

MAGAZINE:
ESTILO DE VIDA

FIN DE SEMANA

SELECCIÓN

26 SEPTIEMBRE 2025

24 H. EN

LIBROS CINE TEATRO MÚSICA VIAJES
CIENCIA NATURALEZA GASTRONOMÍA

PONTEVEDRA

p. 8

GARGANTA DE LOS INFIERNOS

p.10



LAS DELICIAS DEL JARDÍN
DE CINE

TANZANIA

p.6

RAMÓN FREIXA

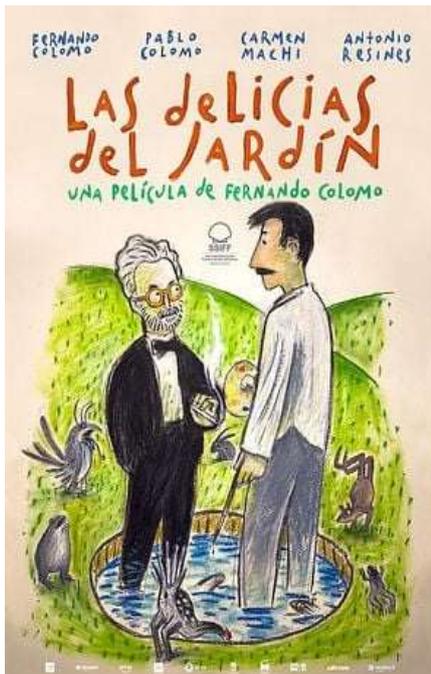
A MESA PUESTA...

GRUPO
Nexo

Las delicias del jardín

Arte en crisis

Una comedia coral con ternura, ironía y desencanto; retrata un espacio íntimo donde conviven recuerdos, ilusiones y desencuentros cotidianos con humor.



Fernando Colomo regresa con una obra que confirma su veteranía y su mirada siempre fresca sobre las relaciones humanas. La película se presenta como una comedia coral que, desde un entorno aparentemente doméstico, despliega un abanico de personajes y situaciones cargadas de ironía, melancolía

✉

Carmen Machi, Antonio Resines y María Hervás brillan junto a Luis Bermejo y Brays Efe. Fernando Colomo comparte escena con Pablo Colomo, Cumelén Sanz, Diana Peñalver y Alexandra Prokhorova, conformando un elenco coral, equilibrado y entrañable que refuerza emoción y humor.

y un humor reconociblemente colombiano. La dirección consigue que lo cotidiano adquiera un matiz poético y, al mismo tiempo, profundamente crítico con las fragilidades y contradicciones de nuestra sociedad. El guion equilibra con acierto lo ligero y lo trascendente, ofreciendo diálogos ágiles y situaciones que, aunque cómicas, contienen un trasfondo de desencanto y reflexión. Los personajes, bien delineados, representan arquetipos reconocibles sin caer en la caricatura, y logran transmitir emociones sinceras que invitan al espectador a reconocerse en ellos.

El reparto coral aporta solidez y naturalidad a la historia. Cada actor encuentra su espacio, generando un mosaico interpretativo en el que la química entre los personajes resulta determinante para la fluidez narrativa. La puesta en escena, aparentemente sencilla, está cuidada hasta el detalle: el jardín y los espacios interiores funcionan como escenarios simbólicos de la memoria, la convivencia y el paso del tiempo. Visualmente, la película opta por una estética limpia y contenida, en la que la luz y el color refuerzan el tono entre lo nostálgico y lo esperanzador. El resultado es un film que, sin grandes alardes, seduce por su honestidad, su capacidad de emocionar y su reivindicación del cine como observador privilegiado de lo humano.



FERNANDO COLOMO

✉

Fernando Colomo (Madrid, 1946) es director, guionista, productor y ocasional actor, considerado uno de los nombres esenciales del cine español contemporáneo. Arquitecto de formación, se volcó en el cine en los años setenta y pronto se convirtió en uno de los precursores de la llamada comedia madrileña. Su estilo se caracteriza por la ironía, el humor cotidiano y la mirada fresca sobre las relaciones personales y sociales. Entre sus títulos más destacados figuran Tigres de papel (1977), La vida alegre (1987), Bajarse al moro (1989) y La banda Picasso (2012). Ha trabajado con actores de varias generaciones y sigue activo con propuestas actuales. Su obra combina ligereza y crítica, siempre con un sello personal reconocible.



