesimonoventa de la historia. Si los premios del año pasado se caracterizaron por coronar, por fin, al genial Marc Jacobs como mejor diseñador del año (un premio que ciertamente se le resistía al modisto neoyorquino en las últimas ediciones) los galardones del 2011 pasarán a la historia por elevar al Olimpo de los dioses al controvertido creador; que en esta ocasión recibió un premio a toda su carrera (Marc Jacobs, director creativo de

Louis Vuitton y de la firma que lleva su propio nombre).

Parece que con esta repetición entre los galardonados el mundo de la moda pretende hacer las paces de una vez por todas con Jacobs, un hombre ligado siempre con el escándalo. Así, el sector salda por fin su cuenta pendiente con uno de los mejores diseñadores de los últimos tiempos o, por lo menos, con uno de los más rompedores y mediáticos.

La sorpresa la dio, sin embargo, la cate-



goría de Icono de Moda, que recayó sobre Lady Gaga. La cantante, cuyos estilismos son siempre de los más comentados, eligió para la ceremonia un diseño más sencillo de lo que acostumbra firmado por Thierry Mugler, pero volvió a llamar la atención gracias a una peluca de color azul. Al recibir el premio, dio las gracias a diseñadores y editores de moda allí reunidos por “hacerme sentir como una estrella antes de que lo fuera”.

Sin causar tanta expectación, pero igualmente emocionados, diferentes creativos recogieron los galardones por su trabajo: Jack McCollough y Lázaro Hernández, artífices de Proenza Schouler, recibieron el premio a los Mejores Diseñadores Femeninos, mientras que Michael Bastien fue elegido Mejor Diseñador Masculino y Alexander Wang el de Mejores Accesorios.

En el apartado internacional, el consejo quiso premiar a Phoebe Philo, directora creativa de Céline, mientras que la periodista Hillary Alexander, editora de moda del diario británico Daily Telegraph que planea retirarse pronto, recibió el premio Eugenia Sheppard Media,

que se concede a periodistas del sector.

GENIO Y FIGURA

El escándalo ha ido siempre de la mano en la carrera de Marc Jacobs, un hombre descarado, insolente, consentido, desbocado y que se ha metido en el bolsillo a público y crítica aunque muchos sean los que piensen que está muy, pero que muy sobrevalorado. Neoyorquino de nacimiento y de corazón y de familia judía acomodada pero de espíritu libre y bohemio, Marc Jacobs empezó en esto de la moda en la época del flúor y las mallas, allá por los ochenta, cuando se graduaba en la prestigiosa escuela de diseño Parsons. ¿Su proyecto de final de carrera? Una colección de chándals talla XXL con acidos de color rosa a modo de estampado. Tal cual. Eso le valió tres importantes premios que le dieron alas.

El escándalo y la polémica siempre le han acompañado; de hecho, gracias a ellos es quién es. A finales de los ochenta se hacía cargo de la colección femenina de la casa Perry Ellis al poco de la muerte de su diseñador. Ese fue su punto de inflexión, pues en 1992, en pleno apogeo del *grunge*, Jacobs ideó una colección que le valió su salida de la casa Ellis por la puerta pequeña.

Ahí nació el mito: la misma línea que le valió un despido muy sonado, lo encumbró como mejor diseñador del año. Paradojas de la industria.

No cabe duda de que Jacobs tiene talento y sabe lo que hace, sus capacidades no se han puesto nunca en entredicho, pero la pregunta es si con la misma dosis de genialidad pero mucha menos polvareda circense, es decir, círculo de amigos y parafernalia de polémicas, desintoxicaciones, dietas de adelgazamiento, cambios de imagen y opciones sexuales aparte, Jacobs estaría donde está.

LA ÚLTIMA: UN DESNUDO

Una de sus últimas ocurrencias para seguir siendo el rey de la polémica fue posar desnudo para la presentación de *Bang*, su última fragancia. Pero no es una experiencia nueva. Antes de Marc Jacobs ya se despelotó Yves Saint Laurent, y ese sí que la lió. El inventor del esmoquin femenino recurrió a un desnudo frontal en los años setenta para promocionar su *YSL Pour Homme*. El diseñador francés de origen argelino provocó un escándalo mayúsculo.

También Tom Ford ha posado en alguna ocasión con sus genitales bien visibles para difundir sus notas olfativas. Para no ser

menos, el director creativo de Louis Vuitton puso picante a una fragancia cuyo componente principal era la pimienta, aderezada con unas notas de vetiver, musgo blanco y pachuli.

En su día Jacobs quiso contar al mundo que con *Bang* daba en la diana al lograr un perfume para hombres a los que les encanta twittear y navegar por Facebook. También, que el nombre se le ocurrió mientras trabajaba sus músculos en el gimnasio, si bien reconoció que la idea de posar como modelo publicitario no fue suya sino de su socio Robert Duffy.

Sometido a una draconiana dieta, Marc perdió kilos por un tubo y evidenció una formidable forma física. Tras pasar página a una etapa marcada por las depresiones y adicciones, quiso gritar a los cuatro vientos que se sentía a gusto con su físico y había dejado de usar ropa vieja. Reconoció que no tuvo problemas frente a la cámara y que en absoluto le importó quedarse sin ropa.

A sus 47 años, Jacobs parece de vuelta de muchas cosas. Ahora asegura que la vida nocturna ha perdido todo atractivo para él y que nada de lo que pasa en un club o discoteca le parece excitante. No así posar desnudo, ahora que tanto se gusta.

UNA MARCA, EN BREVE

- * **1993.** En 1993 nace Marc Jacobs Internacional Company, que en 1994 firma su primer acuerdo internacional para comercializar la marca en Japón.
- * **1997.** La primera tienda de Jacobs abrió sus puertas en Mercer Street, en el Soho neoyorquino.
- * **2000.** Sale a la luz su primera línea de bolsos y se inaugura una segunda boutique en San Francisco.
- * **2001.** Se crea la segunda línea de la marca, Marc by Marc Jacobs, de precios más asequibles.
- * **2003-2005.** Aparecen una pequeña línea de textil para el hogar, la primera colección de gafas y la primera línea de relojes.
- * **Actualmente.** Hay tiendas de Marc Jacobs por todo el mundo y la compañía comercializa una amplia gama de productos.



1



2



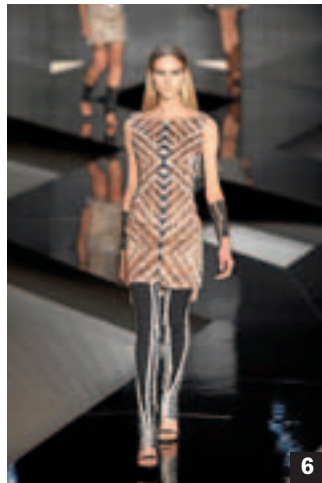
3



4



5



6



7



8

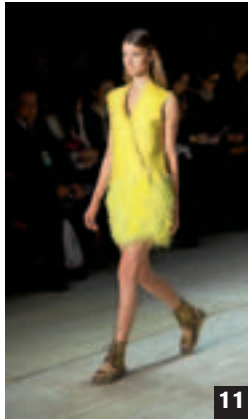


9



10

1. Chaleco con bordado colorido, de *Cavalera*. 2. Combinación de rayas de colores, de *Cia. Marítima*. 3. Bikini con estampado de palmeras, de *Agua de Coco*. 4. Chaqueta que se convierte en minivestido, de *Maria Bonita*. 5. Vestido tubo palabra de honor, de *Huis Clos*. 6. Juego de simetrías en el vestido y los leggings, de *Tufi Duek*. 7. Falda con abertura en la pierna, de *Animale*. 8. Estampado y con capucha, de *Alexandre Herchovitch*. 9. Short y camisa puramente marineros, de *Ronaldo Fraga*. 10. Blanco y negro con bordados, de *Samuel Cirnansck*.



11



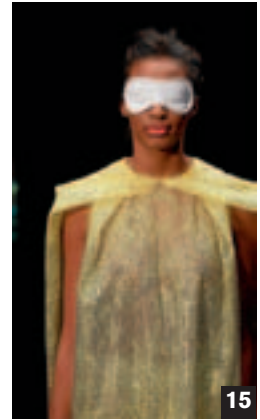
12



13



14



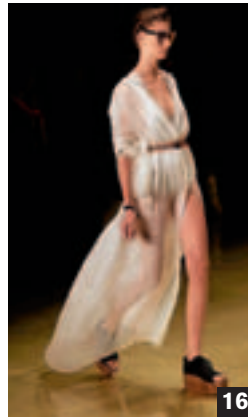
15

Sao Paulo, a la última

VESTIDOS, TÚNICAS Y COLORIDO HAN SIDO LOS PROTAGONISTAS DE LA SEMANA DE LA MODA DE SAO PAULO, UN DESFILE EN EL QUE NO HAN FALTADO ORIGINALES PROPUESTAS PARA EL BAÑO. [FOTOS: SEBASTIÃO MOREIRA]



19



16



17



18

11. Amarillo limón con falda de pelo, de Triton. 12. Vestido con aire de clown, de Amapô. 13. Túnica asimétrica a dos colores, de Lino Villaventura. 14. La top Alessandra Ambrosio, con un minivestido blanco de Colcci. 15. Vestido capa en dorado brillante, de Fause Hatén. 16. Blusón playero con transparencias, de Osklen. 17. Bañador de inspiración étnica, de Movimento. 18. Mono palabra de honor con brillos, de André Lima. 19. Indígenas retratados en este vestido de Adriana Degreas.



GRAN CASINO BILBAO

un espacio de ocio a la altura del nuevo Bilbao:

- Poker Texas Hold'em todos los días.
- Ruleta Americana, Poker, Blackjack, Pai Gow Poker, y Punto y Banca.
- Máquinas de Azar.
- Apuesta Hípica.

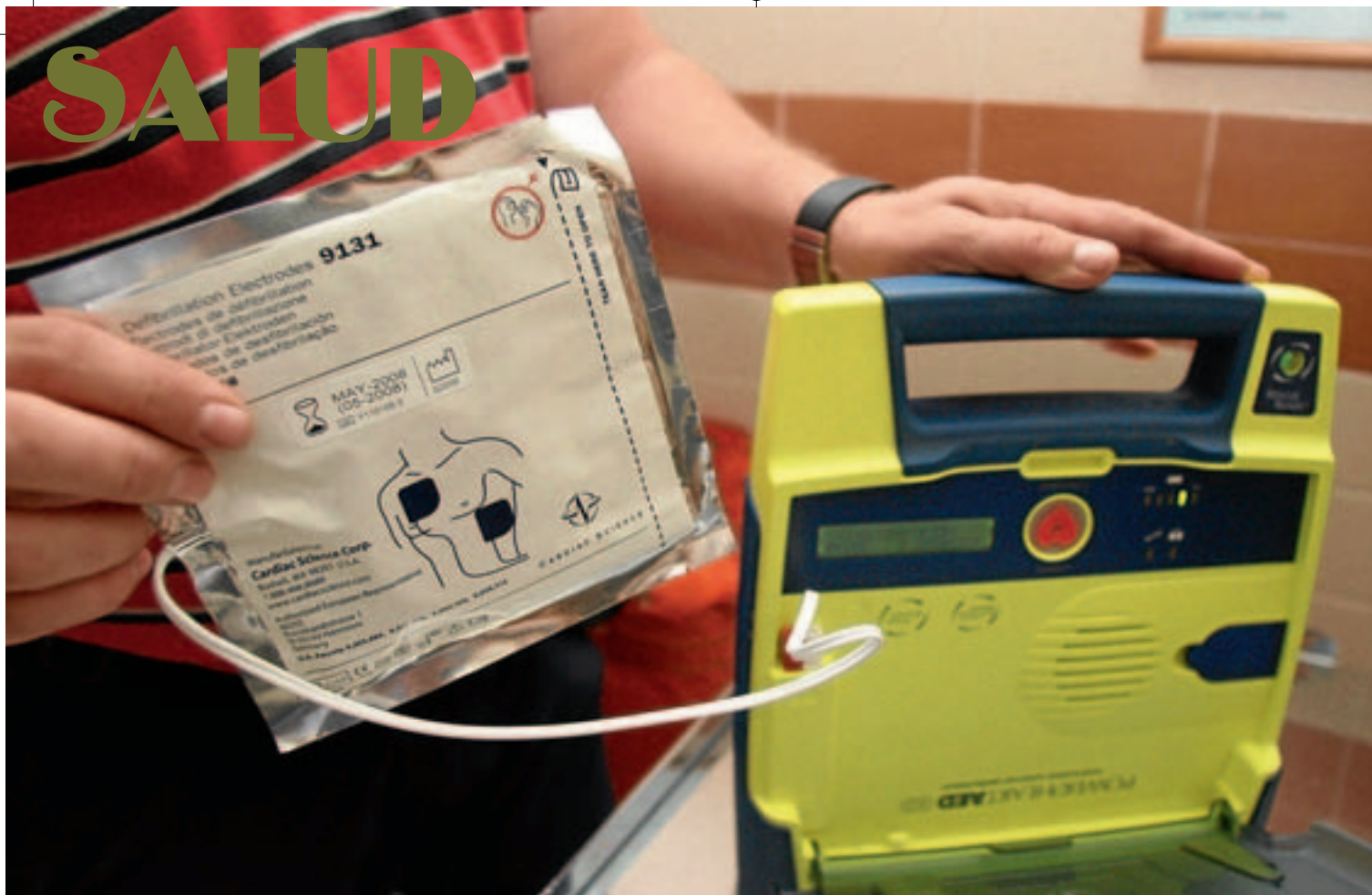
CB Café & Bar abierto hasta las 5 de la madrugada.

IMPRESCINDIBLE:
D.N.I. Y MAYORES DE 18 AÑOS.

facebook.com/casinobilbao

Alameda Urquijo, 13
Tel.: 94 424 00 07
www.casinobilbao.es

CB
GRAN CASINO
BILBAO



► Un desfibrilador adquirido por un club deportivo. [FOTO: JAVIER BERGASA]

Desfibriladores

Aparatos que salvan vidas

¿SABÍA QUE SOLO UNA DE CADA 20 PERSONAS SOBREVIVE A UNA PARADA CARDÍACA REPENTINA CUANDO OCURRE FUERA DEL HOSPITAL? Y LO QUE ES PEOR, CADA MINUTO DE RETRASO EN REALIZAR UNA REANIMACIÓN BÁSICA REDUCE EN UN 10% LAS POSIBILIDADES DE SUPERVIVENCIA. PARA AYUDAR A EVITAR ESTOS DRAMÁTICOS DATOS, LOS ESPECIALISTAS APUESTAN, COMO MEDIDA PARA SALVAR VIDAS, POR GENERALIZAR LOS DESFIBRILADORES EN ZONAS PÚBLICAS. [TEXTO: NEKANE LAUZIRIKA]

Cada vez son más las ciudades que están instalando desfibriladores en sitios públicos de alto riesgo: centros de salud, polideportivos, piscinas, grandes superficies comerciales y demás

lugares en los que podría contarse con estos aparatos.

El tiempo es el mayor enemigo de la supervivencia en casos de crisis de corazón. Los cinco minutos siguientes a una parada cardiorrespiratoria son vitales para la persona afectada, pues su vida dependerá de la rapidez con la que actúen quienes se encuentran a su alrededor. Cada minuto



► Curso práctico de uso. [FOTO: SOLANO]

cuenta, ya que si no le llega sangre al cerebro este sufrirá falta de oxígeno, y aunque al final se logre salvar su vida los daños pueden ser irreversibles. El límite para actuar suele ser de diez minutos.

En este sentido, un acceso rápido a la desfibrilación (única intervención eficaz que existe para tratar la parada cardíaca) podría aumentar las probabilidades de supervivencia en tres de cada cuatro casos de parada cardíaca repentina.

En el Estado español se producen al año cerca de 24.000 paradas cardíacas. El problema radica en que la mayoría de los casos tienen lugar fuera de los centros hospitalarios, aspecto fundamental ya que en la actualidad solo una de cada 20 personas sobrevive a una parada cardíaca repentina cuando sucede fuera del hospital.

El diseño de nuestras ciudades, con calles congestionadas, lugares de trabajo alejados o de ocio periféricos, provoca que en numerosas ocasiones no sea posible que los servicios de emergencia tradicionales lleguen a las víctimas en los diez primeros minutos, por lo que la tasa de supervivencia se sitúa en torno al 5%.

El doctor López Messa considera que es de vital importancia superar las barreras que puedan estar dificultando una mayor implantación de los desfibriladores. “Por ejemplo, se ha identificado que en algunos casos el coste de la formación requerida, no acorde con la extrema sencillez de funcionamiento de los desfibriladores automáticos y semiautomáticos externos (DEA), se convierte en un obstáculo a su difusión”, se lamenta. Y no tiene mucho sentido, porque como explica, utilizarlo es más fácil de lo que parece. Y añade que “es incluso más fácil que manejar un extintor”.

Ante la importancia de conocer el manejo de esta tecnología y la ignorancia por parte de la población general (el 44,8% desconoce en qué consiste y el 71% no sabría cómo actuar), “sería muy positivo facilitar e integrar la Cadena de Supervivencia y la resucitación cardiopulmonar en la enseñanza obligatoria”, concluye.

EL USO DE LOS DEA ES SENCILLO Y LA POBLACIÓN GENERAL DEBERÍA CONOCERLO

¿EN QUÉ CONSISTE UN DESFIBRILADOR? La desfibrilación se basa en la aplicación brusca y breve de una corriente eléctrica de alto voltaje para detener las arritmias rápidas cardíacas (situaciones en las que el número de latidos cardíacos aumenta en exceso debido a que alguna zona o foco del corazón *dispara* impulsos de forma descontrolada). El choque eléctrico detiene la arritmia, lo que permite al médico identificar y solucionar las causas que la produjeron.

DECÁLOGO DE INICIATIVAS

1 Los beneficios del uso de los desfibriladores automáticos y semiautomáticos externos (DEA) son indiscutibles desde la perspectiva científica y sociosanitaria. Es fundamental difundir dichos beneficios así como eliminar los obstáculos a su implantación.

2 Es necesario mejorar el conocimiento de la incidencia y prevalencia de las paradas cardiorrespiratorias a través de un estudio epidemiológico que permita disponer de un mapa a nivel estatal y de comunidades autónomas. Dicho estudio sería de ayuda en la toma de decisiones.

3 Es necesario que exista, a nivel normativo, una autorización explícita para el uso del DEA por parte de personal no sanitario, que permita eliminar los reparos existentes a su implantación o el miedo a su utilización por parte de la población general (no está penalizado). Dada la inocuidad del DEA para los pacientes y su facilidad de uso, la población mayor de edad debería estar habilitada para el uso del DEA sin que sea necesaria formación específica.

4 Es necesario que todo el personal del lugar donde se instale tenga conocimiento de ello y se disponga en estos lugares de un protocolo de actuación en caso de parada cardíaca.

5 La formación excesivamente compleja que se exige en la actualidad para la implantación de desfibriladores automáticos y semiautomáticos supone un serio obstáculo para la deseable implantación de los desfibriladores en áreas públicas.

6 La exigencia de registros administrativos y la obligatoriedad en la disponibilidad de personal formado a través de excesivos procesos formativos son una barrera para la instalación de los DEAs. Sería

aconsejable liberalizar su instalación con mínimos requerimientos administrativos y transformar en recomendación la obligatoriedad de disponer de personal formado o, en su caso, simplificar los contenidos formativos.

7 La implantación del DEA debe realizarse de manera eficiente, priorizándose en función de los siguientes criterios, por este orden: 1º Lugares públicos de gran afluencia *real*, matizando si es continua o esporádica. 2º Espacios donde el acceso del servicio de emergencias sea complicado o nulo. 3º Lugares con porcentajes elevados de población de riesgo. No obstante, el paro cardíaco súbito es un problema generalizado y a veces independiente del riesgo coronario. La legislación que obligue a la implantación de DEAs en determinados lugares puede ser beneficiosa.

8 Como objetivo a corto plazo en la formación, se recomienda incluir los conocimientos de parada cardiorrespiratoria en la formación básica de aquellos colectivos como policías, personal de transporte sanitario, bomberos y otros que intervienen habitualmente en emergencias.

