

MAGAZINE:
ESTILO DE VIDA

FIN DE SEMANA

SELECCIÓN

25 JULIO 2025

LIBROS CINE TEATRO MÚSICA VIAJES
CIENCIA NATURALEZA GASTRONOMÍA

24 H. EN

HUESCA



HUNGRÍA
p.6

LAGO DE
SANABRIA
p.10



DIAMANTE EN BRUTO
DE CINE



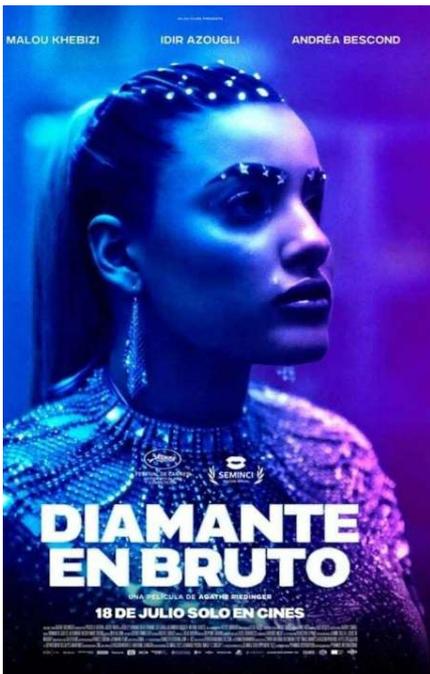
MARALBA

A MESA PUESTA...

Diamante en bruto

Brillo, rabia, redención

Un retrato feroz y sensible de la juventud marginada. Agathe Riedinger captura con crudeza y ternura la lucha por brillar.



Diamante en bruto, ópera prima de Agathe Riedinger, es una obra contundente que se sumerge en la vida de Liane, una adolescente de un barrio periférico que sueña con convertirse en influencer. La directora construye un retrato complejo y vibrante de una juventud atrapada entre la precariedad y el

✉

El elenco de *Diamante en bruto* destaca por su naturalidad y fuerza. Malou Khebizi encarna una Liane magnética y cruda. Completan el reparto jóvenes promesas cuyos rostros auténticos y carismáticos aportan realismo y emoción al relato.

espejismo de la fama, explorando con sutileza el deseo de reconocimiento en un entorno marcado por la desigualdad.

La interpretación de Malou Khebizi es el núcleo emocional de la película: feroz, frágil y magnética. Su Liane oscila entre la arrogancia y la vulnerabilidad con una autenticidad que conmueve. Riedinger evita el miserabilismo y dota a su protagonista de una dignidad rabiosa que desafía los estereotipos.

El uso del color, el ritmo del montaje y una banda sonora punzante refuerzan la estética hiperrealista del filme, acercando al espectador al vértigo emocional de su heroína. La cámara la sigue de cerca, con una fisicidad casi documental, mientras la película se adentra en los códigos de las redes sociales, la televisión basura y la cultura del like.

Diamante en bruto brilla por su honestidad y su potencia visual. Riedinger no juzga, observa y comprende. Su debut es una llamada de atención sobre una generación que, a falta de oportunidades, se reinventa a golpe de exposición.



AGATHE RIEDINGER

✉

Agathe Riedinger es una directora y guionista francesa, graduada en la prestigiosa École Nationale Supérieure des Arts Décoratifs de París. Inició su carrera en la fotografía y los cortometrajes, dirigiendo obras como *J'attends Jupiter* (2018) y *Ève* (2019), en las que exploró temas como la ambición, la cirugía estética y los medios de comunicación. Su ópera prima, *Diamant brut* (2024), adaptación de su propio corto, fue seleccionada al prestigioso Festival de Cannes en competencia oficial, convirtiéndose en una de las pocas primeras películas en lograrlo. Riedinger combina un estilo visual refinado —influenciado por su formación artística— con una mirada auténtica hacia la juventud contemporánea y los espejismos de la fama. También ha dirigido videoclips y piezas de moda.



Indumentaria en la Edad del Hierro:

identidad en el pasado, inspiración en el presente

15 de julio-12 de octubre de 2025

Una muestra que explora el papel de la indumentaria durante la Edad del Hierro (siglos VIII-I a.C.), entendida no solo como protección frente al clima, sino también como expresión de identidad, jerarquía social y pertenencia cultural.

A través de vestigios arqueológicos, fuentes clásicas y re-

construcciones experimentales, la exposición permite al visitante adentrarse en las formas, materiales y técnicas que caracterizaron el vestir de las comunidades protohistóricas de la península ibérica.