Una exposición que explora el concepto de desenfoco en el arte, de lo borroso e impreciso como elementos expresivos. La serie de los nenúfares de Monet introdujo el concepto de desenfoco en el arte y a través de esta muestra se analiza cómo este fenómeno pudo suponer una nueva forma de compren-

der el mundo para artistas posteriores. Una clave para una relectura de parte de la creación plástica moderna y contemporánea. Considerada mucho tiempo como un semejante de la pintura abstracta, esta serie ha sido también precursora de grandes instalaciones inmersivas. Pero el efecto borroso y desenfocado que caracteriza las amplias extensiones de agua de los lienzos nunca había sido analizado y es contemplado hoy en día

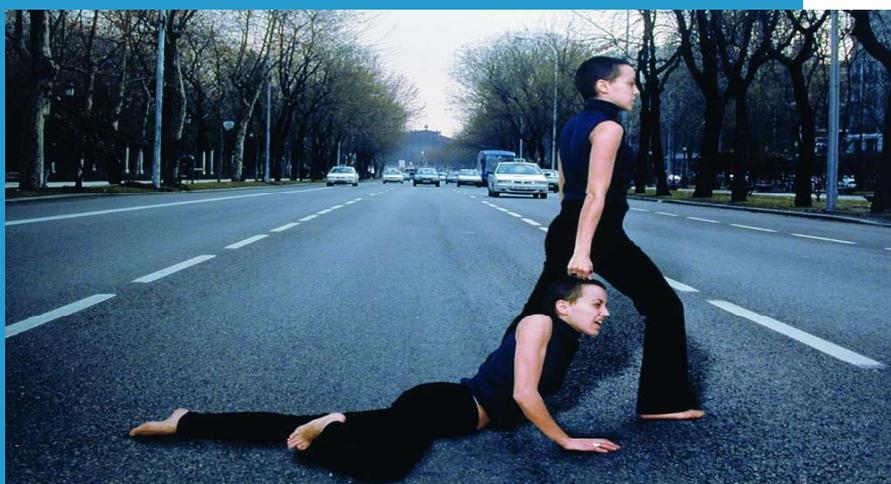
como una elección estética real. Tomando como punto de partida raíces estéticas del desenfoco en el siglo XIX y principios del XX, y siguiendo las convulsiones intelectuales, científicas, sociales y artísticas con las que creció el Impresionismo, ha sido concebida por el Musée de l'Orangerie de París con la colaboración de la Fundación "la Caixa".

Desendocado. Otra visión del arte. CaixaForum Madrid del 17 de septiembre al 12 de abril de 2026.

14 MILLONES DE OJOS

Del 24 de septiembre al 11 de enero en la Sala del Canal del Isabel II

Una exposición que recorre la historia de la creación de la colección fotográfica de la Comunidad de Madrid, conservada en el Museo CA2M de Móstoles, a través de 175 fotografías, 15 fotolibros y material de archivo, además de obras de más de un centenar de fotógrafos.





DANZA



María Pagés Compañía presenta en Matadero 'De Scheherezade'

Centro Danza Matadero de Madrid presenta De Scheherezade, una de las últimas creaciones flamencas de María Pagés Compañía, referente del flamenco contemporáneo internacional. El espectáculo podrá verse en la Nave del 26 de septiembre al 5 de octubre, con funciones de viernes a domingo.



TEATRO



El Teatro de la Comedia presenta el clásico 'Fuenteovejuna', de Lope de Vega

el Teatro de la Comedia de Madrid presenta hasta el 23 de noviembre el clásico de la dramaturgia española, Fuenteovejuna, del escritor del Siglo de Oro, Lope de Vega.

MÚSICA



La Fundación Excelentia presenta 'La Bohème' de Puccini en concierto

El próximo 28 de octubre a las 19.30 horas, la Fundación Excelentia presenta en el Auditorio Nacional de Música de Madrid la ópera La Bohème, de Puccini, una de las más emblemáticas de la historia de la música.



EXPOSICIÓN



El Instituto Italiano de Cultura expone 'La familia Cascella. Más allá del tiempo'

El Instituto Italiano de Cultura de Madrid presenta la exposición La familia Cascella. Más allá del tiempo, comisariada por Guicciardo Sassoli y abierta al público hasta el 8 de noviembre de 2025.



MUESTRA



El Foro Cultural de Austria muestra 'El modelo vienés de la vivienda social'

El martes 30 de septiembre el Foro Cultural de Austria presenta en la Escuela Técnica Superior de Arquitectura de Madrid la muestra del Ayuntamiento de Viena.