9 Como objetivo a medio/largo plazo, la formación en resucitación debería comenzar en la escuela y continuar en el ámbito sociosanitario, para continuar con los posibles primeros intervinientes no sanitarios en un caso de emergencia como es la parada cardíaca. En la escuela, es aconsejable la formación de los profesores para que difundan el conocimiento a los escolares.

10 La parada cardíaca es un problema de salud pública de primera magnitud que requiere la atención de las administraciones sanitarias. El Ministerio de Sanidad debería liderar mediante el Consejo Interterritorial una racionalización de las diferentes legislaciones autonómicas.

Las otras joyas de La Palma

LA SEMANA PASADA, ESTA REVISTA OFRECÍA UN REPORTAJE EN EL QUE SE HABLABA DE LAS GRANDES JOYAS DE LA PALMA, LA MÁS DISTINTA DE LAS ISLAS CANARIAS: UN PAISAJE EXUBERANTE, VERDOR PROFUNDO COMBINADO CON EL AZUL DEL MAR Y EL NEGRO DE LOS VOLCANES, MIL KILÓMETROS DE SENDEROS SEÑALIZADOS, LA CALDERA DE TABURIENTE... PERO HAY MÁS. LA PALMA TIENE OTROS ATRACTIVOS, MENOS CONOCIDOS PERO IGUALMENTE VALIOSOS. [TEXTO Y FOTOS: M.L.G.]



► Casa rural Emiliana, en Punta Llana. Su propietaria, de 80 años, atiende solícita a los clientes y es un prodigio de buen humor y de memoria.

RED DE TURISMO RURAL

Casas tradicionales al alcance de cualquiera

Una de las curiosidades de la isla de La Palma es que la mayoría de sus plazas de alojamiento son extrahoteleras. De hecho, solo hay tres grandes hoteles tal y como se entienden en otros puntos del litoral turístico: el Teneguía Princess Resort en Fuencaliente, el H10 Taburiente Playa en Breña Baja, y el Sol Meliá en Puerto Naos. Sin embargo, una alternativa atractiva, a precios razonables y con la posibilidad de personalizar la estancia en la isla, algo siempre apetecible, es el turismo rural. La Asociación de Turismo Rural Isla Bonita maneja alrededor de 90 casas diseminadas por toda la geografía palmera (la cifra suele variar de año en año), casas que están controladas por la legislación: deben considerarse tradicionales, tener más de cincuenta años y un control sobre las obras de mantenimiento, adecuación y ampliación. El resultado es una cuidada red de pequeñas viviendas (la mayoría tienen un salón y un dormi-

torio, que es la estructura típica de la casa palmera, aunque caben también niños o invitado), generalmente con atractivos exteriores, entre los que el asador y un pequeño jardín son los más comunes. Las hay con piscina, pero son las menos. Ana Rodríguez, que dirige la central de reservas de esta asociación que fue creada en 1992, destaca el trato personalizado y la atención de los propietarios al cliente como uno de los puntos fundamentales de su quehacer. El residente en una de estas casas, generalmente muy hermosas, con techumbre tradicional de madera de tea, gruesos muros y cuidada decoración, "tiene a la vez la intimidad deseada y la disponibilidad permanente del propietario para resolverle cuantas dudas y problemas surjan durante la estancia". Y lo mejor de todo: Ana Rodríguez cifra en 50 euros el precio medio por noche de estancia.

Info: www.islabonita.es



VINO CON DENOMINACIÓN Donde la malvasía aún existe

A La Palma no llegó la filoxera que arrasó los viñedos de media Europa, de ahí que se conserven variedades tales como el gual, el marmajuelo o el bujariego, además de la famosa malvasía que tanto alabó Shakespeare. La Denominación de Origen, creada en 1994, controla numerosos vinos, tintos, rosados, blancos, dulces y de tea. La tradición vinatera viene desde el siglo XVI, de ahí que tampoco sea tan sorprendente la cantidad de bodegas que están acogidas a la D.O. y la enorme variedad para una isla tan pequeña. Además, en la localidad de Las Manchas hay una Casa del Vino (en la imagen), donde el viajero se puede informar acerca de tan amplia riqueza.

Info: www.vinoslapalma.com



NTRA. SRA. DE LAS NIEVES Patrona, santuario y romería

Nuestra Señora de las Nieves, de curioso nombre montañero, es la patrona de La Palma y una virgen con una extraordinaria devoción. Hay que visitar el Real Santuario Insular de Nuestra Señora de las Nieves, muy próximo a la capital, con una hermosa iglesia, una plaza de recepción y edificio para peregrinos. Quienes tengan suerte pueden asistir a la romería de bajada desde el santuario, situado en el monte, hasta la iglesia parroquial de El Salvador de Santa Cruz de La Palma, que se celebra cada cinco años en un ambiente de auténtica fiesta. La próxima toca en 2015. La imagen de la Virgen data del siglo XV y es de las más antiguas de las islas.

Info: <http://www.bajadadelavirgen.es/>



COMER Bueno, bonito y barato

La rica gastronomía palmera es mucho más que las papas y el mojo, por cierto, bendita especialidad. Hay pescado fresco (la *vieja* es el más común), hay dulces muy elaborados, hay gofio (una especie de pasta que se elabora con harina y fumé de pescado), hay mucha fruta y sobre todo hay un queso con Denominación de Origen, el único producto alimentario junto con el vino que tiene este tipo de protección. Entre las carnes, el cerdo y la cabra (hay una especie autóctona) se ven mucho. Y lo mejor de todo: los restaurantes son de lo más diverso y los precios ajustadísimos; para los turistas procedentes de nuestro entorno, incluso francamente baratos.

Info: <http://www.lapalmaturismo.com>



MIRADORES Visiones de la isla vertical

Una isla tan vertical como La Palma, con un punto máximo situado a 2.400 metros y una orografía accidentada, está llena de miradores. Los hay para observar los más diversos paisajes: marinos, urbanos, volcánicos, de alta montaña... Uno de los primeros que suele conocer el viajero, por su proximidad a la capital, Santa Cruz de La Palma, es el mirador de La Concepción, ubicado en lo alto de la montaña que vigila a la ciudad. Desde allí se tiene una hermosa visión de esta parte de la isla, con su mar azul, sus valles verdes y sus casitas coloridas. Y tiene al lado una bonita ermita.

Info: <http://www.lapalma.es/recursos/lugar-interes-miradores-en-la-palma-fotos-a-vista-de-pjaro>



HACIENDA SAN JORGE Dormir en un jardín botánico

He aquí un sitio muy especial, no solo por los hermosos apartamentos diseminados aquí y allá por la finca, sino sobre todo por estar construidos en un auténtico jardín botánico, lleno de especies en su mayoría autóctonas y tropicales identificadas y con una enorme piscina de agua salada (más de mil metros cúbicos), la mayor de la isla. No es de extrañar, por tanto, que se vean animales sueltos, que el cuidado del vergel sea ecológico y que haya un orquidiario con más de mil orquídeas diferentes. Por lo demás, una ubicación de lujo (en Breña Baja, en primera línea de playa), trato exquisito y muchos servicios (gimnasio y spa incluidos).

Info: www.hsanjorge.com



ERMITA DE LA VIRGEN DEL PINO Una sombra centenaria

Una vez tomado el camino para dirigirse hacia La Cumbrecita merece la pena hacer un alto en la ermita de la Virgen del Pino, más que por la ermita en sí misma (que es hermosa y está cuidadísima, como todas las que hay desperdigadas por la isla, aunque esta fue construida en el siglo XX), por el pino, un enorme ejemplar al que diversos estudios dan una edad de 800 años. Además, el sitio tiene el simbolismo de estar en el antiguo camino real, el que atravesaba la isla a lo ancho uniendo sus dos puertos más importantes, Santa Cruz de La Palma y Tazacorte. Esta imagen baja hasta El Paso cada tres años.

Info: <http://www.lapalmaturismo.com>

Urola Kosta

Variedad de sensaciones

CINCO MUNICIPIOS DE LA COSTA CENTRAL DE GIPUZKOA, CONTIGUOS A DONOSTIA, CONFORMAN LA COMARCA DE UROLA KOSTA; ORIO, AIA, ZARAUTZ, GETARIA Y ZUMAIA, POBLACIONES TODAS ELLAS DE SINGULAR CARÁCTER Y QUE COMPONEN UN MOSAICO RICO Y VARIADO. [TEXTO: AINHOA AGIRREGOIKOA]



► La comarca ofrece miles de opciones para disfrutar al máximo del tiempo libre.

Otro de sus atractivos es que conjugan como pocas comarcas de Euskadi una rica variedad de paisajes, espacios naturales, cascos históricos y tradiciones. Para poder conocerla en profundidad, nada mejor que a través de las visitas guiadas preparadas para este año. Se trata de actividades dirigidas a conocer y disfrutar de lo mejor de la oferta de ocio, cultura, naturaleza y gastronomía de la comarca.



GETARIA

Elcano, casco histórico y paseo en barco

Paseo guiado por el casco histórico de Getaria a través de sus calles y edificios, en un recorrido destinado a conocer su rico patrimonio arquitectónico, y que incluye la visita al monumento a Juan Sebastián Elcano. Para completar la salida se desciende al puerto para hacerse a la mar, desde donde se disfruta de las hermosas vistas de Getaria y Zarautz. *Fechas:* julio 14, 21, 28, agosto 11, 18 y septiembre 10.

Salida: Oficina de Turismo de Getaria, 17h. *Precio:* 15 euros. Menores de 12 años, 7 euros.

Duración: 2 horas.

Más información:

Oficina Turismo, 943 140 957 y en www.costavasca.org



ZARAUTZ

Txakoli y naturaleza La visita incluye un paseo desde la bodega hasta los acantilados de Talaimendi, lugar rico en historias y que ofrece magníficas vistas de la costa. Al regresar se visitan los viñedos y la bodega, donde los visitantes conocen los procesos para la elaboración del txakoli y disfrutan de una degustación.

Fechas: julio 15, 22, 29 y agosto 5, 12, 19.

Salida: Talaiberri txakolindegia, 11.00 horas.

Precio: 10 €. Menores de 12 años, gratis.

Duración: 2h 30m.

Más información:

Oficina Turismo, 943 830 990 y en www.costavasca.org



AIA

Colmenar del Parque Natural de Pagoeta La visita comienza con la apertura del colmenar, y continúa con un taller de elaboración de velas, en el que cada participante podrá fabricarlas. Incluye además una degustación de productos de las abejas, como distintos tipos de miel, jalea real, polen, etc. Para el 3 de septiembre está prevista la visita *Jardín botánico y colmenar*. El Parque Natural de Pagoeta mantiene en su seno el Jardín Botánico de Iturrarán, con más de 4.000 especies y variedades. En la visita podremos conocer diferentes especies de plantas y la vida secreta de las abejas.

Fechas: julio 9, 23, 30, agosto 6, 13, 20 y 27 y 1 de octubre.

Salida: Centro de Interpretación Iturrarán, 10.30 h.

Precio: 5 euros. Entre 12 y 6 años, 2 euros, menores de 5, gratis.

Duración: 3h .

Más información:

Iturrarán, 943 835 389 y en www.costavasca.org



ORIO

Historia en barco La ría y el mar han sido desde siempre fuente de vida y trabajo para Orio. Desde la nueva perspectiva de la ría se puede descubrir este rico pasado en un agradable paseo comentado, una travesía en barco que permite recorrer toda la historia de este municipio hasta el día de hoy.

Fechas: julio 9, 23 y agosto 1, 8, 15 y 22.

Salida: Puerto deportivo de Orio, 11.00 horas salvo 1 y 15 de agosto (17.00 horas).

Precio: 15 euros. Menores de 12 años, 7 euros.

Duración: 2 horas.

Más información:

Oficina Turismo, 943 835 565 y en www.costavasca.org



ZUMAIA

Avistamiento de cetáceos La costa vasca y las zonas de aguas profundas más próximas son ideales para observar la abundante población de cetáceos que habita en ellas. Un guía especializado acompañará a los excursionistas durante una jornada completa en la aventura de descubrir este fascinante mundo.

Fechas: julio 9 y 30, agosto 13 y 27, 17 de septiembre y 8 de octubre.

Salida: Puerto deportivo de Zumaia, 9.00 horas.

Precio: 100 euros (edad mínima 12 años).

Duración: 9 h.

Más información:

Oficina Turismo, 943 143 396 y en www.costavasca.org

Torrox: pasado, presente y futuro

CUELTAN LOS LIBROS QUE YA EN EL SIGLO XV, LAS CAPITULACIONES QUE LOS NAZARÍES GRANADINOS FIRMARON CON LOS CONQUISTADORES CRISTIANOS INCLUÍAN LA AUTORIZACIÓN DE QUE LOS RECIÉN CASADOS PUDIESEN DISFRUTAR DE UNOS DÍAS EN EL 'RÍO DE LAS CAÑAS', QUE BAJANDO DE LA MUCHO DESPUÉS LLAMADA SIERRA TEJEDA Y ALMIJARA ECHABA SUS AGUAS EN EL MARE NOSTRUM, TRAS UN RECORRIDO BORDEADO DE CAÑAS DE AZÚCAR Y MORERAS PRODUCTORAS DE LA SEDA MÁS FAMOSA DE LA ÉPOCA. [TEXTO Y FOTOS: ENRIQUE ZATTARA]



► Agua en un rincón de Torrox.

Aquel sitio, ya tan apreciado por los más selectos gustos de Al Andalus, no era otro que el río de Torrox, apacible poblado ubicado a unos cuatro kilómetros del mar, en la falda de una suave colina que desciende hacia el Mediterráneo.

Aquel río es hoy un más que pacífico curso que –entre pequeños saltos y meandros– alcanza las magníficas playas torroxeadas rodeado de una vega en la que se cultivan tomates, patatas y frutas tropicales como la chirimoya y el aguacate. Pero Torrox, así como en aquellos lejanos tiempos, sigue siendo el destino preferido de gentes de muchos sitios, ya no de Andalucía, sino de Europa toda.

Desde que –en la década de los sesenta, en medio del espectacular surgimiento de España como destino turístico internacional– pioneros venidos de Alemania levantaron la primera urbanización moderna, en la costa hasta entonces habitada por familias de pescadores, pero en donde aún persisten vestigios de la villa romana de Caviculum, uno de los hitos del Itinerario de Antonino del siglo I, la fama de Torrox como lugar de veraneo y segunda residencia no ha parado de crecer: Tanto, que contiene actualmente –después de Mallorca– la segunda colonia alemana más grande de toda España.

Y es que este municipio de la costa oriental malagueña posee parte de las playas más prestigiosas de la Costa del Sol, alternando en sus nueve kilómetros extensos espacios de costa dotados de todos los servicios para el disfrute del usuario y galardonados con la bandera Azul de la Unión Europea, con pequeñas calas todavía casi vírgenes donde el bañista puede sentirse invadido por la naturaleza.

Pero tras aquellos germanos (y la poste-



► El paseo marítimo de Ferrara.

rior explosión inmobiliaria de los noventa, que afortunadamente supo compatibilizar el gran desarrollo turístico y residencial con el buen gusto y un gran respeto por el medio ambiente), llegaron también residentes de otros países europeos a descubrir otra de las inesperadas bellezas de Torrox: su casco histórico, heredero de aquella arquitectura medieval morisca, en cuyas calles sinuosas y empinadas los lugareños no han dejado de mantener la tradición de adornar balcones y encaladas fachadas con una multicolor sinfonía de macetas y adornos florales.

En las últimas décadas, los torroxeños han sabido recuperar y poner en valor un milenario pasado que fue romano, visigodo, árabe y cristiano, para convertirlo junto a sus magníficas playas doradas en un atractivo para visitantes y turistas de toda España y Europa. Villa, termas y necrópolis romana; un torreón y puertas de la antigua fortaleza y un puente de piedra sobre el río que atestiguan seis siglos de ocupación musulmana; antiguos edificios pervivientes a través de los siglos como la Ermita de Ntra. Sra. De las Nieves, la iglesia de la Encarnación, la Casa de la Aduana, y otros; hasta el testimonio de las épocas doradas de la explotación azucarera, presentes en el Ingenio San Rafael, uno de los primeros de la península; representan una oferta histórica y cultural inapreciable.

Rutas senderistas en el entorno del municipio permiten disfrutar de la naturaleza



► Vista del casco histórico.

en medio de vistas impresionantes en las que se conjuntan montaña y mar en un mismo paisaje. Y por si fuera poco, desde Torrox es posible acceder en pocos minutos a ofertas tan atractivas como las cuevas de Nerja, el Museo Picasso de Málaga e incluso la Sierra Nevada granadina.

Pero Torrox también mira hacia el futuro desde un brillante presente. Poseedor de unas infraestructuras capaces de brindar adecuado alojamiento y servicios de primera calidad a los visitantes que llegan a este enclave privilegiado de la provincia malagueña, el municipio cuenta también con instalaciones deportivas municipales

de primer orden, tales como pabellón polideportivo, campo de fútbol de césped, pistas de tenis y pádel, y piscina; que se verán complementadas muy pronto con dos campos de golf en ejecución y un puerto deportivo cuyo proyecto ya está en marcha.

Torrox, en suma, es –en presente y futuro– el sitio ideal para combinar en una simbiosis fascinante el cosmopolitismo y la calidad de sus playas con una amplia oferta de tradición histórica y cultural, todo ello en medio de la belleza de sus paisajes y –por añadidura– las bondades de su clima, conocido como con toda justicia como *el mejor clima de Europa*.



► Los paisajes de montaña acompañan al viajero en el entorno de Atxarte.

Ya la aproximación por la ruta que accede al desfiladero desde la localidad de Abadiño ofrece un recorrido de interés asomado a magníficos caseríos y paisajes rurales.

Si el viajero prefiere caminar en este tránsito hasta el desfiladero puede seguir desde Abadiño, arrancando frente al cruce y la ermita de Santa Cruz, una vieja calzada que recorre entre pinos y robles un solitario paso forestal. Después, ruta adelante y al pie del bar Olondo, arranca una carreterita que trepa hasta el molino de Larringan. Vale la pena hacer este recorrido para asomarse a una de las panorámicas más atractivas del valle.

Siguiendo por el llano se llega al pie de las peñas del desfiladero. Ciertamente es que los desmontes de las canteras han roto el encanto que tuvo en otro tiempo este lugar:

Atxarte

Puerta natural del parque de Urkiola

ATXARTE ES UN PASO HISTÓRICO EN LOS CAMINOS AL SANTUARIO DE URKIOLA, AUNQUE EL TIEMPO Y LA MANO DEL HOMBRE HAN DEJADO UNA IMBORRABLE HUELLA EN SUS PAISAJES NATURALES EN FORMA DE CANTERAS. EL DESFILADERO, ADEMÁS LA CUNA DE LOS ESCALADORES EN BIZKAIA, ES MUCHO MÁS QUE CANTERAS Y PAREDES DE ESCALADA; ES UN DESFILADERO QUE ABRE AL VIAJERO UN MUNDO DE IMÁGENES PÉTREAS EXTRAORDINARIAS. [TEXTO Y FOTOS: SANTIAGO YANIZ ARAMENDIA]



► Excursionistas en un sendero.



► El colorido de la montaña.

Aún hoy las paredes de Labargorri miran desde una posición altiva y vertical al barranco. Al paso por lo más angosto del desfiladero la ermita del Santo Cristo, llamada popularmente Kristoandako, custodia, junto a las ruinas de un viejo molino, el antiguo camino de Urkiola por este valle. Llegaba aquel viejo itinerario desde Zelaieta, el núcleo de Abadiño, para remontar por Larringan y caminar luego por Atxarte y Urkiola hacia Otxandio.

Pasada la ermita, el paisaje se abre entre peñas de blanca caliza; por la izquierda se elevan los espolones del Atxixiki, a la derecha los escarpes de Untzilatz.

En el barranco, el río Atxarte serpentea con su pequeño cauce entre húmedos rincones donde se esconden el martín pescador, el tritón alpino y hasta el visón. Por las laderas los hayedos remontan entre prados hasta los mismos canchales desprendidos de las montañas.