La propuesta surge del proyecto de investigación impulsado por el Departamento de Protohistoria y Colonizaciones del MAN, centrado en el estudio de

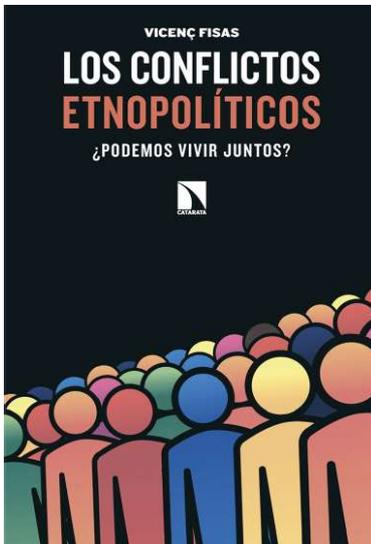
la tejeduría y los textiles prerromanos. A este esfuerzo se suma la colaboración con el Centro Superior de Diseño de Moda de Madrid (Universidad Politécnica de Madrid), cuyo trabajo aporta una mirada contemporánea y creativa al legado material del pasado.

INDUMENTARIA EN LA EDAD DEL HIERRO. Del 15 de julio al 12 de octubre en el Museo Arqueológico de Madrid.

ESSENTIAL FLAMENCO EN MADRID

Todos los días de la semana del 01/07/2025 al 31/12/2025. Essential Flamenco quiere recuperar la intimidad, que era la esencia del flamenco auténtico. El público pegado literalmente al escenario, rodeado de tres filas de sillas. Sin mesas, sin comidas, sin distracciones.





LIBROS



Los conflictos etnopolíticos

¿Podemos vivir juntos?

Un análisis de 58 conflictos en 1990-2025 entre grupos étnicos o comunidades con identidad compartida en lugares como Afganistán, Ruanda, Myanmar, Bosnia o Siria. Esta obra repasa conflictos entre grupos étnicos o comunidades con identidad compartida, que tienen proyectos políticos y están en situación de conflicto armado por ello.

MÚSICA



Las noches clásicas del Olivar 2025

Hasta el 30 de agosto, de miércoles a sábados, en el Olivar de Cas-tillejo, un jardín de olivos centenarios en Chamartín.

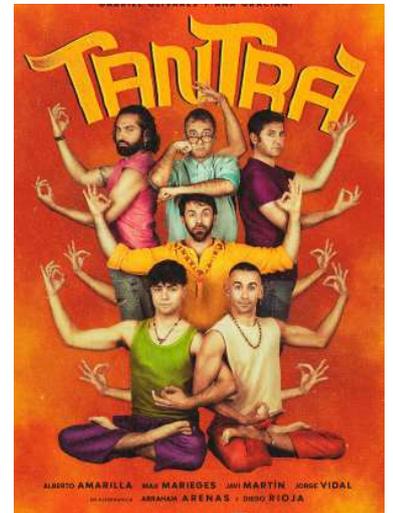


EXPOSICIÓN



CentroCentro presenta la exposición 'Tres experiencias formales'

Hasta el próximo 26 de octubre, el Centro Cultural CentroCentro de Madrid presenta la exposición Tres experiencias formales, una reflexión sobre la escultura contemporánea.



TEATRO



El Teatro Lara presenta la comedia de humor y agudeza teatral 'Tantra'

El madrileño Teatro Lara acoge el estreno de Tantra, una comedia que, con humor y agudeza, se adentra en las nuevas masculinidades y la intimidad emocional entre hombres.



CINE



Fescinal 2025, cine al aire libre en Madrid

El festival de cine al aire libre con más tradición en la ciudad de Madrid celebra su 41ª edición del 26 de junio al 6 de septiembre de 2025.

"Qué fue de los Lighthouse", de Berna González Harbour

Explora la descomposición de una familia británica marcada por el legado colonial. A través de múltiples voces, Berna González Harbour construye un relato emotivo, político y generacional sobre el pasado, la culpa, el desarraigo y las verdades que se heredan.