"La península de las casas vacías", de David Uclés

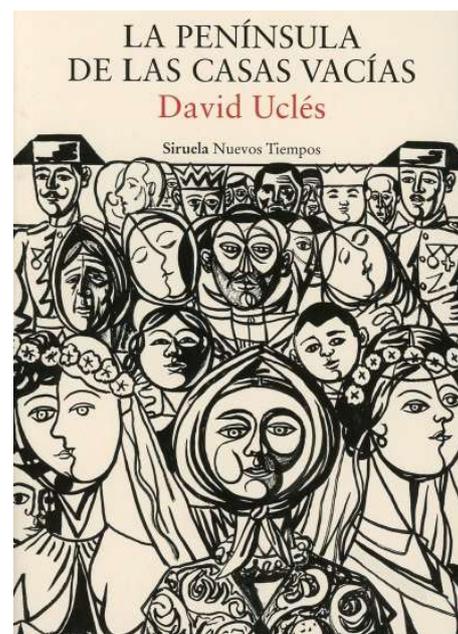
Una narración evocadora que retrata el abandono rural en la España vacía, entrelazando memoria, soledad y paisajes deshabitados, donde las casas desiertas se convierten en símbolos de pérdida y resistencia silenciosa.

La península de las casas vacías es una novela que se adentra en la memoria colectiva y en los efectos del abandono rural sobre el presente de España. A través de una prosa sobria, cargada de imágenes poderosas, la obra convierte el paisaje deshabitado en un personaje más, testigo de la soledad, de la emigración y del deterioro de una identidad que se resiste a desaparecer.

El relato oscila entre la evocación intimista y la reflexión social, mostrando cómo las casas desiertas, cubiertas de polvo y silencio, simbolizan tanto la pérdida como la posibilidad de renacimiento. En ellas se condensan historias olvidadas, familias que partieron en busca de un futuro mejor, sueños que quedaron interrumpidos y una herida que todavía late en el imaginario colectivo.

El estilo del autor combina lirismo con crítica, ofreciendo descripciones minuciosas de la geografía humana y natural, mientras se interroga sobre la relación entre progreso y desarraigo. Los personajes que atraviesan estas páginas —reales o metafóricos— se enfrentan a la ausencia, pero también encuentran en el vacío un espacio de resistencia y de reflexión sobre lo que significa pertenecer a un lugar.

En definitiva, se trata de una obra que trasciende lo local para hablar de lo universal: la necesidad de mantener vivas las raíces, la fragilidad de la memoria y el valor de rescatar del olvido aquello que nos constituye como comunidad.