Llegados tras un repecho asomado al río a un pequeño aparcamiento, hay que

tomar sobre él un sedero que se acerca entre hayas hacia la base del Atxixiki. Recorre un tramo hermoso entre el bosque y aparece más allá sobre una pista en las campas de Artola, un espacio de praderas bajo las paredes de Alluitz. Frente a él se puede caminar al sureste para remontar las pedreras que llegan al collado de Artola, un paso estratégico entre las montañas calizas de Atxixiki y Untzilatz, con importante tradición histórica y pastoril y a través del que se pueden ascender las pedreras que permiten llegar hasta el Atxixiki.

Si desde las praderas de Artola se continúa valle arriba, ha de seguirse un sendero de poca pendiente que conduce hasta la fuente de Pol Pol, a los pies del Anboto, recorriendo el viejo camino de Urkiola.

Son muchos los caminos posibles al otro lado del desfiladero, todos magníficos, todos acompañados de roca, pradera y bosque. Atxarte es todavía un paraíso natural y campo de juego de los escaladores.

GUÍA PRÁCTICA

● **Cómo llegar:** El desfiladero de Atxarte se encuentra en término municipal de Abadiño, en el corazón de la tierra vizcaína. Una vez en el núcleo de Abadiño se enfilará en dirección a Elorrio para girar enseguida a la derecha en una ruta señalizada hacia los barrios de Sagasta y Mendiola. Sobre ellos se impone ya el paisaje de Atxarte.

Se puede abandonar el vehículo en Abadiño o al pie de las canteras de Atxarte para recorrer a pie el resto de la ruta propuesta hasta la salida del desfiladero, llegando hasta el Atxixiki o ascendiendo el valle hasta la base del Anboto. El camino hasta Atxixiki requiere algo más de una hora.

● **Qué visitar:** Los barrios de caseríos de Sagasta y Urkiola ofrecen una de las singularidades de este rincón natural de Atxarte. Algunos de los asentamientos de caseríos en estos barrios datan ya desde el siglo XI aunque una mayoría se edificarían después del siglo XV con una dedicación eminentemente agrícola. El de Mendiola es uno de los conjuntos rurales más primitivos de la comarca y en sus casas pueden verse interesantes elementos constructivos como los arcos de acceso de Zelakoa, Ormaetxe y Bernakoa.

De notable interés, en el alto del barrio de Mendiola puede encontrarse el molino de Larringan, uno de los cuatro molinos de viento que se edificaron en Bizkaia con ocasión de importantes sequías que se produjeron hacia 1726. El edificio ha sido restaurado pero no conserva nada de la maquinaria que movió sus aspas, también desaparecidas.

Atrapadas y destrozadas por las canteras están las cavidades de Bolinkoba, donde fueron hallados valiosos yacimientos prehistóricos pertenecientes a los primeros pobladores del Duranguesado en el Paleolítico Superior (24.000 a.C.-10.000 a.C.).

Ilusiones ópticas

Errores que comete el cerebro

HAY MUCHAS ILUSIONES ÓPTICAS QUE DEMUESTRAN QUE LO QUE VEMOS NO ES LO QUE REALMENTE EXISTE. A TRAVÉS DE ELLAS DESCUBRIMOS QUE NUESTRA VISIÓN NO ES UN ACTO PASIVO, NO ES UNA CÁMARA FOTOGRÁFICA NI NADA PARECIDO. NUESTRO CEREBRO INTERPRETA LA INFORMACIÓN QUE LE LLEGA POR LOS OJOS DE UN MODO REALMENTE COMPLEJO. Y LO MISMO OCURRE CON LOS DEMÁS SENTIDOS. [TEXTO: EQUIPO DE DIVULGACIÓN CIENTÍFICA DE EUREKA! ZIENTZIA MUSEOA]

El pasado día 15 de junio hubo un eclipse total de Luna. Un bello espectáculo que en esta ocasión ocurrió cuando la Luna estaba muy baja en el horizonte. La Luna se veía roja y enorme. Donde el cielo estaba despejado hubo muchas personas que sacaron fotos del acontecimiento y nos han comentado que al verlas se quedaron decepcionados. En vivo la Luna era enorme y sin embargo en la foto es un círculo muy pequeño. Nos han preguntado que por qué la cámara saca tan mal la Luna. Nuestra respuesta ha sorprendido a más de uno: lo real es lo que muestra la foto, la sensación de una Luna

enorme es una ilusión óptica que se conoce con el nombre de *efecto lunar*. Este efecto no solo ocurre con la Luna; también sucede, por ejemplo, con ciertas constelaciones de estrellas, como es la de Orión. Cuando está muy baja en el horizonte se ve enorme, cuando está más alta en el cielo parece más pequeña.

Es un efecto cuya explicación aparentemente es muy sencilla. Por ejemplo, en muchos libros, incluso de profesionales de la percepción, se dice que es un efecto de perspectiva. Al ver la Luna muy baja en el horizonte se ve con árboles, casas, colinas, etc., que nos dan una sensación de lejanía. Si la Luna está más allá, nuestro cerebro concluye que es más grande y la vemos más grande. Pero resulta que si tenemos

un paisaje con niebla en la que no se ve ningún detalle del mismo pero que sí deja ver borrosa la Luna, el efecto permanece. Es decir, no tiene nada que ver con paisajes, ni con líneas de fuga que nos den sensación de perspectiva.

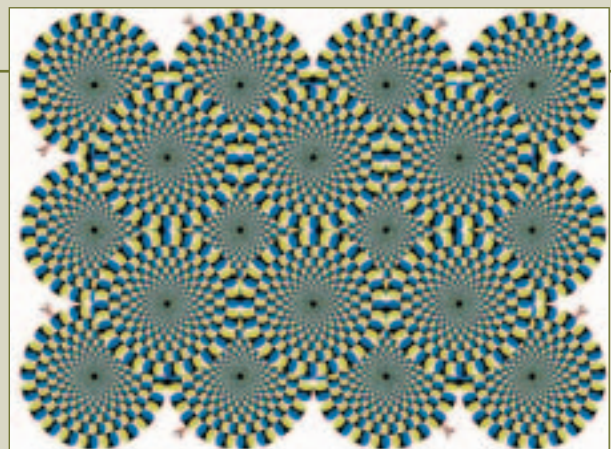
Lo sorprendente es que hay más de 40 posibles explicaciones del efecto pero sabemos que ninguna es la correcta, pues a cada hipótesis podemos contraponer un ejemplo en el que no se cumple. Es decir, en este momento la única explicación es que no tenemos explicación. No sabemos por qué ocurre, aunque de que ocurre no cabe ninguna duda.

De las ilusiones ópticas se viene hablando siglos. Ya Aristóteles nos cuenta la *paradoja de la cascada*. Se trata de ver una caí-

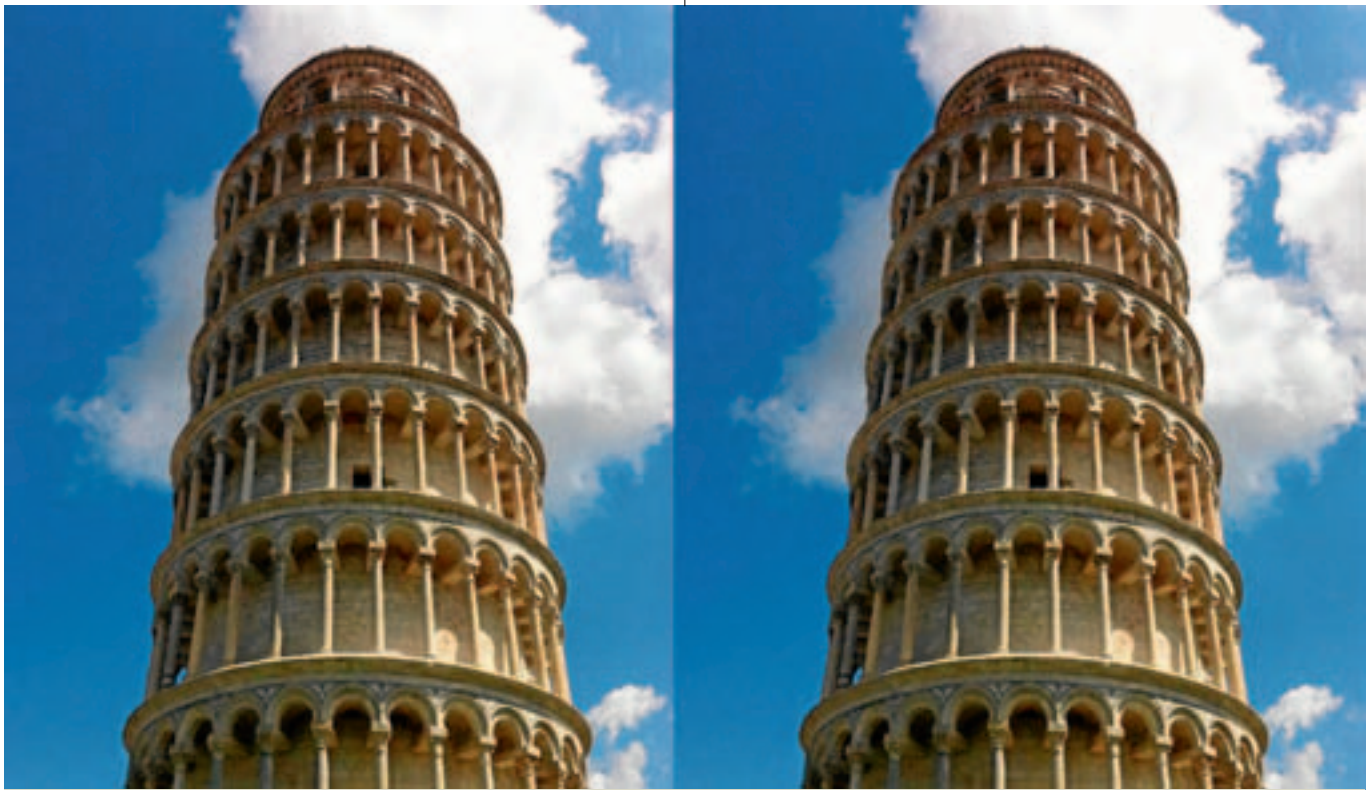
EL DATO

IMÁGENES QUE SE MUEVEN

Akiyoshi Kitaoka es un investigador japonés que se ha hecho muy famoso por sus ilusiones ópticas, en las que dibujos estáticos dan la sensación de que se mueven. Incluso en su página de investigación de la universidad Ritsumeikan de Tokio hay una sección dedicada a imágenes que si las miras poco más de unos segundos te hacen vomitar. Nosotros entramos y nos creíamos que la advertencia era una exageración. Uno de nosotros vomitó. Una de sus invenciones que le hizo muy famoso es la de las *serpientes que giran*. Pueden verla en esta imagen. Simplemente mírenla de cerca y verán que las ruedas giran, unas veces en un sentido, otras en otro, y tienen un cierto toque de mareo que incita al vómito. ¿O no? La explicación está relacionada con la visión periférica. Si miramos la imagen de fren-



te desde muy lejos, no hay ilusión. Este fenómeno, aunque llevado a la maestría en las *serpientes* de Akiyoshi, fue estudiado por Fraser y Wilcox.



► Ambas fotografías son iguales. Sin embargo, la torre de Pisa parece estar más inclinada en la de la derecha. [FOTO: LITTLESTAR19]

da de agua fijamente. El agua va hacia abajo. Nosotros no movemos la mirada de esa agua que cae. Si al cabo de un minuto miramos al paisaje vemos que se eleva, se va hacia arriba. Podría pensarse que después de tantos siglos ya está todo pensado y que nadie es capaz encontrar ninguna idea nueva; pero nos equivocáramos. Cada año se descubren nuevas ilusiones. Y cada una de ellas nos permite conocer mejor el funcionamiento de nuestro cerebro.

Anualmente hay un concurso en el que se premian las mejores ilusiones ópticas. Se presentan muchos contendientes con ilusiones realmente desconcertantes. Pueden verlas aquí: <http://illusioncon->

test.neuralcorrelate.com.

Recientemente ha habido una ilusión que se basa en el trabajo del profesor Frederic Kingdom, de la Universidad McGill del Canadá, que nos ha sorprendido por su sencillez. Al verlo nos hemos preguntado cómo es posible que no se le hubiera ocurrido a nadie antes. Pueden verlo en la foto. ¿A que ven la torre de la derecha más inclinada que la de la izquierda? Pues por mucho que

les sorprenda las dos fotos son idénticas. Las dos torres tienen la misma inclinación. El profesor Kingdom llega a la conclusión de que cuando miramos hacia arriba y vemos cosas que son paralelas, por ejemplo árboles altos, siempre nos da la sensación de que se juntan en las copas. Por lo tanto, cuando en la realidad hay verticalidad y paralelismo lo que vemos son líneas que se juntan hacia lo alto. En este caso las dos torres son paralelas, por lo que nuestro cerebro deduce que realmente no son paralelas sino que una se aleja de la otra. La duda que nos entra es: ¿y por qué no vemos como más inclinada la de la izquierda? No tenemos la respuesta.

+ Info

www.eurekamuseoa.es

EL EXPERIMENTO



CÓMO HACER RECTAS QUE SE VEAN CURVAS

En este trabajo te pedimos que hagas un dibujo muy sencillo para el que tan solo necesitas una regla. O si lo prefieres lo haces en el ordenador. Empezarás haciendo dos rectas paralelas de color rojo con un rotulador de grosor mediano. Asegúrate de que sean paralelas. A continuación busca el centro de la imagen. Al decir centro nos referimos a un punto entre las dos paralelas a la misma distancia de ellas y en mitad de su longitud (es más fácil verlo en el dibujo que explicarlo). A partir de

ese punto central traza rayos rectos de color negro, hechos con un bolígrafo o un rotulador fino y que empiecen por debajo de las rayas y terminen por encima. El número de líneas no es importante, pero te aconsejamos unas 14. Una vez acabado te llevarás la sorpresa de que ya no ves las rectas rojas como paralelas, las ves curvas. ¿Sorprendido? Pueden obtener un efecto similar si en vez de poner las líneas rectas negras, lo que haces es poner varias circunferencias concéntricas cuyo centro sea el mismo punto. Las paralelas rojas también se verán curvas.



► Iñigo Lavado, David Cochón y Luis Miguel Garayar, con las piezas de carne.

El vacuno llega a la universidad

MUCHAS HORAS DE PRÁCTICA Y DE TEORÍA ACERCA DE LA CARNE DE VACUNO. ES LO QUE VIVIMOS EN UNA JORNADA ATÍPICA HACE UNOS DÍAS DENTRO DE LOS CURSOS DEL BASQUE CULINARY CENTER (ESTO SÍ QUE ES INNOVAR, ZORIONAK), EN EL DONOSTIARRA EDIFICIO DE SUKALEKU. [TEXTO Y FOTOS: MIKEL ZEBERIO]

Luis Miguel Garayar (Cárnicas Luismi), el cocinero Iñigo Lavado, David Cochón –proprietario del matadero Banderira de Galicia– y un servidor organizamos un curso dirigido a 15 profesionales de la cocina en el que la carne se convirtió en el hilo conductor. Presentamos encima de una de las mesas de la cocina media vaca entera, que nos sirvió para explicar de una manera práctica el uso culinario y el aprovechamiento de cada parte del animal.

Pero antes de entrar en materia aportamos algunas nociones sobre el vacuno. Aunque es un alimento muy antiguo no comenzó a comercializarse hasta el siglo XX. Un siglo antes, los ganaderos ingleses aumentaron la producción para preparar



► Los asistentes al curso.



► Jarretes.



► Preparación de un fondo.

reses para la carnicería. A mediados del XIX aprendieron a criar razas selectas porque duplicaban el rendimiento de las naturales. El comercio de ultramar se pudo desarrollar gracias a Charles Tellier, que ya en 1876 realizó los primeros ensayos de conservación mediante el frío artificial.

TEORÍA Y PRÁCTICA

A partir de este momento intercalamos teoría y práctica. Daniel Cochón, con la res sobre la mesa, nos habló del animal, de sus razas españolas y extranjeras, la alimentación, la edad y el sacrificio y nos contó en qué se fija a la hora de comprar la carne. Por su parte, Luismi introdujo a los presentes en la anatomía del animal a medida que lo diseccionaba. Iñigo Lavado tomaba el relevo, picando la carne y elaborando una cata en crudo. No fue lo único que degustamos: también carpaccio en distintas temperaturas y bolitas marcadas a la plancha. Todo un *show cooking* en el que también disfrutamos de un delicioso solomillo con una farsa de foie, sin dejar de cocinar.

Llegó mi turno y con la chuletera en la mano expliqué el argot culinario americano, el *t-bone*, el *porterhouse* y otras muchas piezas. Comenzamos un ameno y

serio debate sobre cuál es la mejor carne y al final llegamos a la conclusión de que todo depende de la calidad del ganado. Por ejemplo, el picar una carne de aguja de una vaca gallega sería da una carne mejor que una chuleta picada media, para hacer un filete tártaro. Y podríamos poner mil ejemplos más.

Mientras, Iñigo ya había preparado unos fondos potentes con los que había elaborado la blanqueta y un jarrete servido a la antigua, con parte del hueso al aire y el mollete de la carne barnizado con el jugo. Una delicia para el paladar, pero también muy interesante el acercarnos a esta técnica. Continuamos con el solomillo Wellington; carrilleras hechas al vacío y guisadas al modo tradicional, siguiendo todo tipo de cocción y técnicas, igual que los morros: cocidos, fritos y rellenos de hongos; costillas vuelta y vuelta en dos minutos, perfectas; entrécua, entraña a la plancha o al horno; y chuleta también en los dos estilos. Terminamos con un consomé de tuétanos que me recordó a las recetas de mi aita.

Durante toda la clase aprendimos a clarificar y a hacer consomé con gelatinas, patas de ternera, jugo de vino tinto y de carne. También a presentar en la mesa los distintos platos con guarniciones. Distintos modos para mejorar nuestros platos con milhojas o nubes de patatas. Tampoco olvidamos las técnicas de cocina, por ejemplo en las chuletas, y discutimos sobre cuál era la mejor parrilla, si había que echar la sal antes o después o el número de vueltas que hay que dar a la carne.

Interesante además el acercamiento a la genética del animal: su cría, la estabulación libre, la zootecnia, el carácter organoléptico de la carne, la matanza y la maduración. Nosotros jugamos con una vaca de diez días de maduración, muy lejos de los 60 o 90 de algunos asadores afamados, lo que en mi opinión no deja de ser más que una cochinada y un riesgo alimentario, lo cual nos demuestra que el grado de frescura es importante, tanto a nivel gustativo como a nivel alimentario.

Un día del que todos guardamos muy buen recuerdo. Nueve horas de convivencia, aprendizaje y placer culinario rodeados de un magnífico grupo formado por restauradores navarros, cántabros, argentinos, vizcaínos...

la noticia

LA GUÍA REPSOL ELIGE LOS MEJORES GAZPACHOS

La Guía Repsol, cuyos *soles* distinguen a los establecimientos gastronómicos más destacados, ha elegido los gazpachos que elaboran cinco cocineros españoles como los más frescos y creativos del verano, y ha desvelado los secretos con los que realizan esta receta cocineros como Dani García o Toño Pérez.



Esta sopa fría de verano tampoco ha escapado a la revisión a la que la alta gastronomía somete últimamente al recetario clásico español, y aparece ahora actualizada con ingredientes como las frambuesas o el poleo, o en variantes como el ajoblanco malagueño o el salmorejo cordobés. Así, el cocinero Toño Pérez, del cacereño Atrio (Cáceres, tres *soles* Repsol y dos estrellas Michelin), propone un depurativo gazpacho de poleo que combina esta hierba con huevo, aceite de oliva, ajo y miga de pan, mientras Dani García, del marbellí Calima (tres *soles*, dos estrellas), apuesta por un ajoblanco helado en el que sustituye la tradicional almendra por piñones y que acompaña de compota de queso. Kisko García, cuyo restaurante cordobés Choco tiene un *sol*, perfecciona el célebre salmorejo acompañándolo de una coca de anchoas, en tanto Firo Vázquez, del murciano El Olivar (un *sol*), apuesta por el gazpacho de frambuesas con sorbete de melón y aceitunas.