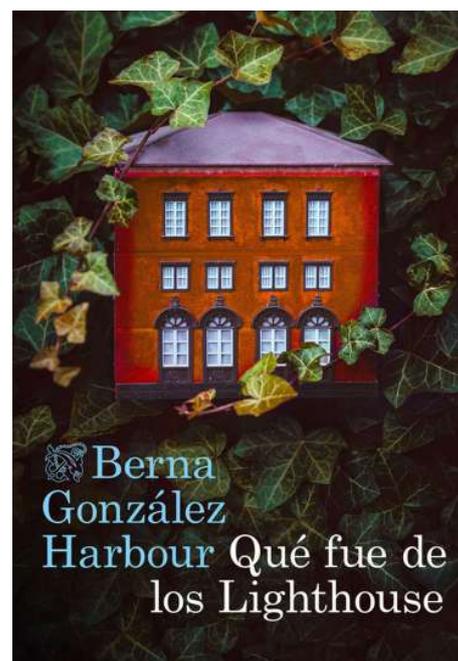
Berna González Harbour firma con *Qué fue de los Lighthouse* una novela familiar poderosa que trasciende el drama íntimo para convertirse en una crónica del ocaso del imperio británico y su legado emocional. Al morir Everett Lighthouse, un veterinario con sombras coloniales en Tanzania, sus diarios —cedidos a Asha, su criada africana— desatan una guerra silenciosa entre los hijos, revelando secretos y rencores acumulados, mientras Inglaterra lidia con el Brexit y las tensiones postcoloniales.

La novela navega entre la ambigüedad moral y la memoria histórica. Arthur, hijo científico, encarna la racionalidad herida; Ben, actor mediático, representa la familia que se reinventó frente al deterioro. Asha, en cambio, es el corazón narrativo: atesora la verdad

y simboliza la complejidad del pasado colonial —entre gratitud, dolor y dignidad—, aportando una perspectiva femenina, libertaria y reivindicativa.

González Harbour abandona el género negro al que nos tenía acostumbrados para abrazar una estructura más coral y reflexiva, donde diversas voces construyen un fresco emocional y político.

La profundidad de los personajes —gemelas, cónyuges, hijos de inmigrantes— y su relación con el patriarca permiten entrever cómo una fachada de respetabilidad puede ocultar podredumbre y culpa. El estilo es elegante, absorbente, con un ritmo que equilibra tensión narrativa y poesía interior. *Qué fue de los Lighthouse* es una lectura absorbente, conmovedora y reflexiva: una gran novela contemporánea que desarma el mito familiar para exhumar las sombras de la historia.



Berna González Harbour

Berna González Harbour es una escritora, periodista y guionista española. Conocida por su serie de novela negra protagonizada por María Ruiz, explora también temas históricos y familiares. Su estilo combina profundidad emocional, crítica social y una prosa elegante y reflexiva.

LIONEL RICHIE EN EL MOVISTAR ARENA MADRID

El legendario Lionel Richie llega al Movistar Arena el próximo 2 de agosto de 2025 con su emocionante gira Say Hello to the Hits. En esta

noche especial, el artista nos llevará de la mano por las canciones que han marcado su increíble carrera, desde los inconfundibles éxitos de los años 80 hasta los favoritos actuales.



Hungría: historia con aguas termales

Hungría combina historia, arquitectura y naturaleza con una fuerte identidad cultural. Budapest deslumbra con sus baños termales, el Danubio y su vibrante vida nocturna. Fuera de la capital, destacan pueblos barrocos, viñedos, castillos medievales y el lago Balatón, ideal para descansar y disfrutar.



BUDAPEST, JOYA DEL DANUBIO

Budapest cautiva con su elegante arquitectura, puentes monumentales y baños termales históricos. La ciudad combina historia imperial, vida nocturna vibrante y una escena cultural dinámica. El Parlamento, el Bastión de los Pescadores y el Castillo de Buda son imprescindibles en esta capital europea llena de encanto.

✉ texto: [SFS](#)

El disfrute magyar.

Hungría es un destino turístico fascinante que combina historia, cultura y naturaleza en un espacio relativamente compacto. Su capital, Budapest, es el principal atractivo del país y una de las ciudades más bellas de Europa. Dividida por el río Danubio en Buda y Pest, ofrece una mezcla de arquitectura imperial, ruinas romanas, baños termales como los de Széchenyi y Gellért, y una vibrante vida nocturna. El Parlamento, el Bastión de los Pescadores y el Puente de las Cadenas son paradas imprescindibles.

Al oeste, el lago Balatón es el mayor lago de Europa Central y un popular destino veraniego. Sus orillas ofrecen playas, deportes acuáticos, senderos naturales y pueblos encantadores como Tihany, con su abadía benedictina y vistas espectaculares. Al sur del lago se encuentra Hévíz, famoso por su lago termal natural, ideal para tratamientos de salud y bienestar.