DAVID UCLÉS

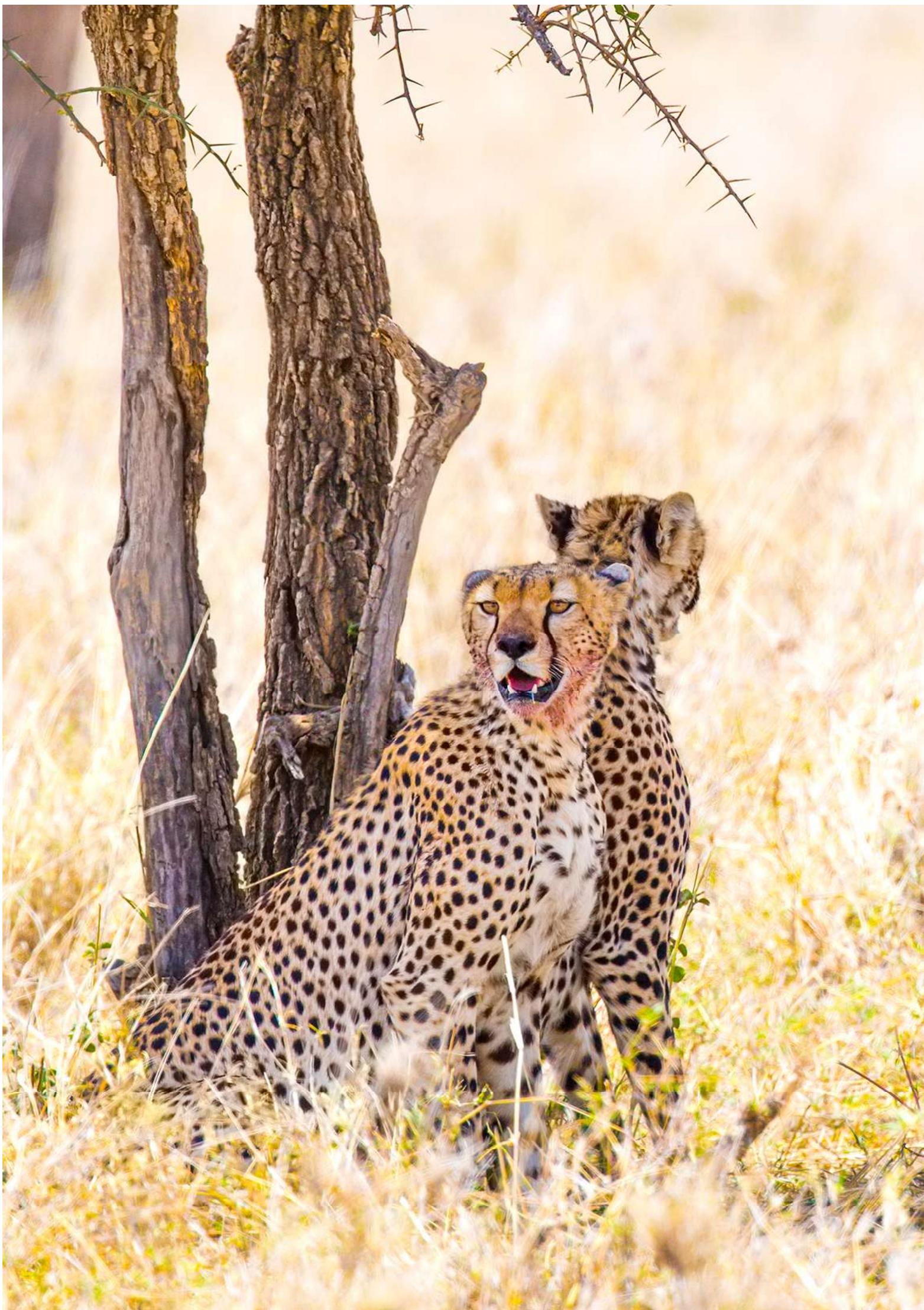
David Uclés (Úbeda, 1990) es escritor, músico y traductor. Ha vivido en distintos países europeos, experiencia que nutre su obra. Su primera novela, fruto de quince años de trabajo, explora memoria, desarraigo y abandono rural.



HISPANIDAD 2025

Este año se celebrará del 3 al 12 de octubre con más de 200 actividades repartidas por distintos puntos de la capital. Contará con Argen-

tina como país invitado en esta quinta edición, que consolida el evento como una cita de referencia para conmemorar la Hispanidad a ambos lados del Atlántico.



Tanzania: naturaleza salvaje incomparable

Tanzania ofrece una experiencia única, combinando safaris en parques legendarios como el Serengeti y el cráter del Ngorongoro, con playas paradisíacas en Zanzíbar. Su riqueza cultural, biodiversidad y paisajes inigualables convierten al país en un destino turístico fascinante y completo.



ZANZÍBAR, LA ISLA DE LAS ESPECIAS

Zanzíbar, archipiélago de Tanzania, combina playas de arena blanca y aguas turquesas con un legado cultural único. Stone Town, su capital histórica, destaca por la arquitectura swahili y árabe. Conocida como “la isla de las especias”, ofrece aromas exóticos, mercados vibrantes y una mezcla fascinante de historia, tradición y relax paradisíaco para los viajeros.

✉ texto: [SFS](#)

El estallido de la naturaleza africana

Tanzania es uno de los destinos turísticos más completos y fascinantes de África, capaz de combinar naturaleza salvaje, paisajes únicos y riqueza cultural. Entre sus principales atractivos se encuentran los parques nacionales, que ofrecen algunos de los mejores safaris del mundo.

El Serengeti es, sin duda, el más emblemático: escenario de la Gran Migración, millones de ñus y cebras atraviesan sus llanuras en busca de pastos, acompañados de depredadores como leones, guepardos y hienas.

Otro destino imprescindible es el cráter del Ngorongoro, un ecosistema cerrado que alberga una extraordinaria concentración de fauna en un entorno natural impresionante. Jirafas, elefantes, rinocerontes negros y flamencos rosados conviven en este paraíso declarado Patrimonio de la Humanidad.