Cerdo ibérico, un ‘olivo con patas’

EL JAMÓN FORMA PARTE DE LA TRADICIÓN GASTRONÓMICA PENINSULAR Y CONSTITUYE UN ALIMENTO FUNDAMENTAL DENTRO DE LA DIETA MEDITERRÁNEA. DIVERSOS ESTUDIOS CONCLUYEN QUE SU CONSUMO ES MUY SALUDABLE. [TEXTO Y FOTOS: E.P.]

Aunque en principio la grasa del cerdo aparece en las tablas de composición de alimentos con una elevada cantidad de ácidos grasos saturados, lo que la hace desaconsejable, en algunas regiones del suroeste de España –fundamentalmente en Extremadura– se desarrolla un tipo de cerdo, el ibérico de bellota, con unas características genéticas y de explotación que lo hacen diferente a otros ejemplares de su género.

En la actualidad, diversos estudios han concluido que su consumo es beneficioso para disminuir los niveles de colesterol gracias a la gran cantidad de ácidos grasos monoinsaturados que contiene. Entre ellos se encuentra el ácido oleico –componente habitual en aceites vegetales como el de oliva o el del aguacate– y que ejerce una acción beneficiosa en los vasos sanguíneos, reduciendo el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. De ahí que el catrático Grande Covián utilizara un símil que ha pasado a la posteridad: “El cerdo ibérico es como un olivo con patas”.

Entre otras propiedades, el jamón ibérico de bellota contiene también gran cantidad de hierro, calcio y vitamina D, fundamental para el crecimiento y el fortalecimiento de los huesos.

El doctor Avelino Ortiz, Jefe de Servicio de Medicina Interna del Hospital Perpetuo Socorro (Hospital Universitario de Badajoz) –y uno de los autores del Estudio *Influencia del consumo de jamón de cerdo ibérico criado en montanera sobre el perfil lipídico aterogénico*– asegura que entre los alimentos más cardiosaludables “se encuentran aquellos ricos en estos ácidos grasos insaturados y con altos niveles de antioxidantes, entre los que se incluyen el



► Jamón ibérico, un sano manjar.

LOS DATOS

- * El Consejo Regulador de la Denominación de Origen Protegida Dehesa de Extremadura ha renovado su convenio de colaboración firmado en 2010 con la Fundación Española del Corazón.
- * La D.O.P. Dehesa de Extremadura ampara el Jamón Ibérico de Bellota, el Jamón Ibérico de Recebo y el Jamón Ibérico de cebo de campo, pero no el Jamón Ibérico de cebo.

aceite de oliva, pescados azules, nueces, aceite de semillas, vino tinto en pequeñas cantidades por su nivel de antioxidantes, frutas, verduras, hortalizas y, sin duda, el jamón ibérico de bellota”.

DIETA Y CORAZÓN

La dieta mediterránea se atribuye a regiones donde se ha observado que las expectativas de vida para los adultos están entre las más altas del mundo y por el contrario, las incidencias de enfermedad cardiovascular, ciertos cánceres y otras enfermedades crónicas, están entre las más bajas. Y es que la dieta diaria está directamente relacionada con enfermedades coronarias como la hipercolesterolemia y la aterosclerosis. Por lo tanto, se puede alterar la dieta para que sea lo más saludable posible: disminuyendo la ingesta de grasas saturadas a favor de las monoinsaturadas y manteniendo un porcentaje adecuado de las poliinsaturadas.

La arteriosclerosis es la enfermedad de las arterias más frecuente en la población, siendo la causa de muerte más importante en países industrializados. Hasta hace relativamente poco, se atribuía exclusivamente a un proceso natural provocado por el envejecimiento. Sin embargo, entre los factores que contribuyen a esta dolencia se encuentra la hipercolesterolemia.

El principal representante de las grasas monoinsaturadas es el ácido oleico, cuyo gran portador en el aceite de oliva (65-80%), principal fuente de grasa en los países mediterráneos, en contraposición con las grasas animales típicas de los países del norte de Europa. El aceite de oliva contiene una proporción relativamente baja de ácidos grasos saturados y es fuente de antioxidantes (vitamina E). Diferentes trabajos han mostrado que el consumo de aceite de oliva provoca un descenso de colesterol total, similar al que origina una dieta rica en poliinsaturados.

Según este mismo estudio, otro alimento con alto contenido en ácido oleico (40%-45%) es la carne de cerdo ibérico, ya que tanto genéticamente como por su forma de explotación es diferente a las demás razas. El cerdo ibérico de bellota se alimenta fundamentalmente de bellotas –con tasas de ácido oleico superiores al 65%– así como de hierbas y raíces de la dehesa, lo que puede incorporar además sustancias antioxidantes. Estas condiciones contribuyen a que su grasa sea rica en este ácido, sobre todo su jamón, que llega a porcentajes del 59%.

Restaurante Ten con Ten

SE TRATA DEL NUEVO PROYECTO DE SANDRO SILVA Y MARTA SECO, PROPIETARIOS DE EL PARAGUAS, LOCAL QUE ABRÍA SUS PUERTAS EN EL AÑO 2004 PARA ACERCAR AL MADRILEÑO BARRIO DE SALAMANCA LAS MEJORES RECETAS ASTURIANAS. UN ESTABLECIMIENTO QUE SIN HACER MUCHO RUIDO HA ENCONTRADO SU SITIO EN LA CAPITAL.

HACE MUY POCOS DÍAS, Sandro y Marta han abierto un nuevo local en la calle Ayala, a muy pocos metros, y allí han montado Ten con Ten, un restaurante de una estética preciosa decorado por Alba Hurlé y Alicia Martín Cousí.

Aunque es un término en desuso, a mí me recuerda a una *brasserie*, un establecimiento acogedor, dividido en diferentes ambientes como la enorme barra rectangular de la entrada, muy americana, en la que puedes tomar copas o cócteles, una zona ideal para el conocido como *after work*. Esperan poder montar una terraza en el callejón privado, bonita panorámica que se contempla a través de las múltiples ventanas del Ten con Ten, por las que entra la luz natural que aporta sensación de calidez al restaurante.

Ten con Ten es un restaurante bullicioso situado en la conocida como *Milla de oro*. En la carta nos encontramos con empanada de pitu (9 euros), croquetas de tigre o faisán (11 euros), rollitos de pato (11 euros), tirabeques con aceite de aguacate (12 euros), anchoas con tomate secos (14 euros), pulpo de Pedreiro asado (15 euros), tartar de atún (18 euros), un exquisito ceviche Calderón (18 euros) con un equilibrio entre el propio pescado, y unos tacos de rape, con su cebolleta y su culantro medido, además de un rico aliño. En el capítulo de ensaladas nos encontramos con el gazpacho de

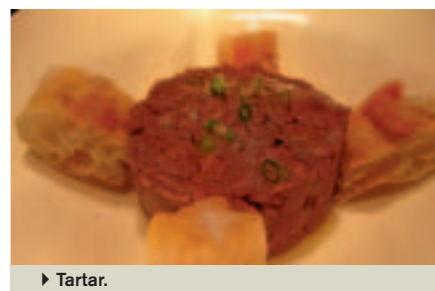
fresa (9 euros), ensalada verde (9 euros), ensalada de calabacín con queso de cabra (10 euros), ensalada de naranja y aguacate con uvas y piñones (12 euros) y la ensalada Ten con Ten (15 euros).

En el apartado de arroces y pastas están el risotto de sémola con trufa (15 euros), arroz frito con zamburiñas (16 euros), lasaña de alcachofas (18 euros) y los gnocchis con colmenillas (18 euros). Pasando a los pescados, de los que ya hemos citado algunos, hay que añadir las hamburguesas de pixín, bacalao negro asado con manzana (18 euros), el suquet de pescado y los sabrosos tacos de merluza de pincho a 25 euros. Después tomamos la hamburguesa de ternera (20 euros), tartar (22 euros) y morros, patas y manos (16 euros). Como postre pedimos una tarta de manzana (9 euros).

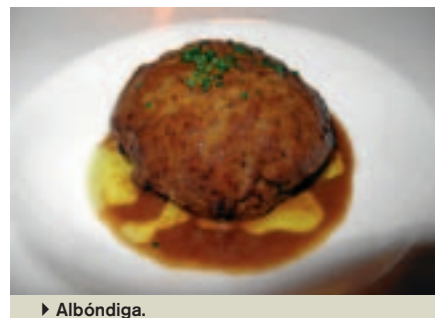
Es esta una carta donde tenemos ocasión de probar platos de la cocina tradicional tocada con ciertos aires creativos y con productos de mercado. Una gastronomía de nivel alto, con un servicio de trato espontáneo, sin cansar, huyendo de la seriedad madrileña. Una cocina donde distingui-



► La sala del establecimiento.



► Tartar.



► Albóndiga.

ríamos la liviandad, con unos matices sorprendentes y una sencillez pasmosa, sin excesos.

En el apartado de los vinos también nos encontramos una carta larga, perfecta, equilibrada y a precios asequibles, aunque echamos en falta algún vino más barato. Siguen siendo fieles al estilo de El Paraguas, viviendo la cocina. Eso es lo que les ha convertido en grandes, sumando tendencias, pero dándoles su toque personal.

Además de su fiel clientela ya han conseguido meterse en el bolsillo a nuevos comensales.

RESTAURANTE TEN CON TEN

C/ Ayala, 6 (Madrid)

Tfno.: 915 759 254.

Puntos: 14/20

Carta de vinos: 7/10

SECRETO 19
MER
Costa Vasca

Tel. 94 673 34 65

VINOS DE CALIDAD
CERVEZAS DE IMPORTACIÓN
LICORES EXCLUSIVOS
ZUMOS PAGO

ENTRA EN TU TIENDA ON-LINE
www.mercostavasca.com

Y descubre sus ofertas más exclusivas...

LOTE VIÑA VIAL PVP OFERTA WEB

• 4 Botellas VIÑA VIAL Rva.05

• 1 DECANTADOR

• 1 SACACORCHOS PATERNINA

(OFERTA LIMITADA A 100 LOTES)

23,40€

PORTES EN BIZKAIA + IVA INCLUIDOS
Otras provincias portes 10€ IVA Incl.





Nº Raciones 4

Nivel de Dificultad: Avanzado

Tiempo de elaboración: 40 minutos

Ingrediente: Pescado

Ocasión: Especial

Ingredientes principales

Sorpréndete tierna Florette 2 bolsas (canónigo, espinaca brote, batavia roja brote y batavia verde brote)

Aceite de oliva virgen extra 200 ml

2 pimientos amarillos

2 pimientos verdes

2 pimientos rojos

Berberechos 200 g

Bacalao 300 g

12 cerezas negras en confitura

1/2 cebolla morada

Ingredientes para el aliño

Aceite de oliva virgen extra 100ml

Vinagre balsámico de Módena 50 ml

Mermelada de cereza negra 50 ml

Jugo de asar los pimientos

Sal

Ensalada Sorpréndete tierna con bacalao confitado y pimientos de colores

Elaboración:

Asar los pimientos con un poco de aceite, pelarlos y cortarlos en tiras. Cubrir el bacalao con aceite y ponerlo al fuego manteniéndolo a 60°C durante media hora. Retirar la piel y sacar el bacalao en lascas. Abrir al vapor los berberechos. Cortar el queso en rectángulos y la cebolla en aros finos. Para elaborar la vinagreta, primero mezclar el jugo de asar los pimientos con la mer-

melada de cerezas negras, la sal y el vinagre. A continuación, emulsionar ligeramente con el aceite de confitar el bacalao.

Por último, colocar en el centro del plato la ensalada. Poner en un molde de PVC los tres pimientos, cubrir con lascas de bacalao y situarlo en el centro de la ensalada. Decorar con los aros de cebolla, los berberechos, el queso y las cerezas y rociar con la vinagreta.





Nº Raciones 4

Nivel de Dificultad: Medio

Tiempo de elaboración: 15- 30 min.

Ingrediente: Pescado

Ocasión: Especial

Ingredientes

Rúcula Florette 2 bolsas

Queso para ensaladas 75g

Atún ahumado 100 g

Anguila ahumada 100g

Salmón ahumado 100g

Láminas de coco 40 g

Ingredientes para el aliño

Aceite de oliva virgen extra 1dl

Vinagre balsámico de Módena 1/4dl

Juliana de piel de naranja 1/2 unidad

Sal y pimienta negra



Ensalada Primeros Brotes Rúcula con carpaccio de ahumados

Elaboración:

Laminar finamente los ahumados. Darles forma redondeada y meterlos en el congelador.

Cortar el queso en juliana muy fina y el coco en láminas.

Para la elaboración de la vinagreta, mezclar el vinagre con el aceite, sazonar y añadir la juliana de naranja previamente blanqueada (hervir unos minutos partiendo de agua fría).

Para terminar la ensalada, disponer las lámi-

nas de ahumados en la base del plato.

Disponer en el centro la rúcula con parte de la vinagreta y distribuir el queso, dejando visible el fondo de ahumados.

Terminar con las láminas de coco y rociar con el resto de la vinagreta.

Más recetas en: www.florette.es



Síguenos en facebook



Autodefinido

Horizontal clues:
 1. DESTINADO, TERCO
 2. PARECIDO
 3. EXTRA
 4. ORUGA, DEDICARIA
 5. OTORRO, CONFIERO
 6. PLEGARIAS CATELICAS

Vertical clues:
 1. ERISTR
 2. LIETON ED-IRE LA SA-IRADILLA
 3. ANIBO, TAXA-CIO
 4. MAL ESTU-DAITE
 5. CILDCARAN
 6. UNIDAD DE INFORMACION
 7. ACCION DE DESLINDAR
 8. TARTALO
 9. SE RETRAHAN
 10. YODO

Other clues:
 1. CONFUADA CEDA
 2. COMPRESO
 3. INTRODUCAN
 4. FUNDIR
 5. OJOO DE ETLO
 6. UN PAR
 7. SOBRIA
 8. MAJAS DE AGUA SALADA
 9. REMOZADAS
 10. MACHINAS
 11. PAJARO
 12. OMBRIA
 13. EN BOMBE (EN DEBIDO)
 14. REMOLCAR, ATORAR
 15. ARTICULO PLURAL
 16. LA SEAN

sUdokuS

Fácil

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

Medio

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

miNicRucigraMa

1 2 3 4 5

1				
2				
3				
4				
5				

- HORIZONTALES**
- 1 • Recibe, recoge.
 - 2 • Arreglos.
 - 3 • Sello de cartas.
 - 4 • Labrada.
 - 5 • Pasar rozando.

- VERTICALES**
- 1 • Empapar.
 - 2 • Avariciosa.
 - 3 • Caes en un engaño.
 - 4 • Hembra del tordo.
 - 5 • Lavar.

sUmANdo

Coloca todos los números del 1 al 9 de manera que se cumplan correctamente las sumas

			13
	6	7	17
	2		15
21	9	15	

kAkUro

El objetivo de este juego es rellenar las casillas con números del 1 al 9 de forma que en ninguna serie de números, en horizontal o vertical, se repitan y que su suma dé como resultado el número que se indica.

LA frAsE

Sustituye los números por letras y hallarás una sentencia que se atribuye a Buda.

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22

Difícil

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

30 Lecciones

VER CORRYEON
 NYORVJ OI O
 NONI IFO NY
 NYOI I WAFNY
 EA BRYALV
 CONNOI IWO
 NYNOI O I
 NEI O I
 NYO I I
 A I I I

TELEVISION



JOSÉ LUIS CORRAL

La televisión, una ventana de historia

LUJÁN ARGÜELLES: "ME ENCANTA VER CÓMO SURGE EL AMOR"

JOSÉ M^a CARRASCAL: "HAY QUE SABER RETIRARSE A TIEMPO"

JOSÉ ÁNGEL EGIDO: "LA TELEVISIÓN TE PERMITE VIVIR BIEN"

ACTUALIDAD

José Luis Corral “En ‘Hispania’ hay errores históricos de bulto”

JOSÉ LUIS CORRAL, AUTOR ZARAGOZANO, ACABA DE PUBLICAR ‘LA PRISIONERA DE ROMA’ AQUÍ ANALIZA LAS SERIES HISTÓRICAS QUE MÁS ÉXITO TIENEN EN TELEVISIÓN: ‘LOS TUDOR’, ‘ROMA’, ‘HISPANIA’ O ‘ÁGUILA ROJA’ SON OBJETO DE SU JUICIO CERTERO. [TEXTO: R. LAKUNZA. FOTOS: OSKAR MARTÍNEZ]

José Luis Corral, profesor de Historia Medieval en la Universidad de Zaragoza, es el historiador español de mayor éxito en el género de la novela y un experto en el medio televisivo. Entre otras muchas cosas ha sido asesor histórico de Ridley Scott en *1492, la conquista del paraíso*. Sus opiniones sobre la irrupción del género histórico en la televisión, el cine o la literatura son realmente certeras.

La historia se ha puesto de moda...

Y ya es hora de que se ponga de moda, porque en este país se ha escrito la historia muy mal. Los historiadores la hemos escrito para nosotros, no para la gente, y lo que ha hecho la gente es recurrir a otras fuentes para entenderla y acercarse a ella.

Este género, dentro de la novela, es muy criticado por los historiadores. ¿Se comenten muchos errores en la novela histórica?

Muchísimos, y los que la gente ve son los más obvios, los arqueológicos, pero hay

muchos más errores de carácter intelectual.

¿A qué tipo de errores se refiere?

Por ejemplo, hay gente que coge una aventura de amor de dos chicos de Bilbao de ahora y la mete en la Roma de Trajano.

¿Y no es lo mismo el amor ahora que en la época de Trajano?

Pues no. Además de no cometer errores arqueológicos –como que en la época de los romanos no se hable con teléfonos móviles, o que no haya tomates o patatas en la Roma Imperial–, no son iguales ni los sentimientos ni el mundo de

las pasiones; cada época ha tenido diferentes maneras de expresar los sentimientos. Casi hay más errores históricos en este apartado que en la recreación arqueológica.

La televisión también se ha metido de lleno en la temática histórica. ¿Son fidedignas las reconstrucciones que vemos hoy, por ejemplo Hispania?

En *Hispania* en concreto hay muchos errores de bulto y además, con el mismo dinero se puede hacer un poquito mejor, porque es verdad que una gran producción histórica cuesta mucho dinero. Por ejemplo, en un capítulo que vi, una docena de iberos para a una legión romana, cuando cosas así no son muy creíbles. Y los nombres tampoco son los adecuados.

¿Los nombres?

En la Hispania prerromana y romana la gente no se llamaba Héctor o Darío... Eso es algo que por el mismo precio se podía haber corregido.

¿La interpretación es la correcta?

Los actores españoles, que no digo que no sean buenos, tienen que tener en cuenta que no es lo mismo interpretar el papel de un caudillo ibero que el de un señor de una comunidad de vecinos del siglo XXI.

Águila Roja, ¿qué le parece?

No es novela histórica, sino una serie de aventuras, como pudo ser en su día *Sandokan*.

¿Comete errores históricos? Sí, todos, pero tiene su gracia porque, insisto, es una serie de aventuras.

Podemos saltar a las grandes superproducciones, ¿qué dice de Roma?

Que está muy bien ambientada y que la arqueología es muy buena. Todo lo que he visto está muy bien y no hay grandes fallos.

Los británicos han dado vueltas y más vueltas sobre los Tudor.

Exacto, han encontrado un filón en los Tudor: películas, novelas, reportajes, series y documentales. Vamos, que

“La ficción histórica tiene errores en el mundo sentimental”

son una fuente inagotable. En este país ha habido una dinastía, los Trastámara, que tiene prácticamente el mismo perfil que los Tudor.

¿Usted cree que son familias comparables?

Sí, porque en ambos casos ha habido ambiciones, guerras y conjuras en la Corte, pero nosotros no hemos sabido hacerlo.

¿Le parece interesante ficcionar a Enrique de Trastámara? ¿Cree que mucha gente se acuerda de él?

Pues no, ya sé que no, porque se ha estudiado muy mal la historia. Cualquier británico conoce más o menos bien su historia, pero aquí no sucede así. Aquí nos han explicado la

PERSONAL

Edad: 53 años (13 de julio de 1957).