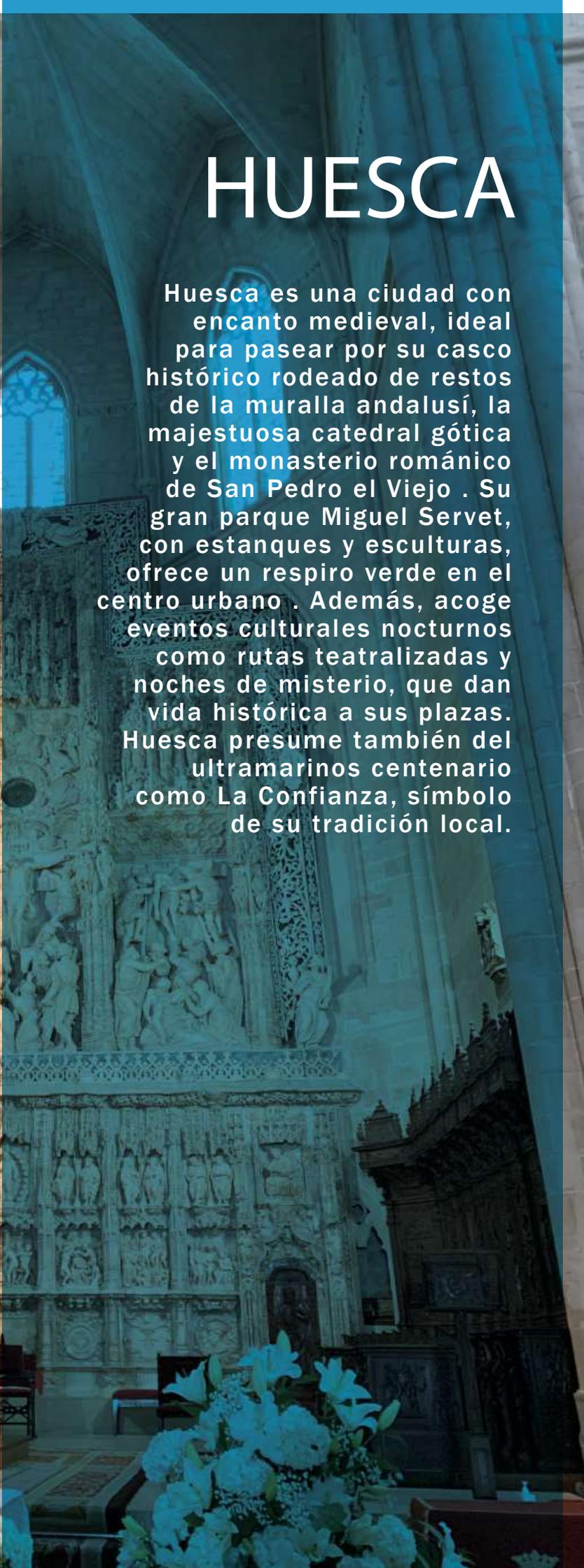
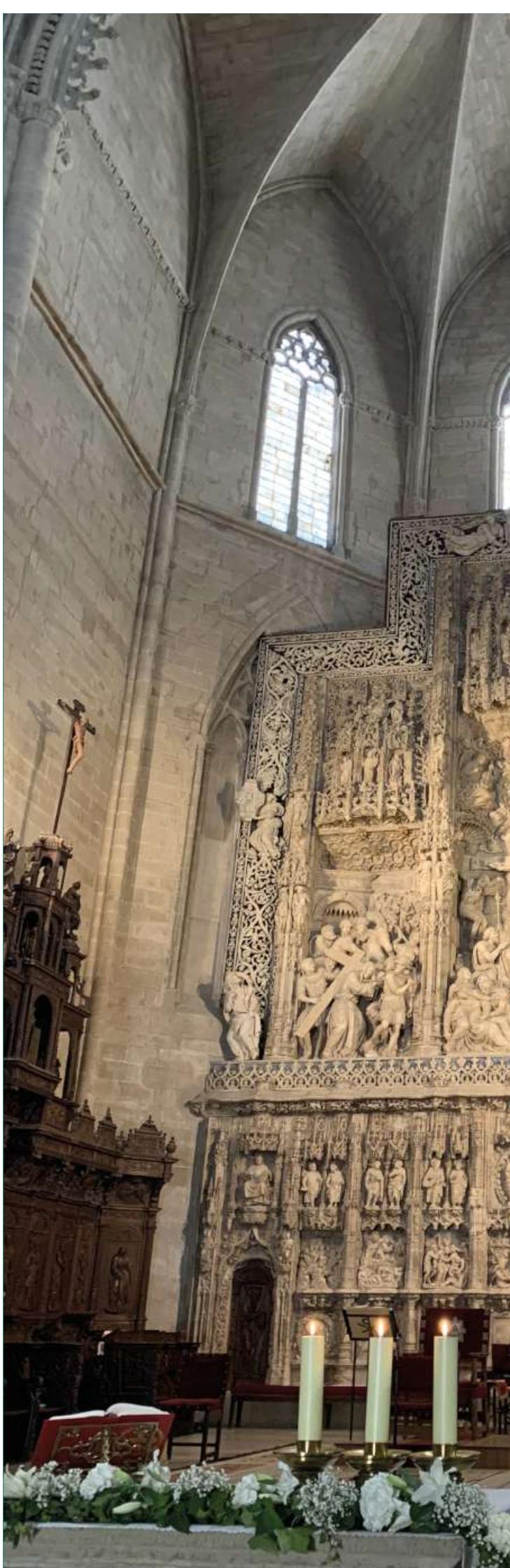
En el norte, Eger destaca por su castillo, sus baños termales y sus vinos, especialmente el Egri Bikavér. Más al noreste, Tokaj es la capital vinícola del país, reconocida por sus vinos dulces de fama internacional y sus bodegas subterráneas.