El Monte Kilimanjaro, la montaña más alta de África, atrae a excursionistas y montañeros de todo el mundo. Su ascenso, además de un desafío físico, regala paisajes espectaculares, desde bosques tropicales hasta cumbres nevadas.

En la costa, la isla de Zanzíbar aporta un contraste perfecto: playas de arena blanca, aguas turquesas y un rico legado histórico, fruto de su papel como centro comercial de especias. Stone Town, su capital, es Patrimonio de la Humanidad por su arquitectura y cultura mestiza.

En conjunto, Tanzania combina aventura, descanso y descubrimiento, ofreciendo al viajero una experiencia inolvidable que aúna naturaleza salvaje, historia y hospitalidad africana.



PONTEVEDRA

Pontevedra, en Galicia, sorprende como destino turístico por su casco histórico peatonal, lleno de plazas, iglesias y palacios que conservan un encanto medieval. La ciudad ofrece una vida tranquila junto a su ría, con gastronomía basada en mariscos y vinos de la región. Sus museos, el ambiente cultural y la cercanía a las Rías Baixas convierten a Pontevedra en un lugar perfecto para disfrutar de historia, naturaleza y tradición gallega.

✉ 1. PLAZA DE LA LEÑA

Encantadora plaza medieval rodeada de casas de piedra con balcones de madera. Su ambiente tradicional y terrazas la convierten en un punto de encuentro lleno de vida y encanto histórico.



✉ 3. RUINAS DE SANTO DOMINGO

Resto gótico del antiguo convento dominicano, integrado en el Museo de Pontevedra. Sus impresionantes arcos y capiteles esculpidos evocan la grandeza de la orden y la memoria medieval.



2. IGLESIA VIRGEN DE LA PEREGRINA

Templo barroco-neoclásico con planta en forma de vieira en honor a los peregrinos del Camino Portugués.



✉ 4. BASÍLICA DE SANTA MÁRIA LA MAYOR

Templo renacentista plateresco construido por el gremio de mareantes.



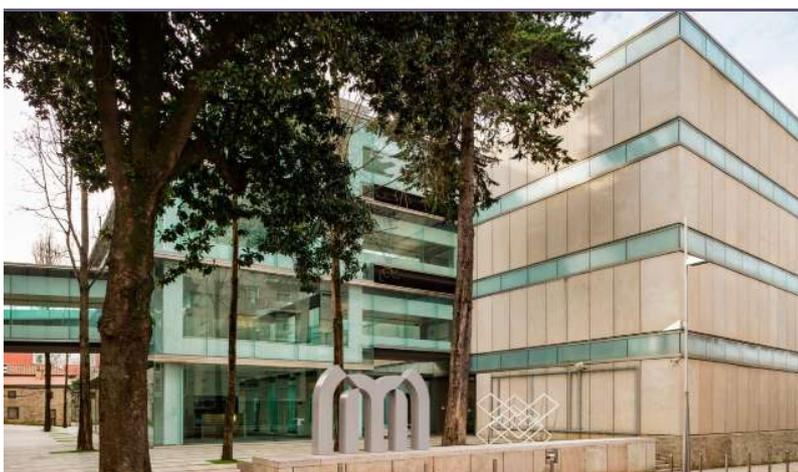
✉ 5. PUENTE DE O BURGO

Puente medieval sobre el río Lérez, testigo del origen de la ciudad. Remodelado con los siglos, sigue siendo un lugar simbólico y de paso hacia el casco histórico.



✉ 6. MUSEO DE PONTEVEDRA

Conjunto museístico que abarca varios edificios, alberga colecciones de arte gallego, arqueología y piezas singulares como orfebrería prerromana. Es referencia cultural y punto clave para conocer la historia local.



Parque Natural de la Garganta de los infiernos

El Parque Natural de la Garganta de los Infiernos, en el Valle del Jerte (Cáceres), es famoso por sus piscinas naturales conocidas como “marmitas de gigante”. Rodeado de bosques de robles y castaños, ofrece rutas de senderismo, cascadas espectaculares y una gran biodiversidad. Es un enclave perfecto para disfrutar de naturaleza, aventura y tranquilidad.

¿CÓMO LLEGAR?:

Para llegar al Parque Natural de la Garganta de los Infiernos, se accede por carretera desde Plasencia hacia el Valle del Jerte, siguiendo la N-110. El centro de visitantes está en Cabezuela del Valle, donde parten rutas señalizadas. También es posible llegar en autobús desde ciudades cercanas.