Lugar de nacimiento: Zaragoza.

Trayectoria: Profesor de Historia Medieval en la Universidad de Zaragoza, es el historiador español de mayor éxito en el género de la novela. Ha dirigido diversos programas de radio y televisión de divulgación histórica. Ha centrado su labor investigadora en la Edad Media en España, y producto de este trabajo es una extensísima obra historiográfica. Autor de novelas históricas, ha publicado numerosos artículos y colaborado en programas de radio y televisión, además de ser asesor en series, películas y documentales.

lista de los reyes godos, que aunque no sabíamos ni quiénes eran ni dónde estaban, nos aprendíamos de memoria, y eso no es historia.

Otro ejemplo. Uno de los últimos libros más criticados ha sido *El Código da Vinci*.

Es que se vendió como una novela histórica y no lo es, es un *thriller* contemporáneo de intriga y nada más. Puedo asegurar que el Opus Dei es mucho peor de lo que aparece ahí.

¿Se ha suavizado la imagen del Opus Dei?

Sí. Uno de los grandes éxitos de esa novela es que los párrocos del Opus Dei en Estados Unidos dijeron en los púlpitos un domingo que no se com-

“La serie ‘Roma’ sí que esta muy bien ambientada”

para el libro. Y lo que sucedió es que la gente salió de la iglesia como loca a comprarlo.

Los pilares de la Tierra también es ya un producto de consumo televisivo.

Tiene emoción y pulso literario, pero las catedrales góticas no se construyen como se cuenta ahí. De hecho, yo escribí una novela, *El número de Dios*, que era a la contra de *Los pilares de la Tierra*. Cuando un historiador ve que un maestro de obras con un zurrón, una plomada y una escuadra construye una catedral gótica, pues claro, dice que de eso nada.

¿Por qué no?

Porque para construir una ▶▶



▶ José Luis Corral, historiador medievalista, cree que se ha escrito muy mal la historia.



► "Mientras los ingleses han hecho de los Tudor un filón, aquí no hemos hecho nada con nuestro personajes históricos", señala José Luis Corral.

► catedral gótica hace falta tener una cantidad de conocimientos de geometría, de matemáticas y de astronomía realmente impresionante. Si no, la catedral se cae.

Ha sido asesor de producciones de cine...

Asesoré en *1492, la conquista del paraíso*, de Ridley Scott. El problema de los asesores es que si queremos ser rigurosos, nos volvemos muy puntillosos. Por ejemplo, yo le decía a Ridley Scott en aquella película que el protagonismo de Isabel la Católica era desmesurado frente al de su marido, Fernando. Él casi no sale en la película y, realmente, fue más importante que ella, lo que no deja de resultar una manipulación de la historia castellana.

¿Y no le hicieron caso?

No, porque cambiar eso significaba cambiar el guión, cambiar muchas escenas, y tenía un gran coste económica.

¿Ha trabajado en alguna

cadena española?

Sí, hice una serie documental, *El camino del Cid*. Fui el asesor histórico de la serie y salgo en pantalla explicando algunos pasajes.

¿Se sintió más satisfecho?

Sí, pero es que era una serie documental, no dramática. Además, la gente que la hizo puso mucho cuidado y el resultado final estuvo muy bien.

¿Cree que las películas, las series y las novelas ayudan a los espectadores a acercarse a la historia?

Como se ha escrito aquí tan mal la historia, como ha habido tanta manipulación con tanto interés, no sé qué decir. El franquismo fue un desastre para este país en muchos sentidos, pero por lo que a mí compete, fue nefasto en el mundo de la historia. Acabó resultando un baldón insuperable.

¿Cómo pasará a la historia el siglo XX?

Como el siglo de los horrores.

“El siglo XX es el siglo más cruel y salvaje de la humanidad”

“A Hitler y a Franco, en la Edad Media los echarían a patadas”

Soy medievalista y cuando juzgan la Edad Media como algo frío, oscuro, bárbaro, sucio... recuerdo que explico en clase a mis alumnos que Bagdad en el siglo X tenía una estructura que París no alcanzó hasta mil años después, y lo mismo Londres o Madrid. En Bagdad, en Córdoba, o en mi ciudad, Zaragoza, había en el siglo XI una infraestructura urbana de calles adoquinadas, una red de agua caliente y fría, desagües y letrinas que no tuvieron las grandes ciudades europeas hasta cientos de años más tarde.

Entonces, ni fría ni oscura, ¿no?

¿Alguien puede pensar que una época fría y oscura se pudo construir la catedral de Burgos o la de León? Evidentemente no. El siglo XX es el más cruel y más salvaje de la historia de la humanidad. A Hitler, a Franco o a Stalin, en la Edad Media los hubieran echado a patadas.

Francisco Sierra

“Queremos descubrir nuevos talentos”

SE BUSCA TALENTO, ORIGINALIDAD Y FRESCURA EN FICCIÓN Y ENTRETENIMIENTO. DESDE ‘EL SÓTANO’, ANTENA 3 QUIERE QUE EMERJA LA CREATIVIDAD DE JÓVENES PRODUCTORES, GUIONISTAS Y ACTORES. [TEXTO: A. M.]

Antena 3 ha creado un nuevo espacio en su página web, *El sótano*, con productos exclusivos y frescos solo para la red. Francisco Sierra, director de contenidos multimedia de esta cadena, explica qué pretensiones tienen a la hora de hacer televisión.

Hay veces que nos perdemos en estos nuevos conceptos, como multimedia.

Son todos los contenidos que produce el grupo Antena 3 en soportes digitales, lo que no es puramente televisión y radio. La mayoría están en internet o han sido concebidos exclusivamente para internet o en móvil.

¿Hay nicho de usuarios para este tipo de difusión?

Yo creo que sí, que hay usuarios que están dispuestos a ver producciones fuera del ámbito tradicional, y también hay gente muy joven con talento, imaginación y muchas ganas, que hace productos muy interesantes. A Antena 3 nos conocen por nuestras series, que son la joya de la corona. Tienen un carácter juvenil y coinciden con el público joven de internet.

¿Es esta una salida profesional?

Sí, sabemos que hay jóvenes realizadores, guionistas y actores que con mucha ilusión y muchas ganas están haciendo productos que suben a portales como

Youtube. Están muy bien, pero al final son océanos donde hay millones de vídeos que no tienen una exposición o una comunicación.

¿Cuál es su pretensión?

Conjugar todos los elementos del mercado sabiendo que hay un público que nos busca y que ve series en nuestro portal. *El sótano* es un escaparate.

¿Han descubierto algo?

Gente con talento y proyectos que son muy originales y que tienen mucha frescura. Es lo que buscamos. Lo primero que hicimos fue emitir por internet todo lo que se generaba en televisión, y después generar producto alrededor de esas marcas. Ahora damos un paso más allá y queremos generar producto *online*.

¿Productos para saltar a la televisión?

Sí, esto tiene la visión contraria

“En ‘El sótano’ buscamos ofrecer originalidad”

a lo que hemos hecho hasta ahora. Si funcionan bien pasarán a canales jóvenes como Neox o Nitro.

¿Es fácil cuantificar la audiencia real en Internet y móviles?

Hay problemas, y el mercado, no solo de Internet, necesita una homologación. Lo que está claro son los datos que tenemos: casi nueve millones de usuarios únicos que nos ven en nuestro portal, y en las redes sociales sumamos más de tres millones de seguidores si juntamos Facebook, Tuenti y Twitter. Tenemos usuarios y necesitamos nutrirnos con gente que hace trabajos en la red muy originales, series que son muy nuevas y que atraen a un *target* de espectadores muy determinado. Intentamos sacar gente del sótano, lanzar productos y sacar público suficiente para mantener unos espacios atractivos.



► Francisco Sierra, director de contenidos multimedia de Antena 3.

Luján Argüelles

“Soy muy romántica y no me importa nada decirlo”

LA CUARTA TEMPORADA DE 'GRANJERO BUSCA ESPOSA' YA ESTÁ EN MARCHA Y DE NUEVO SERÁ LUJÁN ARGÜELLES QUIEN NARRE A LOS ESPECTADORES DE CUATRO TODO LO QUE OCURRA EN ESTE EXITOSO 'REALITY'. EN BREVE, LA RULETA DEL AMOR SE PONDRÁ EN MARCHA. [TEXTO: R. LAKUNZA]

A Luján Argüelles, presentadora multi-terreno donde las haya, le gustan los programas donde el amor es protagonista al cien por cien. **Por fin vuelven los granjeros, ¿no?**

Sí empezamos con el programa de *Granjero busca esposa* y estoy encantada de volver a hacerlo, es un formato que me gusta mucho.

¿Es el programa que más satisfacciones le ha dado?

No, con todos me sorprendo un montón, todos me divierten mucho y me aportan cosas.

Tienes 1 minuto, Granjero busca esposa... Le van a llamar la mensajera del amor.

Al final siempre estoy con el amor a vueltas, pero me gusta mucho ver cómo las personas se enamoran. Me parece que es un momento en el que la gente está muy feliz y muy contenta, muy apasionada. Me encanta ver que mis amigos se enamoran o que ocurra en mi familia.

¿Es usted romántica?

Muchísimo, muchísimo, es un pasteleo terrible. Soy muy romántica y no me importa decirlo.

¿Es de las que llora con las

historias de amor?

Bueno, no soy de lágrima muy fácil, pero sí que enseguida me emociono y pienso que todo es tan bonito y estupendo... Me refiero a cuando hay amor cerca.

¿Qué espera de esta cuarta temporada?

Espero que todos los que participen tengan la suerte de encontrar el amor. No todos lo consiguen, pero sí muchos. Espero que los participantes lo pasen bien y que los espectadores disfruten con las historias que puedan surgir de esta cuarta temporada.

¿Van a coincidir en pantalla Tienes 1 minuto y Granjero busca esposa?

Con *Tienes 1 minuto* estaremos hasta mediados de este mes y *Granjero* no creo que empiece antes.

¿En qué fase está ahora el

“No soy de lágrima fácil, pero me emociona el amor”

reality?

Hay que esperar a que lleguen las cartas de las chicas, se tienen que conocer... No creo que los dos programas vayan a coincidir en antena.

Es una mujer con suerte, le ofrecen muchos espacios de entretenimiento en Cuatro.

Sí, tengo suerte. Hay una cuarta edición de *Granjero*, tengo la fortuna de que *Hijos de papá* haya funcionado muy bien y estamos a la espera de que pueda haber una segunda temporada. Y tengo suerte porque estoy trabajando y eso, en estos momentos, es que te caiga el premio gordo de la lotería.

En televisión usted ha tenido éxitos y fracasos. ¿Ha pensado en algún momento que no le iba a salir nada?

La verdad es que desde que empecé con Cuatro, antes y ahora, siempre he tenido la sensación de que algún proyecto iba a haber, iba a salir. Nunca me he sentido abandonada por ellos. Al final, todos los que hacemos televisión, cuando acabamos un programa tenemos miedo a que no llegue otro. Cuando paras de grabar te dices: *¿Y si no vuelven a llamar nunca más?*

No es su caso.

No por el momento, pero



► Luján Argüelles.



cuando hablo con amigos que son actores, presentadores y demás, siempre compartimos los mismos temores, pero lo cierto es que desde la cadena me han dado mucha confianza.

¿Son injustas las audiencias?

Las audiencias son justas en el sentido de que la gente ve lo que le gusta, pero lo que gusta al público es imprevisible y no tiene que ver lo que me guste a mí o con lo que esté haciendo yo en ese momento. Y son injustas porque no se corresponden con el esfuerzo que ponen los equipos de televisión.

“Necesitaba cambiar, salir de la radio, porque no avanzaba”

PERSONAL

Edad: 34 años (26 de enero de 1977).

Lugar de nacimiento: Salas (Asturias).

Trayectoria: Empezó su carrera a los 19 años, mientras estudiaba Historia. Tras trabajar en Radio Vetusta decidió mudarse a Madrid y fichó por Onda Cero. A partir de 2002 compaginó su trabajo en radio, con el mundo de la televisión en Antena 3. En 2008 fichó por Cuatro. Entre sus programas más conocidos están *Password*, *Granjero busca esposa*, *Dame una pista*, *Tienes 1 minuto* e *Hijos de papá*, entre otros.

Quizá lo que se mira son los resultados.

Sí, pero todos los trabajos, te gusten o no te gusten, llevan un esfuerzo detrás impresionante, unas presiones terribles, una cantidad de gente trabajando y pagando hipotecas que ni te cuento. Que luego resulte un fracaso es muy injusto, porque frustra muchos sueños, pero es la justicia de la audiencia.

¿Cómo se siente cuando un trabajo fracasa? ¿Es de las que está a punto de tirar la toalla?

Tirar la toalla no, porque eres consciente de que el escenario televisivo es así. Sabes que vas a tener muchísimos fracasos, y espero seguir teniéndolos porque eso significa que seguiré trabajando. Me parece muy complicado el que alguien pueda levantar la mano y decir que no ha tenido un fracaso en su vida. Lo que hay que tener es una actitud positiva y pensar que ya llegará algo mejor.

¿Echa de menos la radio?

Sí, porque fueron muchos años y eso siempre se echa de menos. Pero también es cierto que ahora estoy disfrutando tanto en televisión, me lo estoy pasando tan bien, estoy aprendiendo tanto... que no lo cambio. Me encantaría hacer de nuevo radio, pero no ahora mismo.

¿Se ha arrepentido en algún momento de haberla cambiado por la televisión?

No, puedo decir entre risas un día que me duelen mucho los pies de los tacones y que qué bien estaba yo en la radio en playeras. Pero era una decisión que tenía que tomar o, más bien, que la situación me obligó a tomar. Y me vino fenomenal que me llamaran de un día para otro. Necesitaba cambiar porque llevaba mucho tiempo haciendo lo mismo y no avanzaba.

José María Carrascal

“La jubilación te libera de los horarios”

FUE CORRESPONSAL EN BERLÍN Y NUEVA YORK, PERO SU CARRERA TELEVISIVA LA HA REALIZADO EN ANTENA 3. TUVO CLARO EL MOMENTO DE LA JUBILACIÓN Y QUÉ IBA A HACER CON ELLA. [TEXTO: R. LAKUNZA. FOTOS: ZIGOR ALKORTA]

Es un referente en la comunicación audiovisual, aunque según cuenta en la entrevista su llegada al mundo del periodismo –primero fue escrito–, fue muy circunstancial. Estaba destinado a ser capitán de barco y llegó a ser oficial, pero su pasión por escribir truncó su travesía marina. Acaba de publicar un libro, *Jubilación para Dummies*, un manual para aquellas personas que hayan dejado su vida laboral o estén a punto de dejarla. Su paso por Antena 3 le hizo popular por su forma de narrar las noticias y por sus corbatas, muy especiales en colorido y diseño.

¿Cuesta jubilarse?

Hay que prepararse. Todo el mundo tiene que saber que ese día va a llegar.

¡Por fin, el descanso!

¡Qué dices! Hay que saber qué vas a hacer desde el minuto uno. Jubilarte significa que dejas la rutina diaria, que no tienes que ir a la oficina, a la tienda o donde sea, pero no quiere decir que no tengas nada que hacer. Eso es lo peor.

Usted sí tenía planificado lo que iba a hacer.

Yo sabía que lo que me gustaba era escribir y lo sigo haciendo. También me gusta viajar, dar largos paseos sin prisas con mi mujer, leer los periódicos sin tomar notas para hacer un informativo, ir

a la ópera... Tengo tiempo para muchas cosas que antes no podía hacer.

Muchos sueñan con olvidar los madrugones impuestos por la rutina laboral.

El primer día que me quedé en casa me levanté a la misma hora, pero no bajé corriendo a por los periódicos, no. Desayuné, me di un paseo con mi mujer y después leí los periódicos con tranquilidad, sin

Hay más información y estamos peor informados”



PERSONAL

Edad: 79 años.

Lugar de nacimiento: Calahorra (La Rioja).

Trayectoria: Comenzó en Alemania, donde trabajó para el diario *Pueblo* y *Diario de Barcelona*; más tarde, en 1957, fue corresponsal de *ABC* en Nueva York. A partir de 1983 se une a Antena 3 Radio como corresponsal en Estados Unidos, para pasar más tarde, en 1990, a los informativos de la televisión de la cadena. Una de sus pasiones es escribir y en 1972 obtuvo el Premio Nadal por su novela *Groovy*, que también le valió el Premio Ciudad de Barcelona en 1973.

necesidad de priorizar las noticias con vistas a un informativo. Era otra cosa.

¿Le daba miedo jubilarse?

Yo dije que me iba a jubilar a los 70 y sabía lo que tenía que hacer. ¿Si me daba miedo jubilarme? No sabes lo que te va a deparar la vida, pero en principio es otra forma de vivir. Volvemos siempre al principio: te liberas de estar atado a un horario y tienes más libertad de movimiento. Pero eso no quiere decir que nos quedemos mano sobre mano, que es lo peor.

¿Sigue pendiente de la información?

Soy periodista y me gusta la información, pero no soy un fanático y no estoy todo el día pegado a la radio ni a la televisión, ni me muero por saber la última noticia.

¿Qué ha cambiado en el mundo de la comunicación?

Todo. Empezamos por la tecnología. Es la tecnología con su rapidez la que ha cambiado el modo de percibir las noticias. Hay mucha información y todo lo podemos saber al minuto. Cuando yo empecé en Berlín mis crónicas llegaban al periódico por correo aéreo. Ha cambiado tanto todo...

¿Pone algún pero a esta situación?

Hay más información que nunca pero estamos menos informados que nunca. Todo queda en la superficie.

¿Cambia la visión del trabajo realizado y de la profesión a la que se ha dedicado cuando uno se jubila?

Por lógica, el trabajo deja de ser el centro de tu vida y lo ves de otra forma. Ya no estás implicado y las cosas no resultan igual. Desde luego que cambia la visión. Para empezar, tienes más tiempo para reflexionar. Comienza otra etapa en la que hay que acostumbrarse a otras cosas.



► José María Carrascal reconoce que vive una vida de jubilado de lujo.

¿Por ejemplo?

A la persona que vive contigo, eso para empezar.

¿Coincide con su mujer en muchas cosas?

Coincido en lo fundamental. Nos gusta pasear y nos gusta leer. Mi patria son los libros. Acabo de terminar la biografía apócrifa de Ortega y gaste y me metí en su piel. También nos gusta a los dos mucho la música, pero en las comidas no somos tan parecidos, aunque

Hago lo que me gusta: viajar, escribir, leer pasear...”

como cada vez hay que comer menos...

No me puede negar que es usted un jubilado de lujo.

De archilujo, ¿qué he hecho yo para tener esta suerte con la que está cayendo? Pero te entran muchas dudas cuando te jubilas. Por ejemplo con tu mujer. ¿Qué va ocurrir? No tienes la costumbre de estar todo el día juntos.

¿Discuten?

Por supuesto, cómo no voy a discutir. Pero es sano, simplemente es negociar tiempos y gustos. No tenemos hijos ni, por lo tanto, nietos.

Hay quien cambia de vida, me refiero a cambiar de pareja, una mujer más joven...

Ja, ja, ja... Con la jubilación no. Esa tentación la puedes tener a los cuarenta. ¿Cambiar de pareja ahora? No, es un disparate, y cuando eres más joven también. Sobre todo, con lo que te ha costado acostumbrarte a tu mujer... No, rotundamente, no merece la pena.

SERIES

José Ángel Egido

“Vivimos en una época muy frívola”

GANÓ UN GOYA POR SU PAPEL EN ‘LOS LUNES AL SOL’, PORQUE EL ARTE DE JOSÉ ÁNGEL EGIDO RESIDE EN CONVERTIR UN PAPEL SECUNDARIO EN UN PERSONAJE INOLVIDABLE Y ATRACTIVO. [TEXTO: ROSANA LAKUNZA]

Acaba de dar vida a Carrero Blanco en una miniserie que ha emitido ETB-2 y que tiene pendiente de ofrecer a sus espectadores Televisión Española. Es un actor que ha participado en las principales series de los últimos años y muchos le recordarán por su papel de Borja en *Médico de familia*.