Al sur, Pécs es una ciudad universitaria de rica herencia multicultural, con restos romanos, mezquitas otomanas y museos contemporáneos. Debrecen, la segunda ciudad del país, ofrece una mezcla de tradición calvinista, cultura universitaria y espacios naturales como el Parque Nacional Hortobágy. Por último, Szeged, en el sureste, es conocida como la ciudad del sol por su clima templado, su arquitectura art nouveau y su ambiente relajado.

Hungría es un país lleno de contrastes y sorpresas, donde las huellas del pasado conviven con una oferta moderna y accesible, perfecta tanto para escapadas urbanas como para rutas más tranquilas por el interior.

HUESCA

Huesca es una ciudad con encanto medieval, ideal para pasear por su casco histórico rodeado de restos de la muralla andalusí, la majestuosa catedral gótica y el monasterio románico de San Pedro el Viejo . Su gran parque Miguel Servet, con estanques y esculturas, ofrece un respiro verde en el centro urbano . Además, acoge eventos culturales nocturnos como rutas teatralizadas y noches de misterio, que dan vida histórica a sus plazas. Huesca presume también del ultramarinos centenario como La Confianza, símbolo de su tradición local.



✉ 1. MUSEO DE HUESCA

Ubicado en lo que fue Universidad Sertoriana, fundada por Pedro IV en 1354, fue residencia de los reyes de Aragón. Expone valiosos vestigios de las culturas que habitaron la provincia, así como una muestra de la creación artística aragonesa, con mención especial a Goya.



✉ 3. AYUNTAMIENTO

Palacio renacentista aragonés del s. XVI con torres en sus extremos y una galería protegida por alero volado de madera. En el Patio encontramos una techumbre de madera, que se repite en El Salón del Justicia.



2. IGLESIA Y CLAUSTRO SAN PEDRO EL VIEJO

Construidos en el siglo XII, constituyen uno de los conjuntos más importantes del románico aragonés.



✉ 4. CÍRCULO HOSCENSE

Construido a principios del siglo XX, destaca como una de las muestras emblemáticas del Modernismo oscense.



✉ 5. TEATRO OLIMPIA

Inaugurado en 1925. Su fachada principal está proyectada bajo órdenes clásicos, recordando un templo griego, cuenta con seis columnas estriadas de orden jónico y frontón decorado.

✉ 6. CATEDRAL- MUSEO DIOCESANO

Edificio gótico (s. XIII al XVI). Su retablo mayor, soberbio ejemplo de escultura renacentista española, esculpido en alabastro por Damián Forment entre 1520 y 1533, representa la Pasión de Cristo. Anejo a la Catedral, se encuentra el Museo Diocesano construido en la zona de claustros, alberga una importante colección de arte sacro.



Parque Natural del Lago Sanabria

El Parque Natural del Lago de Sanabria, en Zamora, alberga el mayor lago glaciar de la península ibérica. Sus aguas cristalinas, playas naturales y entorno montañoso lo convierten en un destino ideal para el baño, la pesca y el senderismo. El parque ofrece circos glaciares, cascadas, bosques de robles y castaños, además de rutas como la Senda de los Monjes. Es hábitat de nutrias, truchas y aves protegidas. Su riqueza natural y paisajística lo convierte en un espacio único para disfrutar de la naturaleza y el ecoturismo.