RIQUEZA

El Parque Natural de la Garganta de los Infiernos alberga una extraordinaria diversidad de flora y fauna gracias a su ubicación en el corazón del Valle del Jerte. Sus bosques mixtos de robles, castaños, alisos y fresnos se combinan con matorrales de brezos, jaras y helechos, creando un entorno único

que cambia de color con las estaciones. En primavera, los cerezos en flor ofrecen un espectáculo inigualable. La fauna es igualmente rica: destacan mamíferos como la cabra montés, el jabalí o el zorro; aves rapaces como el buitre leonado y el águila real; además de anfibios y reptiles que encuentran en sus ríos y charcas hábitats idóneos. Esta biodiversidad convierte al parque en un auténtico santuario natural protegido.

EN LA HISTORIA

La historia del Parque Natural de la Garganta de los Infiernos está íntimamente ligada al Valle del Jerte y a las comunidades que lo han habitado durante siglos. Este espacio natural, situado en el norte de Cáceres, ha sido tradicionalmente un territorio de paso y de aprovechamiento de recursos naturales. Sus gargantas, cascadas y bosques fueron utilizados por pastores trashumantes que, siguiendo la Cañada Real, conducían sus rebaños desde las tierras extremeñas hasta la meseta castellana.

La abundancia de agua favoreció la instalación de molinos y huertos, además de propiciar el cultivo de cerezos, que siglos después darían fama internacional a la comarca. Asimismo, su abrupta orografía lo convirtió en un refugio natural para fauna salvaje y, en épocas pasadas, incluso para bandoleros y huidos de la justicia.

El nombre "Garganta de los Infiernos" proviene de la fuerza de sus corrientes y del carácter imponente

de sus formaciones rocosas, que impresionaban a quienes transitaban la zona. Con el tiempo, el lugar pasó de ser visto como agreste e inhóspito a convertirse en un símbolo de belleza natural. En 1994, el Gobierno de Extremadura declaró la Garganta de los Infiernos Parque Natural, reconociendo su extraordinario valor ecológico, paisajístico y cultural.



Visitar la Garganta de los Infiernos es sumergirse en un paraíso natural de cascadas, pozas cristalinas y senderos entre bosques. La experiencia combina aventura, relax y contacto directo con la biodiversidad, ofreciendo un entorno único para disfrutar del paisaje, el silencio y la energía del agua.



Ramón Freixa

un exquisito remanso de paz

✉ A MESA PUESTA por ALBERTO BARCIELA
Periodista, Premio Nacional de
Gastronomía Álvaro Cunqueiro

El universo de estrellas de Freixa Ramón Freixa y David han creado un universo de estrellas que no solo encontrarán enseguida el máximo reconocimiento de la guía Michelin, sino, y sobre todo, el de la clientela. Un lugar donde la excelencia de la cocina se abraza con el calor humano.



En el corazón del barrio de Salamanca, la calle Velázquez se despliega como un lienzo donde la luz de Madrid dibuja una elegancia serena.

Cerca del número 24, la presencia del Hotel Wellington y las fachadas clásicas de los edificios crean un ambiente de lujo silencioso. En este rincón exclusivo, con el Parque del Retiro a un paso, se encuentra el restaurante de Ramón Freixa, un "hogar gastronómico". La experiencia en este espacio es una fusión entre la calidez de los anfitriones, Ramón Freixa y David del Castillo, y la exquisitez de una cocina que el chef catalán define como "un fractal" de tradición y vanguardia. Freixa, tres Soles Repsol y ex dos estrellas Michelin, eleva el producto a la categoría de arte, siguiendo la máxima de que "la cocina de vanguardia sin raíces no es nada". El diseño del restaurante, obra de Alejandra Pombo, se divide en el área Tradición,

que evoca las brasseries parisinas, y Atelier, un espacio de creatividad. Cada detalle, desde los balcones de hierro forjado hasta la luz del atardecer, contribuye a crear un remanso de paz. El servicio, liderado por un equipo que se mueve con la precisión de una coreografía, transforma la comida en un relato sensorial, una "narrativa que se despliega bocado a bocado". La velada, una tertulia sosegada, concluye con la sensación de haber encontrado un hogar. Ramón y David han logrado un universo donde la excelencia culinaria se abraza con el calor humano, ofreciendo una experiencia que es a la vez sublime y personal. Un lugar donde el alma se nutre, como se degustan las palabras. Una experiencia que es un cielo de estrellas.