¿Cómo se ha sentido en la piel de Carrero Blanco?

Me he sentido en mi propia piel, no en la de Carrero Blanco. El guión me interesó desde un principio, porque la idea que había de este hecho se abría a otras posibilidades.

¿Le parecen viables esas posibilidades?

No entro en ese tema. Carrero es un personaje real, pero yo lo asumo desde la ficción. Obviamente, respecto al papel que interpreto hay una diferencia ideológica entre el personaje y yo. Aun así, para darle vida no hay que buscar el enjuiciamiento, porque desde el juicio es muy difícil comprender a una persona. He tratado de entender la humanidad del personaje.

¿Ha sido dura la grabación de la miniserie?

Ha sido trabajosa, pero siempre es así. Las condiciones no han sido las mejores y no lo digo en cuanto al equipo, sino en cuanto a los tiempos, que se acortan y hay que hacer las cosas con

esa condición. No es fácil para un actor pero tratas de adecuarlo, incluso a las prisas.

¿Se acuerda del atentado?

Sí, era un adolescente inconsciente.

¿Por qué?

Porque la inconsciencia es uno de los factores en los que se basa la adolescencia. El adolescente tiene ese ansia maravillosa de justicia, de bondad y de cambio.

¿Le gusta la política?

De una forma muy generalizada, porque nunca he participado en política. Hoy en día me reafirmo en eso, cuando era adolescente no me equivoqué. La injusticia y las actitudes que había en ese momento con respecto a la vida civil no eran muy agradables y te enfrentaban a las circunstancias, pero más allá de eso no he tenido nunca ninguna intencionalidad política.

¿Qué proyectos tiene?

Estoy haciendo una función de teatro y estoy terminando la grabación de la tercera temporada de *Águila Roja*, que se retomará en septiembre.

¿Cuántos años lleva ya como actor?

Empecé a estudiar en 1977 en Madrid, luego llevo más de 34 años. Pero esas preguntas no se deben hacer; ¿sabes por qué? De repente te das cuenta de cómo ha pasado el tiempo, parece que todo fue ayer, y no, han pasado más de tres décadas.

Si echamos un vistazo a su currículum quizá podamos pensar que ha vivido muy bien de

esta profesión, ¿o no?

Al principio tuve que compaginarla con muchas cosas para poder vivir. Después, combinando diversos trabajos pude estar más o menos bien. A partir de *Médico de familia* solo vivo de la profesión.

¿Qué trabajos ha desarrollado aparte de ser actor?

He trabajado en oficinas, he pintado casas, he descargado barcos en los muelles, he sido vendedor ambulante, camarero, cocinero..., en fin, un abanico amplio y variado que me ha aportado mucha experiencia en la vida, algo fundamental para esta profesión.

Es la televisión la que les da a ustedes mayores posibilidades de vivir mejor, ¿no?

“Para mí, ser actor es un oficio muy atractivo e interesante”

“Al principio, compaginé la profesión con otros trabajos”

La televisión, a partir de *Farmacía de guardia* y *Médico de familia*, abrió un campo de posibilidades para los actores en España. Muchos empiezan en la televisión, que es un medio importante para adquirir experiencia y para sobrevivir. Afortunadamente, me sale trabajo también en cine y en teatro, y suelo compaginarlo todo.

¿Qué medio le aporta más?

Cada uno es diferente y me aporta lo suyo en experiencia y en satisfacción. Te lo habrán dicho muchos compañeros míos, seguro, pero te lo repito: lo importante no es el medio, es el proyecto, el papel y otras muchas cosas. El teatro me enamora y me entusiasma, pero la obra tiene que ser buena, lo mismo que en cine y en televisión.

¿Hay demasiados actores, demasiada competencia?

Cada vez más, vivimos en una época un poco frívola.

¿Frívola?

Sí, y no lo digo por la gente que empieza, lo digo en general. Vivimos en la época de la imagen de lo aparente, de la fama, y la televisión marca mucho. Hay mucha gente para no tanto trabajo, pero si uno siente que esto es lo suyo y enfoca bien su actitud y su carrera, acabará trabajando.

¿Por qué se decanta usted por la interpretación?

Para mí es un oficio atractivo e interesante, a través del cual se aprenden muchas cosas. Cambias de compañeros, de personajes, de escenario y aprendes.

¿Se queda con algún personaje en especial?

El personaje de Lino en *Los lunes al sol*, por experiencias similares y por haber sido hecha la película en Vigo, la ciudad en la que más tiempo he vivido. Digamos que es la vez que más comunicado he estado con mi personaje. No digo que sea el más atractivo, pero sí el más interesante.



PERSONAL

Edad: 58 años.

Lugar de nacimiento: Redondela (Pontevedra).

Trayectoria: Tras un período en Italia se instaló en Madrid, donde inició estudios de interpretación que posteriormente continuó en Roma. Fue allí donde debutó como actor en 1983 con el cortometraje italiano *Un arrivo*, de Dominique de Fazio, y su primer largometraje, *Juke Box*, de Sandro de Santis. La popularidad le llegó en 1995 cuando interpretó a Borja Pradera en la serie *Médico de familia*. En cine ha rodado con destacados directores como Juan Antonio Bardem, José Luis Cuerda, Gracia Querejeta, Manolo Matji o Fernando León de Aranoa, quien le dirigió en la película *Los lunes al sol*.

► José Ángel Egido tiene una amplia trayectoria, pero debe su popularidad al personaje de Borja en 'Médico de familia'.



► Foto de familia de 'My generation'. Un grupo de amigos se reencuentra una década después.

'My generation'

Encuentro de amigos una década después

FOX TIENE PREVISTO ESTRENAR EN BREVE 'MY GENERATION', UNA SERIE QUE REÚNE A ANTIGUOS COMPAÑEROS DE INSTITUTO. LA SERIE ENCADENA RECUERDOS DEL PASADO Y LOS ENFRENTA CON EL PRESENTE. [TEXTO: A. M.]

En la línea de películas como *Reencuentro* o *Los amigos de Peter*, *My generation* es una serie innovadora sobre la esperanza, los sueños, el amor y la pérdida que viven un grupo de amigos en su camino hacia la madurez. Creada por Noah Hawley, esta serie muestra cómo cambia la vida de nueve personas una década después de encontrarse en el instituto.

Todo empieza con el rodaje de un documental en un centro escolar de Austin (Texas). Las cámaras graban a nueve chicos y chicas que cuentan cómo ven su futuro. Diez años después, el equipo de rodaje



► Protagonistas de la serie, que se estrenará en breve en Fox.

vuelve al mismo instituto para hablar con aquellos amigos, que han regresado al centro para asistir a la primera reunión de su promoción y así terminar el documental.

Por supuesto, nada ha salido como predijeron.

Uno de los protagonistas es Steven Foster, el chico de oro del instituto, que sucumbió a la presión y decidió huir a

Hawai para pasarse el día surfando y ser un espíritu libre. Un día, Carolin Chung, una de las chicas más tímidas de la clase, le llama para informarle de que tienen un hijo de 9 años fruto de una relación fugaz durante el baile de graduación.

Otra componente del grupo es Jackie Vachs. La que fuera una de las chicas más guapas del instituto se fue a Hollywood en busca de una oportunidad pero volvió a casa y se casó con el chico más rico de la clase, Anders Holt, muy afectado entonces por su ruptura con su novia de toda la vida, Brenda Serrano, el cerebro del instituto, hoy con una carrera de éxito en Washington.

Uno a uno irán desgranando ante la cámara lo que la vida les ha deparado en diez años, situaciones en general muy distintas a los planes que habían declarado la primera vez que fueron entrevistados.

En un derroche de realismo, *My generation* demuestra que las personas no son dueñas de su propio futuro, sino que la vida les lleva demasiadas veces por caminos nunca pensados.



Confessions

Una confesión y 37 sospechosos centran esta interesante propuesta que llega desde Japón haciendo gala de una excelente fotografía, excelentes diálogos y una no menos excelente historia centrada en un instituto. Una profesora se despide de sus alumnos confesándoles que su hija, fallecida recientemente, fue en realidad asesinada por dos de los estudiantes de esa misma clase, y anuncia su venganza contra ellos.



Museo Coconut Primera temporada

Tras triunfar con *La hora Chanante* en Paramount Comedy y repetir éxito con *Muchachada nui* en TVE2, se pasaron a Neox para abrir las puertas de su surrealista *Museo Coconut*. Se trata de un cambio de registro con forma de *sit-com* en el que Joaquín Reyes, Raúl Cimas, Carlos Areces y Ernesto Sevilla mantienen su peculiar forma de hacer humor, aunque el resultado ha dividido a sus seguidores. Dos discos con una lámina de regalo.



De dioses y hombres

Un *thriller* religioso, digno sucesor de *La cinta blanca*, que se centra en la historia de un monasterio enclavado en las montañas argelinas. Allí, ocho monjes cristianos franceses viven en armonía con sus hermanos musulmanes. Pero paulatinamente la violencia y el terror se instalan en la región. A pesar de las crecientes amenazas que los rodean, la decisión de los monjes de quedarse a cualquier precio se hace más firme cada día.



Winter's bone

Llega a su versión en DVD precedida de excelentes críticas y numerosos premios, además de varias nominaciones a los Oscars y los Globos de Oro. Ree Dolly, de 17 años, decide buscar a su padre después de que este ofrezca la casa familiar como garantía para la fianza que le permitirá salir de la cárcel y desaparecer sin dejar rastro. Poco a poco, consigue abrirse paso a través de las mentiras, evasivas y amenazas de sus parientes.



Cars 2 Para PS3, Wii y NDS

A la sombra de la secuela del éxito cinematográfico se pone a la venta este segundo título que vuelve a convertirse en uno de los videojuegos más divertidos. Carreras alocadas por todo el mundo, arriesgadas misiones de espionaje, la posibilidad de competir entre cuatro jugadores a la vez con la pantalla partida con los diferentes coches de la película y, por supuesto, el coche estrella: Rayo McQueen. En la PS3 se puede jugar en 3D.

entrevista impertinente

JOAQUÍN REYES / 'MUSEO COCONUT'

“Antonio López es una artista”

¿Quién es el más divertido de la serie?

Hay personajes que son muy graciosos, aunque esté mal que yo lo diga, pero creo que el personaje del director, el de Raúl Cimas, es el que más.

¿Cuál es su museo favorito? ¿Qué museo le gustaría visitar?

Pues a mí me gusta bastante el Museo Thyssen. Y el museo que me gustaría visitar... el MoMA de Nueva York, porque cuando estuve en Estados Unidos no fui y

me gustaría verlo.

¿Qué le parece la apuesta de Antena 3 por Neox y su continua subida de audiencia?

Nosotros estamos encantados, desde luego. Encantados de poder hacer este proyecto para Neox y, además, me parece un canal muy chulo que está programando cosas que a mí me gustan. Creo que le están dando personalidad.

¿Qué supone tener público en la grabación?

Pues ya te lo diré... pero nos

hace mucha ilusión y es una de las cosas buenas de *Museo Coconut*, de este tipo de formatos: que las risas que tú oyes en casa son las que se están oyendo en el plató. Y se van a reír...

Si fueses un cuadro, ¿con cuál se identificaría?

Yo me identifico con *El gran chapuzón* de David Hockney, el de la piscina. Es que me encanta. Pero bueno, me encantaría que me retrataran Antonio López, para que me sacara bien y porque es un artista.



NOTICIAS

Marta Torné mezcla amor y trabajo: sale con su director

Poco le ha durado a Marta Torné, protagonista de la serie de Antena 3 *El internado*, su etapa de soltería: la presentadora ya se ha recuperado de la ruptura con Jaume Laiguana y sale, desde hace unos meses, con Roger Gual, cineasta catalán que curiosamente es su director en *Más allá del puente*, la obra teatral que representa por diferentes puntos de la geografía española con el actor Santi Millán. La actriz y presentadora está muy enamorada de su jefe, según fuentes de su círculo cercano. Marta y Roger ya acuden juntos a

diferentes actos sociales, aunque todavía no han posado como pareja. Sin embargo, sí existen documentos gráficos de ambos unidos en el ámbito laboral. Dicen que comparten nido de amor en un céntrico barrio de la capital y es posible verles paseando por las calles de Madrid cualquier tarde de ocio. Tras el batacazo profesional que sufrió con *Algo pasa con Marta*, su apuesta en las tardes de La Sexta, la presentadora y actriz compagina ahora amor y trabajo, dos importantes aspectos que confluyen en la misma persona: Roger Gual.



► Jaime Cantizano.

'DEC' continúa una temporada más en pantalla

Mucho se ha especulado sobre la retirada del veterano espacio rosa *¿Dónde estás corazón?* La fuga de Chelo García Cortés a Telecinco y los rumores de que otros tertuliano pueden acompañarla habían puesto en solfa la continuidad del programa que conduce Jaime Cantizano en Antena 3. Sin embargo, la cadena parece que garantiza un curso más para el equipo de *DEC*. La próxima semana empieza la temporada de verano, Cantizano descansará durante dos meses y se incorporará en septiembre. La llegada del especial semanal *Sálvame deluxe* ha menguado las audiencias de *¿Dónde estás corazón?*, motivo por el que Antena 3 lo sacó del *prime time* y anticipó a *Sobera*.



► Cristina Pedroche desmiente su romance con Bisbal.

Bisbal y Cristina Pedroche no salen juntos

Los rumores relacionados con los motivos de la ruptura entre Elena Tablada y David Bisbal están llenando más páginas de la esperadas. Uno de los últimos comentarios alude a

una supuesta infidelidad por parte de Bisbal con Cristina Pedroche. De hecho, algunas revistas de esta semana se hacen eco de que la reportera del extinto *Sé lo que hicisteis* podría haber mantenido un *affaire* con el cantante almeriense, conjetura que ha desmentido la propia protagonista.

Jennifer Aniston prueba su amor con una foto

UN SECRETO A VOCES EN HOLLYWOOD QUE HAN CONFIRMADO SUS PROTAGONISTAS: JENNIFER ANISTON Y JUSTIN THEROUX SALEN JUNTOS.

La actriz y el guionista y director han decidido hacerse una foto en actitud cariñosa y así despejar los rumores sobre si hay o no amor en esta pareja. La instantánea fue tomada por un amigo de ambos, el fotógrafo Terry Richardson, que después de una cena decidió



► Jennifer Aniston ha hecho público su amor con Justin Theroux.

hacer la foto y colgarla en su blog. El retrato les muestra muy sonrientes y cómplices, especialmente a ella, que apoya su cara sobre la mejilla de él para darle aparentemente un beso. La actriz y ex de Brad Pitt, que vuelve a lucir su melena larga rubia habitual, sonríe a su novio mientras él ríe a carcajada limpia. Esta evidencia viene a confirmar el romance entre Jennifer, de 42 años, y Justin, de 39. Aunque ya se les pudo ver juntos en la entrega de los MTV Awards, lo cierto es que mantuvieron las distancias lo justo como para poder pasar por una pareja de amigos.

Según parece, ambos se conocieron el pasado otoño en el rodaje de la comedia *Wanderlust*, aunque no fue hasta mayo cuando empezaron a salir. Aniston espera que esta relación sea más duradera las que mantuvo con sus anteriores ex, ya que desde que se separó de Brad Pitt no ha tenido mucha suerte en el amor. La televisiva estrella norteamericana está considerada como una de las mujeres más atractivas de Hollywood.



► Diego Gómez.

Diego Gómez habla de Isabel Pantoja

Diego Gómez habla de Isabel Pantoja como si se tratara de la *bien pagá* de la copla, según señala la revista digital *Vanitatis*. El ex de la tonadillera ha hablado sobre la actuación en Telecinco de su ex

novia. El empresario se muestra contundente: "La pela es la pela y ella hace bien si se la dan". Se da el caso que, hace justo un año, Gómez inauguraba el espacio *Enemigos íntimos* con declaraciones sorprendentes por las que fue muy criticado. "Isabel no es una mujer fácil en ningún sentido. Es una mujer triste, algo que, a primera vista, no se entiende", señaló.

De reajo



ALBERTO GUZMÁN

dereajo-on.blogspot.com

¡ZUMBA!

Si conectan la tele pasada la medianoche y les pica el gusanillo de darse al *zapping* corren el riesgo de engancharse a los siguientes programas: 1- A las reposiciones setenteras de *Cuéntame*, esas en las que Antonio Alcántara ejerce de director gerente y Carlos (*Carlitos*) aún no tiene pelos en las piernas. 2- A las primeras temporadas de *Expediente X*, esas en las que Fox Mulder ya busca extraterrestres y Dana Scully un sastre que afemine sus masculinas vestimentas. 3- A la nueva y festiva teletienda de Zumba, una milagrosa campaña publicitaria que promete a hombres y mujeres -de compleción más bien rolliza- adelgazar una media de 10 kilos (ahí es nada) a base de salsa, bachata y todo tipo de ritmos *perreros*. Algo así como el aerobio o la batuka de toda la vida, pero con monitores apetitosos, pesas fosforitas, y un ambiente amenizado por esa estética digna de las noches de José Luis Moreno y esos señores de Miami bien untados en aceite corporal. ¡Zumba que te zumba!



'Cine de barrio': 16 años de películas

Este programa, que comenzó el 10 de julio de 1995, promociona el cine antiguo español (y casposillo) y presenta películas con invitados que hablan de su trayectoria profesional y personal. También se comentan acontecimientos del año de producción. TVE-1, 19:00 h.

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 09:00 Destino: España
- 09:55 Comando actualidad
- 10:55 Cine para todos
- 12:30 Motociclismo campeonato de España de velocidad
- 13:30 Comando actualidad
- 14:30 Corazón
Revista que repasa la crónica social y el mundo de los personajes más populares y actuales.
- 15:00 Telediario 1
Informativos.
- 15:50 El tiempo
- 16:00 Sesión de tarde
Sin determinar.
- 17:30 Sesión de tarde
Sin determinar.
- 19:00 Cine de barrio
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 La película de la semana
- 24:00 Especial cine
- 01:45 Ley y orden unidad víctimas especiales
- 02:25 TVE es música
- 03:00 Noticias 24h

ETB-1

- 07:00 EITB Kultura
- 07:30 Udazkeloreak
- 08:00 Kermamitzalagubila
- 08:05 Bizi berria
- 08:15 Sustraia
- 08:45 Kermamitzalagubila
- 09:00 Chiloé
- 09:25 Euskal sortzaileak
- 09:50 Egi bidea
- 10:00 Meza Satua
- 11:00 Iparraldeareorea igadea
- 11:30 Kermamitzalagubila
- 11:40 Zu Kirolari
- 12:10 Estropadak
- 14:00 Ibil2d
- 14:30 Gaur Egu
- 14:55 Eguraldia
- 15:00 ick dut ik
- 15:30 Tekopolis
- 16:00 Herri kirolak
- 17:00 ETB katxa
- 20:28 Gaur Egu
- 20:50 Eguraldia
- 21:00 Hitzetik hortzera
- 21:55 Frige. Mugako zietzia
- 23:20 Kultura gaua
- 00:25 Kermamitzalagubila
- 00:50 Iparraldeareorea igadea
- 01:20 Musika gauak

Antena 3

- 06:00 Repetición de programas
- 07:00 Pelopicopata
- 08:15 La cara divertida
- 10:00 Los más
- 12:30 El club del chiste
Humor.
- 13:30 Decogarden
Decoración.