¿CÓMO LLEGAR?:

Para llegar al Parque Natural del Lago de Sanabria puedes optar por diferentes medios:

En coche: desde Zamora, sigue la carretera CL-525 en dirección a Puebla de Sanabria; tras unos 70 km, accede al desvío hacia el lago. Las carreteras están bien señalizadas.

En autobús: existen líneas regulares desde Zamora hasta Puebla de Sanabria. Desde allí, autobuses locales o taxis comunican con el lago.

En tren: la estación más cercana está en Puebla de Sanabria. Desde este punto, un corto recorrido en taxi o autobús conecta con el parque.

RIQUEZA

El Parque Natural del Lago de Sanabria destaca por su excepcional diversidad de flora y fauna. En los bosques dominan robles, castaños y acebos, junto a praderas y turberas que albergan especies vegetales singulares. El lago y ríos

atraen a truchas y nutrias, mientras que el aire vibra con aves acuáticas y forestales, como garzas, águilas y mirlos. Además, el entorno montañoso y humedales ofrecen refugio a anfibios, insectos y pequeños mamíferos. Este ecosistema equilibrado convierte al parque en un paraíso natural, ideal para el observador y amante de la biodiversidad.

EN LA HISTORIA

La historia del Parque Natural del Lago de Sanabria se remonta a milenios atrás. Su origen es glaciár: hace entre 12 000 y 100 000 años, los glaciares del Pleistoceno excavaron la gran cubeta que hoy alberga el lago, modelando circos, morrenas y valles colgados. En la Edad Media, el lago fue objeto de disputas entre comunidades locales y el monasterio de San Martín de Castañeda, que lo adquirió en el año 897. Tras la desamortización de Mendizábal en el siglo XIX, pasó por manos privadas hasta ser adquirido por el Estado en 1932.

Su protección oficial comenzó en 1946 al ser declarado "Sitio Natural de Interés Nacional". En 1953 obtuvo la categoría de "Paraje Pintoresco" y se creó un patronato nacional. En 1978 fue declarado Parque Natural, con una ampliación significativa en 1990 que elevó su superficie protegida a más de 22.000 hectáreas.

Desde 2011, el catamarán ecológico Helios Cousteau recorre el lago para fines turísticos y científicos. El parque forma parte de la Red Natura 2000, y alberga joyas culturales como el monasterio de San Martín de Castañeda y leyendas como la de Valverde de Lucerna.



Visitar el Parque Natural del Lago de Sanabria es una inmersión en la naturaleza pura: aguas cristalinas, rutas entre bosques y montañas, fauna salvaje y tranquilidad. Es un lugar perfecto para desconectar, disfrutar del paisaje y vivir una experiencia serena y revitalizante.



Maralba

Excelencia manchega

✉ A MESA PUESTA por SFS

El tandem Fran Martínez y Cristina Díaz. Fran Martínez, chef visionario, reinventa sabores manchegos con técnica exquisita. Cristina Díaz, sumiller y jefa de sala, brilla con selección de vinos impecable, emotiva y educativa.



Maralba, en Almansa, ofrece cocina manchega de autor con toques mediterráneos. Joaquín Fran Martínez fusiona tradición y modernidad en menús elegantes, maridados excepcionalmente por Cristina Díaz.

En el corazón de Almansa, Maralba se erige como un templo de la alta cocina manchega con identidad propia. El chef Fran Martínez reinterpreta la tradición con una mirada contemporánea, logrando platos de una precisión técnica impecable y una expresividad sorprendente. Cada bocado revela un profundo conocimiento del producto local, desde los pescados del Mediterráneo hasta los sabores del secano manchego, reinterpretados con creatividad y sin artificio. El menú degustación es un recorrido sensorial que emociona sin estridencias, con armonías sutiles

y juegos de texturas que nunca eclipsan la esencia del ingrediente. La sala, sobria y elegante, encuentra su alma en Cristina Díaz, sumiller y jefa de sala, cuya selección de vinos —arriesgada, didáctica y brillante— eleva aún más la experiencia.

Maralba no es solo un restaurante de estrella Michelin: es un ejemplo de cómo el territorio puede dialogar con la alta cocina sin perder autenticidad. Una visita imprescindible para quienes buscan verdad, técnica y emoción en el plato.