- 14:00 Los Simpson
- 15:00 Antena 3 noticias 1
- 15:45 Multicine
- 18:00 Multicine
- 20:00 Multicine
- 21:00 Antena 3 noticias 2
- 22:00 Doctor Mateo
- 00:00 Doctor Mateo
- 02:30 Adivina quién gana esta noche

Tele 5

- 07:00 Patito feo
Serie.
- 07:30 Wildfire
Serie.
- 08:45 Este no es el típico programa de viajes
- 09:15 Más que coches GT
- 09:45 Medicopter
Serie.
- 11:45 I love tv
Zaping.
- 13:00 Vuélveme loca
Magacín.
- 15:00 Informativos Telecinco
- 16:00 Cine en familia
- 18:00 ¡Qué tiempo tan feliz!
Magacín.
- 20:55 Informativos Telecinco
- 22:00 La que se avecina
Serie.
- 00:15 Vida loca
Serie.
- 00:45 La que se avecina
Serie.
- 02:30 Locos por ganar
Concurso.
- 04:00 Nosolo música
- 04:30 Infocomerciales
- 05:30 Fusión sonora

La 2

- 08:00 Los conciertos de la 2
- 08:35 Jóvenes solistas
- 08:45 Islam hoy
- 09:00 Buenas noticias tv
- 09:15 Shalom
- 09:30 España en comunidad
- 10:00 Últimas preguntas
- 10:25 Testimonio
- 10:30 El día del señor
- 11:30 Pueblo de Dios
- 12:00 Babel en TVE
- 12:30 Los oficios de la cultura
- 13:00 Mixeur: sabores e ideas
- 14:00 El escarabajo verde
- 14:30 Naturalmente
- 15:00 Ruta vía de la plata
- 16:00 Grandes documentales
- 16:55 Documentales culturales
- 17:45 Miradas 2
- 18:00 Pagina 2
- 18:30 Archivo
- 19:30 Fortunata y Jacinta
- 20:30 Tres 14
- 21:00 Desafío 14+1
- 21:30 Redes 2.0
- 22:00 El documental
- 00:00 Día de la música
- 01:00 Nostromo
- 02:00 Documentos TV

ETB-2

- 07:30 Los herederos del arca
- 08:20 Chiloé
- 08:50 Nueva vida
- 09:05 EITB Kultura
- 09:35 Palabra de ley
- 10:15 Teknopolis
- 10:45 Master Free
- 11:00 Sustraia
- 11:40 Kresala
- 12:30 Hora GMT
- 13:00 Mundo.Hoy
- 14:05 Rex
Serie.
- 14:58 Teleberri
- 15:55 Eguraldia
- 16:00 Siempre cine
- 18:00 Cineaventura
- 19:35 Euskadi directo
- 20:30 Un país en la kazuela
Cocina.
- 20:58 Teleberri
- 21:55 Eguraldia
- 22:10 V
- 00:15 Nip tuck
Serie.
- 01:35 Cine 2.
- 03:20 Musika gauak. Jazz
- 06:20 Sustraia
- 06:50 Palabra de ley

Cuatro

- 06:45 Eureka
- 09:00 El zapping de surfers
- 11:00 O el perro o yo
- 12:00 El encantador de perros
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:45 Home cinema
- 18:00 Home cinema
- 20:00 Noticias Cuatro
- 20:45 Deportes Cuatro
- 21:30 Callejeros viajeros
- 00:30 Cuarto milenio
- 02:30 Los 4400
Serie.
- 03:30 Millennium



- Serie.
- 04:30 Cuatro astros
- 06:15 Shopping
- 06:30 Puro cuatro

La Sexta

- 07:00 Teletienda
- 07:30 La Sexta en concierto
- 08:30 Real NBA
- 08:55 Documentales
- 14:15 La Sexta/Noticias
Informativo presentado por Cristina Saavedra.
- 14:55 La Sexta/Deportes
- 15:30 Cine
Por determinar.
- 18:00 Cine
Por determinar.
- 20:19 La Sexta/Noticias
Informativo presentado por Cristina Saavedra.
- 21:25 Bones
Serie de investigación criminal en la que una forense intenta desvelar los asesinatos.
- 23:50 Chase
Annabeth Chase es una joven abogada que, tras su baja maternal, prefiere ocuparse de los crímenes de su propio barrio.
- 02:15 Astro tv
Esoterismo.
- 06:00 Teletienda

'11-M', un recuerdo del horror

La miniserie arranca con un *flashback* de ocho meses antes: el día en el que uno de los terroristas, Jamal Ahmidan, *El Chino*, se encuentra con su mujer en Madrid después de cumplir condena en una cárcel marroquí. Telecinco, 22:00 h.



LUNES

04

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 06:30 Telediario matinal
Presentado por Ana Pastor.
- 09:00 Los desayunos de TVE
- 10:15 La mañana de la 1
Magacín.
- 14:00 Informativo territorial
- 14:30 Corazón
- 15:00 Telediario 1
- 16:05 El tiempo
- 16:15 Amar en tiempos revueltos
Serie.
- 17:05 Soy tu dueña
Serie.
- 17:55 El clon
Serie.
- 18:20 Programación sin determinar
- 20:00 Gente
Magacín.
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 Los misterios de Laura
Serie.
- 23:25 Cine
- 01:55 La noche en 24h
- 03:25 TVE es música
- 04:00 Noticias 24h

ETB-1

- 07:50 Mihiluze
- 08:20 Chiloe
- 08:55 Kultura gaua
- 09:55 Sautrela
- 10:25 Udazkeloreak
- 10:50 Kerma mitzalagubila
- 10:55 Sut&blai
- 11:20 Durago isildutako bobardaketa
- 12:10 Selektzio bateibilbidea
- 13:00 Kermamitzalagubila
- 13:10 Bidaide
- 14:00 Gaur Egu
- 14:50 Kerma mitzalagubila
- 14:55 Arratsaldero
- 18:00 IparraldeareOrea
- 18:05 Arratsaldero
- 19:20 Teletubbies
- 19:45 Sagarra da apple
- 20:00 Gaur Egu
- 20:50 Azpimarra
- 21:25 Kerma mitzalagubila
- 21:30 Mihiluze
- 22:00 Goekale
- 23:05 EITB Kultura
- 23:35 Gauberri
- 00:05 Azpimarra
- 00:45 Tekopolis
- 01:10 Egi bidea

Antena 3

- 06:00 Repetición de programas
- 06:30 Las noticias de la mañana
- 08:45 Espejo público
Magacín presentado por Susanna Griso.
- 12:30 La ruleta de la suerte
Concurso presentado por Jorge Fernández.
- 14:00 Los Simpson
Animación.
- 15:00 Antena 3 noticias 1
- 15:50 La previsión de las 4
- 16:00 Bandolera
- 17:00 El secreto de Puente Viejo
- 18:00 El diario
Testimonios.
- 19:15 Especial atrapa un millón
Concurso.
- 20:15 Arguiñano
Cocina.
- 21:00 Antena 3 Noticias 2
- 22:15 Sin determinar
- 00:00 Equipo de investigación
Reportajes.
- 02:30 El futuro en tus manos
Esoterismo.
- 04:30 Repetición de programas

Tele 5

- 06:30 Informativos Telecinco
- 09:00 El programa de Ana Rosa
- 12:45 Mujeres y hombres y viceversa
Magacín.
- 14:30 De buena ley
Magacín.
- 15:00 Informativos Telecinco
- 15:45 Sálvame diario
Magacín.
- 20:00 Pasapalabra
Concurso.



- 20:55 Informativos Telecinco
Pedro Piqueras.
- 22:00 11-M
Miniserie.
- 23:15 Supervivientes: El debate
- 02:30 Locos por ganar
Concurso.
- 04:00 Infocomerciales

La 2

- 07:00 Conciertos radio-3
- 07:30 Grandes documentales
- 08:25 Biodiario
- 08:30 Grandes documentales
- 09:25 Biodiario
- 09:30 Aquí hay trabajo
- 10:00 La aventura del saber
- 11:00 Nosotros también
- 11:30 Tres 14
- 12:00 Grandes documentales
- 13:00 Para todos la 2
- 14:40 Documentales culturales
- 15:30 Saber y ganar
- 16:00 Grandes documentales
- 17:55 Documentales culturales
- 18:55 Biodiario
- 19:00 Ciudades para el siglo XXI
- 19:30 Cámara abierta
- 19:45 Zoom tendencias
- 20:00 La 2 noticias
- 20:30 Los últimos indígenas
- 21:00 Documentales culturales
- 22:00 El cine de la 2
- 24:00 Somos cortos
- 00:30 Programación
- 01:00 Documentales culturales
- 01:50 Conciertos radio-3
- 02:20 Zzz

ETB-2

- 07:00 Los herederos del arca
- 07:55 Egun on Euskadi
- 08:00 Fórum
- 08:30 Egun on Euskadi
- 10:05 Se ha escrito un crimen
Serie.
- 11:25 Bonanza
Serie.
- 13:25 Euskadi directo
- 14:25 Robin food
- 14:58 Teleberri
- 16:00 Eguraldia
- 16:10 Ni más, ni menos
- 18:35 Cine western
- 20:10 Euskadi directo
Magacín.
- 20:58 Teleberri
- 22:00 Eguraldia
- 22:15 Plato 2.0
- 23:40 Menú stress
Cocina.
- 00:30 Teleberri
- 01:00 Mi querido Klikowsky
Serie.
- 02:50 Noches de música
- 05:50 Robin food
Cocina.
- 06:20 Fórum
- 06:50 Recetas de la abuela

Cuatro

- 07:00 El zapping de surfers
- 07:45 Kyle XY
- 08:30 O el perro o yo (EE.UU.)
- 09:30 Alerta cobra
- 12:30 Las mañanas de Cuatro
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:50 No le digas a mamá que trabajo en la tele
- 17:30 Tienes un minuto
- 19:00 ¡Allá tú!



- 20:00 Noticias Cuatro
- 20:45 Deportes Cuatro
- 21:30 ¡Mójate!
- 22:30 Cine Cuatro
- 00:15 Diario de...
- 01:15 Gente extraordinaria
- 02:00 Ciudades del pecado
- 03:00 Cuatro astros

La Sexta

- 07:00 La Sexta en concierto
- 08:20 Bestial
- 10:15 Crimenes imperfectos
- 11:45 Yo, detective
- 12:15 Crimenes imperfectos: historias criminales
- 13:10 Crimenes imperfectos: ricos y famosos
- 13:55 La Sexta/Noticias
- 14:55 La Sexta/Deportes
- 15:30 Las reglas del club de la comedia
Humor.
- 15:25 El mentalista
Serie.
- 17:10 Navy: investigación criminal
Serie.
- 20:00 La Sexta/Noticias
- 20:55 La Sexta/Deportes
- 21:30 El intermedio
Humor.
- 22:25 El taquillazo
- 00:10 Buenafuente
Humor.
- 01:25 El intermedio
Humor.
- 02:45 Astro tv
- 06:00 Teletienda

MARTES

05



'Kyle XY': misterioso adolescente

Kyle es un chico de 16 años que despierta de pronto en un bosque en las afueras de Seattle, desnudo y envuelto en una viscosa sustancia rosa. Actúa como un recién nacido, sin poder hablar, desconociendo el mundo en el que acaba de desembarcar. Cuatro, 07:45 h.

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 06:30 Telediario matinal
- 09:00 Los desayunos de TVE
- 10:15 La mañana de La 1 Magacín.
- 14:00 Informativo territorial
- 14:30 Corazón Magacín.
- 15:00 Telediario 1
- 16:05 El tiempo
- 16:15 Amar en tiempos revueltos Serie.
- 17:05 Soy tu dueña Serie.
- 18:20 España directo Magacín.
- 20:00 Gente Magacín.
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 Españoles en el mundo
- 23:55 Destino: España
- 00:45 Repor
- 01:15 Paddock gp
- 01:45 En portada
- 02:30 La noche en 24h
- 04:00 TVE es música
- 04:30 Noticias 24h

ETB-1

- 07:50 Mihiluze
- 08:20 Gure labide zaharrak
- 08:50 Kermamitzalagubila
- 08:55 Mitzoarearasa
- 09:45 Hego amerika basatia
- 10:35 Euskal Herriatik
- 11:00 Ick dut ik
- 11:30 Debebatuta dago oroitzea
- 12:20 Dokumentala
- 13:10 Bidaide
- 14:00 Gaur Egu
- 14:50 Kermamitzalagubila
- 14:55 Arratsaldero
- 18:00 IparraldeareOrea
- 18:05 Kermamitzalagubila
- 18:10 Arratsaldero
- 19:25 Teletubbies
- 19:50 Sagarra da apple
- 20:00 Gaur Egu
- 20:50 Azpimarra
- 21:20 Kermamitzalagubila
- 21:25 Mihiluze
- 22:00 Goekale
- 23:05 Kresala
- 00:00 Gauberri
- 00:30 Azpimarra
- 00:55 Sautrela
- 01:25 Musika

Antena 3

- 06:00 Repetición de programas
- 06:30 Las noticias de la mañana
- 08:45 Espacio por determinar
- 12:30 La ruleta de la suerte
- 14:00 Los Simpson
- 15:00 Antena 3 noticias 1
- 16:00 Bandolera
- 17:00 El secreto de Puente Viejo
- 18:00 El diario
- 19:15 Especial atrapa un millón Concurso.
- 21:00 Antena 3 Noticias 2



- 22:00 Programación sin determinar
- 00:30 Programación sin determinar
- 02:45 Adivina quién gana

Tele 5

- 07:00 Informativos Telecinco
- 09:00 El programa de Ana Rosa Magacín que incluye actualidad y crónica social.
- 12:45 Mujeres y hombres y viceversa Presentado por Emma García.
- 14:30 De buena ley Presentado por Sandra Barneda.
- 15:00 Informativos Telecinco Presentado por David Cantero.
- 15:50 Sálvame diario Presentado por Jorge Javier Vázquez.
- 20:00 Pasapalabra Concurso.
- 20:55 Informativos Telecinco Presentado por Pedro Piñeras.
- 22:00 Ángel o demonio Serie.
- 00:15 Programa por determinar
- 02:30 Locos por ganar Concurso.
- 04:00 Infocomerciales
- 05:00 Fusión sonora

La 2

- 07:00 Conciertos radio-3
- 07:30 Grandes documentales
- 08:25 Biodiario
- 08:30 Grandes documentales
- 09:25 Biodiario
- 09:30 Aquí hay trabajo
- 10:00 La aventura del saber
- 11:30 Pagina 2
- 12:00 Grandes documentales
- 13:00 Para todos la 2
- 14:40 Documentales culturales
- 15:30 Saber y ganar
- 16:00 Grandes documentales
- 17:55 Documentales culturales
- 18:55 Biodiario
- 19:00 Ciudades para el siglo xxi
- 19:30 Programa de mano
- 20:00 La 2 noticias
- 20:30 Los últimos indígenas
- 21:00 Documentales culturales
- 22:00 Versión española
- 00:05 Documental concierto Heineken
- 01:05 Documentales culturales
- 01:55 Conciertos radio-3
- 02:25 Zzz
- 02:30 La noche temática
- 05:20 Zoom net
- 05:35 TVE es música

ETB-2

- 07:55 Egun on Euskadi
- 08:00 Fórum
- 08:30 Egun on Euskadi
- 10:05 Se ha escrito un crimen
- 11:25 Bonanza
- 13:25 Euskadi directo
- 14:25 Robin food
- 14:58 Teleberri



- 16:00 Eguraldia
- 16:10 Ni más, ni menos
- 18:35 Cine western
- 20:10 Euskadi directo
- 20:58 Teleberri
- 22:00 Eguraldia
- 22:10 La noche de...
- 22:35 La noche de...
- 00:25 Teleberri
- 00:55 EITB Kultura
- 01:20 Mi querido Kliikowsky
- 03:00 Noches de música

Cuatro

- 07:00 El zapping de surfers
- 07:45 Kyle XY
- 08:30 O el perro o yo
- 09:30 Alerta cobra Serie.
- 12:30 Las mañanas de Cuatro
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:50 No le digas a mamá que trabajo en la tele
- 17:30 Tienes un minuto
- 19:00 ¡Allá tú!
- 20:00 Noticias cuatro
- 20:45 Deportes cuatro
- 21:30 ¡Mójate!



- 22:30 Cine cuatro
- 01:30 Los pilares de la tierra Serie.
- 02:45 Cuatro astros

La Sexta

- 07:00 La Sexta en concierto
- 08:20 Bestial
- 10:15 Crímenes imperfectos
- 11:15 Doc: forenses en Los Ángeles
- 11:40 Crímenes imperfectos: historias criminales
- 12:35 Crímenes imperfectos: ricos y famosos
- 13:35 La Sexta/Deportes
- 13:55 La Sexta/Noticias
- 14:55 Padre de familia Animación.
- 15:50 El mentalista
- 17:10 Navy: investigación criminal Serie.
- 20:00 La Sexta/Noticias
- 20:55 La Sexta/Deportes
- 21:30 El intermedio
- 22:25 El taquillazo
- 00:20 Buenafuente Humor.
- 01:40 El intermedio redifusión Humor.
- 02:45 Astro tv Esoterismo.
- 06:00 Teletienda

Niños robados en 'Ni más, ni menos'

El programa que conduce Claudio Landa en ETB-2 emitirá en *prime time* un especial sobre los *niños robados* en los hospitales en los que nacieron. Acudirán familias que buscan a sus hijos, madres y hermanos, entre otros invitados. ETB-2, 22:10 h.



MIÉRCOLES

06

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 06:30 Telediario matinal
- 09:00 Los desayunos de TVE
- 10:15 La mañana de La 1
Magacín.
- 14:00 Informativo territorial
- 14:30 Corazón
- 15:00 Telediario 1
- 16:05 El tiempo
- 16:15 Amar en tiempos
revueltos
Serie.
- 17:05 Soy tu dueña
Serie.
- 18:20 España directo
Magacín.
- 20:00 Gente
Magacín.
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 Comando actualidad
Reportaje.
- 23:15 En familia
- 00:15 59 segundos
Debate.
- 01:45 La noche en 24h
- 03:15 Tdp noticias
- 03:30 TVE es música
- 04:00 Noticias 24h

ETB-1

- 07:50 Mihiluze
- 08:20 Kermamitzalagubila
- 08:25 Ick dut ik
- 08:55 EITB Kultura
- 09:55 Hego amerika basatia
- 10:45 Tekopolis
- 11:15 Aitziako Txia
- 12:05 Zambeze afrikar altxorra
- 13:00 Kermamitzalagubila
- 13:05 Bidaide
- 14:00 Gaur Egu
- 14:50 Kermamitzalagubila
- 14:55 Arratsaldero
- 18:00 IparraldeareOrea
- 18:05 Kermamitzalagubila
- 18:10 Arratsaldero
- 19:25 Teletubbies
- 19:50 Sagarra da apple
- 20:00 Gaur Egu
- 20:45 Eguraldia
- 20:50 Azpimarra
- 21:20 Kermamitzalagubila
- 21:25 Mihiluze
- 21:50 Ziea
- 23:25 Gauberri
- 23:50 Azpimarra
- 00:20 Kresala
- 01:10 Musika
- 04:10 Bare Baretik

Antena 3

- 06:00 Repetición de programas
- 06:30 Las noticias de la mañana
- 09:00 Espejo público
Magacín presentado por
Susanna Griso.
- 12:30 La ruleta de la suerte
Concurso presentado por
Jorge Fernández.
- 14:00 Los Simpson
Animación.
- 15:00 Antena 3 noticias 1
Informativo presentado por
Roberto Arce.
- 16:00 Bandolera
- 17:00 El secreto de
Puente Viejo
- 18:00 El diario
- 19:15 Especial atrapa un millón
- 20:15 Karlos Arguiñano en tu
cocina
- 21:00 Antena 3 noticias 1
- 22:00 Los quién
Serie.
- 23:00 Sin determinar
- 01:00 Objetivo mediación
- 02:00 Campeonato europeo de
póker
- 03:00 Repetición de programas

Tele 5

- 07:00 Informativos Telecinco
- 09:00 El programa de Ana Rosa
Magacín.
- 12:45 Mujeres y hombres y
viceversa
Concurso.
- 14:30 De buena ley
Sandra Berneda.
- 15:00 Informativos Telecinco
- 15:50 Sálvame diario
- 20:00 Pasapalabra
- 20:55 Informativos Telecinco.



- 22:00 Vuélveme loca esta
noche
Magacín.
- 22:30 Cine
Sin determinar.
- 00:30 Enemigos íntimos
Magacín.
- 02:30 Locos por ganar

La 2

- 06:00 TVE es música
- 07:00 Conciertos radio-3
- 07:30 Grandes documentales
- 08:25 Biodiario
- 08:30 Grandes documentales
- 09:25 Biodiario
- 09:30 Aquí hay trabajo
- 10:00 La aventura del saber
- 11:00 Pueblo de dios
- 11:30 La casa encendida
- 12:00 Grandes documentales
- 13:00 Para todos la 2
- 14:40 Documentales culturales
- 15:30 Saber y ganar
- 16:00 Grandes documentales
- 17:55 Documentales culturales
- 18:55 Biodiario
- 19:00 Ciudades para el siglo xxi
- 19:30 Redes 2.0
- 20:00 La 2 noticias
- 20:30 Los últimos indígenas
- 21:00 Documentales culturales
- 22:00 Cine clásico
- 00:05 Cine
- 01:35 Documentales culturales
- 02:25 Conciertos radio-3
- 02:55 Zzz
- 03:00 Redes 2.0
- 03:30 Archivo

ETB-2

- 07:00 Los herederos del arca
- 07:55 Egun on Euskadi
- 08:00 Fórum
- 08:30 Egun on Euskadi
- 10:05 Se ha escrito un crimen
Serie.
- 11:40 Navarra Directo
- 13:40 Euskadi directo
Magacín.
- 14:25 Robin food
Cocina.
- 14:58 Teleberri
- 16:00 Eguraldia
- 16:10 Ni más, ni menos
Magacín.
- 18:35 Cine western
- 20:10 Euskadi directo
- 20:58 Teleberri
- 21:55 Eguraldia
- 22:10 Ni más, ni menos
Especial niños robados.
- 23:50 Hora GMT
- 00:25 Teleberri
- 00:55 Teleserie
- 01:40 Mi querido Kliikowsky
Serie.
- 03:30 Noches de música
- 06:30 Robin food
Cocina.

Cuatro

- 07:45 Kyle XY
- 08:30 O el perro o yo
- 09:30 Alerta cobra
- 12:30 Las mañanas de Cuatro
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:50 No le digas a mamá que
trabajo en la tele
- 17:30 Tienes un minuto
- 19:00 ¡Allá tú!
- 20:00 Noticias cuatro



- 20:45 Deportes cuatro
- 21:30 ¡Mójate!
- 22:30 House
- 23:30 House
- 02:15 Mad men
- 02:45 Cuatro astros
- 06:15 Shopping
- 06:30 Puro Cuatro

La Sexta

- 07:00 La Sexta en concierto
- 08:20 Bestial
- 10:15 Crímenes imperfectos
- 11:45 Yo, detective
Serie.
- 12:15 Crímenes imperfectos:
historias criminales
- 13:10 Crímenes imperfectos:
ricos y famosos
- 13:35 La Sexta/Deportes
- 13:55 La Sexta/Noticias
- 14:55 Padre de familia
Serie.
- 15:50 El mentalista
- 17:10 Navy: investigación cri-
minal
Serie.
- 20:00 La Sexta/Noticias
- 20:55 La Sexta/Deportes
- 21:30 El intermedio
Humor.
- 22:25 Cine
- 00:00 Buenafuente
Humor.
- 01:25 El intermedio
Humor.
- 02:15 Astro tv
Esoterismo.
- 06:00 Teletienda

JUEVES

07



'The event': misterios y ciencia ficción

Es una serie cargada de conspiraciones, acción, ciencia ficción, misterios... La historia se desarrolla en torno a Sean Walker, un joven normal y corriente que trata de averiguar la razón de que su prometida Leila haya desaparecido sin explicación. Antena 3, 22:00 h.

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 06:30 Telediario matinal
- 09:00 Los desayunos de TVE
- 10:15 La mañana de La 1
Magacín.
- 14:00 Informativo territorial
- 14:30 Corazón
Magacín.
- 15:00 Telediario 1
Ana Blanco.
- 16:05 El tiempo
- 16:15 Amar en tiempos
revueltos
Serie.
- 17:05 Soy tu dueña
Serie.
- 18:20 España directo
- 20:00 Gente
Magacín.
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 Los Tudor
Serie.
- 23:30 Los Tudor
Serie.
- 02:00 La noche en 24h
- 03:30 Tdp noticias
- 04:00 TVE es música
- 04:30 Noticias 24h

ETB-1

- 07:50 Mihiluze
- 08:20 Sut&blai
- 08:45 Kermamitzalagubila
- 08:50 Ktx
- 09:15 Bokazioa, bokazioa,
bokazioa.
- 09:40 Hego amerika basatia
- 10:30 Kermamitzalagubila
- 10:35 Kresala
- 11:15 Euskara: XXI. Medeko
erroka
- 12:00 Saharako maratoia
- 12:55 Kermamitzalagubila
- 13:00 Bidaide
- 14:00 Gaur Egu
- 14:50 Kermamitzalagubila
- 14:50 Arratsaldero
- 18:00 IparraldeareOrea
- 18:05 Arratsaldero
- 19:25 Teletubbies
- 19:50 Sagarra da apple
- 20:00 Gaur Egu
- 20:50 Azpimarra
- 21:25 Mihiluze
- 22:00 Aitzele
- 23:30 Gauberri
- 00:00 Azpimarra
- 00:25 Kultura gaua
- 01:25 Musika

Antena 3

- 06:30 Las noticias de la mañan
a
- 08:45 Espejo público
- 12:30 La ruleta de la suerte
- 14:00 Los Simpson
Serie.
- 15:00 Antena 3 noticias 1
- 16:00 Bandolera
Serie.
- 17:00 El secreto de
Puente Viejo
- 18:00 El diario
- 19:00 Especial atrapa un millón
Concurso.



- 20:15 Arguiñano
- 21:00 Antena 3 Noticias 2
- 22:00 The event
- 22:30 Cine
- 02:30 Adivina quién gana

Tele 5

- 07:00 Informativos
Telecinco
- 09:00 El programa de
Ana Rosa
- 12:45 Mujeres y hombres y
viceversa
Presentado por Emma
García.
- 14:30 De buena ley
Programa reality que fic
ciona casos de disputas
legales.
- 15:00 Informativos
Telecinco
Presentado por David
Cantero.
- 15:50 Sálvame diario
Presentado por Jorge
Javier Vázquez.
- 20:00 Pasapalabra
Concurso.
- 21:00 Informativos Telecinco
Presentado por Pedro
Piqueras.
- 22:00 Supervivientes
- 01:30 Resistiré. ¿Vale?
- 02:15 Locos por ganar
- 04:00 Infocomerciales
- 05:00 Fusión sonora

La 2

- 06:00 TVE es música
- 07:00 Conciertos radio-3
- 07:30 Grandes documentales
- 08:25 Biodiario
- 08:30 Grandes documentales
- 09:25 Biodiario
- 09:30 Aquí hay trabajo
- 10:00 La aventura del saber
- 11:00 Acción directa
- 11:30 Redes 2.0
- 12:00 Grandes documentales
- 13:00 Para todos la 2
- 14:40 Documentales culturales
- 15:30 Saber y ganar
- 16:00 Grandes documentales
- 17:55 Documentales culturales
- 18:55 Biodiario
- 19:00 Ciudades para el siglo xxi
- 19:30 La casa encendida
- 20:00 La 2 noticias
- 20:30 Los últimos indígenas
- 21:00 Documentales culturales
- 22:00 Cinefilia
- 23:40 Días de cine
- 00:40 Mi reino por un caballo
- 01:10 Documentales culturales
- 02:00 Conciertos radio-3
- 02:30 Zzz
- 02:35 Tres 14

ETB-2

- 07:55 Egun on Euskadi
- 08:00 Fórum
- 08:30 Egun on Euskadi
- 10:05 Se ha escrito un crimen
- 11:00 Bonanza
- 12:55 Navarra Directo
- 13:30 Euskadi directo
- 14:25 Robin food



- 14:58 Teleberri
- 16:00 Eguraldia
- 16:10 Ni más, ni menos
- 18:35 Cine western
- 20:10 Euskadi directo
- 20:58 Teleberri
- 22:00 Eguraldia
- 22:10 Vaya semanita
- 23:55 Capital cultura
- 00:30 Teleberri
- 01:00 Teleserie
- 01:45 Mi querido Klikowsky

Cuatro

- 07:00 El zapping de surfers
- 07:45 Kyle XY
- 08:30 O el perro o yo
- 09:30 Alerta cobra
- 12:30 Las mañanas de Cuatro
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:50 No le digas a mamá que
trabajo en la tele
- 17:30 Tienes un minuto
- 19:00 ¡Allá tú!
- 20:00 Noticias cuatro
- 20:45 Deportes cuatro
- 21:30 ¡Mójate!
- 22:30 Mentes criminales



- 02:00 Dexter
Serie.
- 02:45 Cuatro astros
- 06:15 Shopping

La Sexta

- 07:00 La Sexta en concierto
Música.
- 08:20 Bestial
- 10:15 Crímenes imperfectos
- 11:15 Doc: forenses en Los
Ángeles
- 11:40 Crímenes imperfectos:
historias criminales
- 12:35 Crímenes imperfectos:
ricos y famosos
- 13:35 La Sexta/Deportes
- 13:55 La Sexta/Noticias
- 14:55 Padre de familia
Animación.
- 15:50 El mentalista
- 17:10 Navy: investigación cri
minal
Serie.
- 20:00 La Sexta/Noticias
- 20:55 La Sexta/Deportes
- 21:30 El intermedio
Humor.
- 22:25 El taquillazo
- 00:20 Buenafuente
Humor.
- 01:40 El intermedio redifusión
- 02:45 Astro tv
Esoterismo.
- 06:00 Teletienda

El reto de sobrevivir en 'Ajuste de cuentas'

Encontrar trabajo y superar el embargo de su vivienda serán los principales retos a los que se enfrentarán los protagonistas de la segunda entrega de *Ajuste de cuentas*, una familia ahogada por el paro y las deudas. Cuatro, 21:30 h.



VIERNES

08

TVE-1

- 06:00 Noticias 24h
- 06:30 Telediario matinal
- 09:00 Los desayunos de TVE
- 10:15 La mañana de La 1
Magacín.
- 14:00 Informativo territorial
- 14:30 Corazón
Magacín.
- 15:00 Telediario 1
- 16:05 El tiempo
- 16:15 Amar en tiempos revueltos
Serie.
- 17:05 Soy tu dueña
Serie.
- 18:20 España directo
Magacín.
- 20:00 Gente
Magacín.
- 21:00 Telediario 2
- 22:05 El tiempo
- 22:15 Cine
- 24:00 Cine
- 01:30 Ley y orden: acción criminal
- 02:10 La noche en 24h
- 03:40 Tdp noticias
- 04:10 TVE es música
- 05:00 Noticias 24h

ETB-1

- 07:10 Bidaide
- 08:05 Mihiluze
- 08:35 Abetur@roa
- 09:05 Kermamitzalagubila
- 09:10 Gaztea klip
- 09:35 Sustraia
- 10:05 Aitzele
- 11:35 Kermamitzalagubila
- 11:40 Trebidea euskadi
- 12:10 Idia TX
- 13:00 Kermamitzalagubila
- 13:10 Bidaide
- 14:00 Gaur Egu
- 14:45 Eguraldia
- 14:50 Kermamitzalagubila
- 14:55 Arratsaldero
- 18:00 IparraldeareOrea
- 18:05 Arratsaldero
- 19:25 Teletubbies
- 19:50 Sagarra da apple
- 20:00 Gaur Egu
- 20:45 Eguraldia
- 20:50 Azpimarra
- 21:25 Kermamitzalagubila
- 21:35 Mihiluze
- 22:10 ETB katxa
- 23:10 Gauberri
- 00:20 Boxeo izarrak 10/11
- 01:35 Azpimarra

Antena 3

- 06:00 Repetición de programas
- 06:30 Las noticias de la mañana
- 08:45 Espejo público
Magacín presentado por Susanna Griso.
- 12:30 La ruleta de la suerte
Concurso presentado por Jorge Fernández.
- 14:00 Los Simpson
Animación.
- 15:00 Antena 3 noticias 1
- 16:00 Bandolera
- 17:00 El secreto de Puente Viejo
Sandra Daviu.
- 19:00 Especial atrapa un millón
Carlos Sobera.
- 20:15 Arguiñano
- 21:00 Antena 3 Noticias 2
- 21:30 Atrapa un millón
DEC
Programa del corazón presentado por Jaime Cantizano.
- 02:15 Adivina quién gana esta noche
Concurso.

Tele 5

- 07:00 Informativos Telecinco
- 09:00 El programa de Ana Rosa
Magacín.
- 12:45 Mujeres y hombres y viceversa
Concurso.
- 14:30 De buena ley
Programa reality que ficciona casos de disputas legales.
- 15:00 Informativos Telecinco
David Cantero.



- 15:50 Sálvame diario
- 20:00 Pasapalabra
Concurso.
- 21:00 Informativos Telecinco
- 22:00 Sálvame deluxe
Magacín.
- 02:30 Locos por ganar
- 03:30 Más que coches

La 2

- 06:00 TVE es música
- 07:00 Conciertos radio-3
- 07:30 Programación
- 08:25 Biodiario
- 08:30 Programación
- 09:25 Biodiario
- 09:30 Aquí hay trabajo
- 10:00 Uned
- 11:00 La fábrica de ideas
- 11:30 Desafío 14+1
- 12:00 Programación
- 13:00 Para todos la 2
- 14:40 Programación
- 15:30 Saber y ganar
- 16:00 Grandes documentales
- 18:25 El escarabajo verde
- 18:55 Biodiario
- 19:00 Naturalmente
- 19:30 Tres 14
- 20:00 La 2 noticias
- 20:30 Los últimos indígenas
- 21:00 Documentales culturales
- 21:45 La suerte en tus manos
- 22:05 Imprescindibles
- 23:05 El documental de la 2
- 00:30 Metrópolis
- 01:00 Documentales culturales
- 01:50 Conciertos radio-3
- 02:20 Días de cine

ETB-2

- 07:10 Las expediciones de Blake
- 08:00 Egun on Euskadi
Informativo.
- 08:05 Forum
- 08:30 Egun on Euskadi
- 10:05 Kerman mintzalagun bila
- 10:45 Los siete magnificos
- 11:40 Bonanza
Serie.
- 13:25 Euskadi directo
Magacín.
- 14:25 Robin Food
Cocina.
- 14:58 Teleberri
- 16:00 Eguraldia
- 16:10 Ni más, ni menos
- 18:25 Siempre cine
- 20:20 Euskadi directo
Magacín.
- 20:58 Teleberri
- 22:00 Eguraldia
- 22:15 Cine éxito
- 00:20 Teleberri
- 00:50 Cine 2
- 02:25 Kerman mintzalagun bila
- 02:30 Mi Querido Klikowsky
- 04:00 Musika Gauak. Jazz
- 07:00 Robin Food

Cuatro

- 07:00 El zapping de surfers
- 07:45 Kyle XY
Serie.
- 08:30 O el perro o yo
- 09:30 Alerta cobra
- 12:30 Las mañanas de Cuatro
- 14:00 Noticias Cuatro
- 14:50 Deportes Cuatro
- 15:50 No le digas a mamá que trabajo en la tele
- 17:30 Tienes un minuto



- 19:00 ¡Allá tú!
- 20:00 Noticias Cuatro
- 20:45 Deportes Cuatro
- 21:30 Ajuste de cuentas
- 22:30 La escalera
- 23:30 Callejeros
- 00:15 Conexión samanta
- 02:30 Las Vegas

La Sexta

- 07:00 La Sexta en concierto
- 08:20 Lo mejor de La Sexta
Zapping.
- 08:30 Bestial
- 10:30 Crímenes imperfectos
Documental.
- 11:25 Las pruebas del crimen
Investigación
- 11:55 Crímenes imperfectos: historias criminales
- 12:50 Crímenes imperfectos: Australia
Informativo.
- 13:55 La Sexta/Noticias
Informativo.
- 15:25 Bones
Serie.
- 17:10 Numbers
Serie.
- 20:00 La Sexta/Noticias
Informativo.
- 20:55 La Sexta/deportes
- 21:30 Navy: investigación criminal
Serie.
- 00:00 Caso abierto
Serie.
- 02:25 Astro tv
Esoterismo.
- 06:00 Teletienda

'OT' DE COCINILLAS

Ya hemos hablado alguna vez aquí sobre la faena que supone una mala ubicación en la parrilla televisiva para un programa y sus profesionales. Le ocurrió a *Consumidores*, el espacio de consumo de ETB que alguien decidió que echara a andar en la festiva noche del sábado y no levantó cabeza hasta pasar a una noche de diario. Algo parecido le ocurre a *Menú Estress*, el enésimo programa gastronómico de la tele del pajarito, ahora con forma de concurso. La noche del lunes no es la mejor ubicación, y si me apuran ni siquiera lo es la noche de cualquier día de la semana porque el *prime time* le queda grande.

La cosa viene a ser algo así, cuatro personas acuden a una sociedad gastronómica para cocinar simultáneamente durante dos horas el plato que les toca en suerte para luego ser humillados por el Risto Mejide gastronómico de turno. Como un *Operación Triunfo* de cocinillas, vamos. Hasta ahí todo normal. Sin embargo, llegar a la parte más interesante, la del cocinado y posterior crítica, supone tragarse un tostón de vídeos larguísimos donde nos presentan a los participantes en todas las facetas de su vida con una retahíla de familiares y amigos practicando el levantamiento de egos. El problema es que en lugar de ser concursantes de *Gran Hermano* llamados a protagonizar polémicos vídeos, tertulias y portadas durante al menos tres meses, son concursantes a los que vamos a perder de vista en poco más de 30 minutos.

El formato se asemeja a otras propuestas ya vistas en las que los concursantes van mostrando sus cualidades bajo el paraguas de una irónica voz en off, como sucedía en *Ven a cenar conmigo* (propuesta muy semejante emi-



“VA ASÍ: CUATRO PERSONAS ACUDEN A UNA SOCIEDAD GASTRONÓMICA”



[ILUSTRACIÓN: DELKO]

tida en Antena 3, donde un participante de un grupo de cuatro, que se iban rotando, cocinaba para el resto cada día en la casa de uno) o *Mi casa es la mejor* (en su canal *low cost* Nova), donde cuatro personas visitan sus respectivas casas para luego ponerse a parir entre ellos.

Quien fuera chico Ana Rosa Quintana, el actor y presentador Ibon Uzkudun (que lo hace muy bien, todo sea dicho), es el encargado de parezca interesante un programa que no lo es tanto y que se deja contagiar por el concepto de sociedad gastronómica donde queda reservado el derecho de admisión. Aquí viene a ser lo mismo, salvo que conozcas al aludido que participa en el concurso, que un tipo le diga que la comida le ha quedado cruda o sabe mal cuando tú ni siquiera has tenido ocasión de probarla, queda muy a desmano. Por lo menos, en *OT* les escuchabas cantar y podías juzgar después si Risto Mejide se había pasado siete pueblos en su bronca guionizada.

Claro, que esto es como en *Eurovision*, siempre quedará un buen puñado de espectadores a los que solo les interesa la puntuación final, el *zero points* que se lleva el concursante al que ni se han molestado en ver qué tal lo ha hecho. Es el insulto, la bronca televisada, la humillación pública, eso que tanto pone a la televisión actual y que en *Menú Express* ensalzan suspendiendo y afeando el trabajo de casi todos los concursantes. Que una de dos, o el casting que han hecho es muy malo o quieren hacer de la bronca espectáculo, a unas alturas en las que la película está muy vista. Se me ocurre –hoy invito yo al postre–, que una edición con famosos en los fogones podría funcionar, aunque Tele 5 lo probó y fue un fracaso. Es cuestión de que no se les vaya la mano, como les pasó a los de la cadena de la rima fácil.



menlovingtrends.com



Toda la información de moda y belleza para el hombre de hoy
www.menlovingtrends.com

Síguenos también en Facebook
www.facebook.com/menlovingtrends

Y en Twitter @menlovingtrends

El Arte Cocina de la Copa



3 DISFRUTA DE
PINTXOS
DE AUTOR
A UN PRECIO ESPECIAL



Visita nuestra página de Facebook, vota por el local donde hayas probado el mejor pintxo y **gana una cena para ti y 10 amigos.** Además, descubre otros lugares donde puedes probar nuestro menú.

Síguenos en www.facebook.com/KronenbourgSpain

Kronenbourg recomienda el consumo responsable 5°