



**SPORT&STYLE** SUPLEMENTO DE ESTILO DE VIDA DE **DIARIO SPORT**

● MUY COOL: Regalos con amor ●  
ZONA VIP: Descubre a quién admira Amaia, ganadora de OT ● PSICO  
STYLE: Desmontando los mitos de San Valentín

Mucho no necesita el presentador a San Valentín. Ya vive inmerso en el amor gracias al programa First Dates, a su querido teatro Reina Victoria y a su pasión por el Athletic.



**CARLOS SOBERA**

**Gran**  
**c**  **razón**



**CARLOS SOBERA** APASIONADO DEL FÚTBOL, EL ACTOR APLAUDE EL TRABAJO DE ERNESTO VALVERDE

# “No me duele mi Athletic”



CARME BARCELÓ CRISTINA GONZÁLEZ  
FOTOS

**A**lfombra roja. Palcos rojos. Platea roja. Todo acompaña para entrevistar a un hombre que despierta y hace despertar pasiones desde la pequeña pantalla y el teatro. Llega envuelto en una bufanda, medio acatarrado. De la famosa ceja que sube y baja, santo y seña de Carlos Sobera, ni hablamos. Ya posa él ante la fotografía con su marca de la casa a la que añadimos sus otros colores, el blanco y rojo del Athletic. El actor recuerda “esos años, el 83 y el 84, en que lo ganamos todo. Desde entonces, ni están los títulos ni se les espera. ¿Dolerme? No. A mí el Athletic no me puede doler. Esa es su filosofía, su identidad. No hay otra”. Soñar es gratis, claro, y Sobera piensa que “si Messi hubiera llegado con 13 años a Bilbao llevaríamos 8 ligas y 5 Champions. Pero como eso es imposible, me quedo con mi equipo del alma. Y que luche, peleé y juegue bien al fútbol. Como lo hace ahora el Barça con Valverde. Hizo una gran labor con el Athletic y estaba seguro que iba a triunfar en Barcelona. Tiene un gran talento humano, sentido común y mano izquierda”. Para Carlos, “ser del Athletic supone que cuando ganas, lo disfrutas mil veces más. Lo peor es tener pocas aspiraciones deportivas importantes”. No le importaría “cambiar la filosofía para poder ser más competitivos” y recuerda, en las bambalinas de su teatro Reina Victoria, a los jugadores que “admiraba cuando era un chaval, como Rojo I. Después llegaron Dani, Sarabia y Julen Guerrero, nuestro Iniesta”. Recogemos rápido. Le esperan en una reunión. Mira su mano, con las rayas rojiblancas, y se la lleva al corazón. Y no, no es puro teatro.



## En el teatro y en la televisión

Carlos Sobera es un pluriempleado feliz... y agotado. En este momento tiene en cartel ‘5 y acción!’, la obra que protagoniza junto a Marta Hazas y Javier Veiga en su teatro Reina Victoria. Hace unas semanas estrenó nuevo programa en Telectinco, ‘Volverte a ver’ y sigue triunfando con ‘First Dates’ (Cuatro), un auténtico fenómeno televisivo que consigue ser ‘trending’ topic cada día.







MAKING OFF

Las bambalinas del teatro Reina Victoria son tan auténticas como él. Allí colocamos los focos que convivieron con los trajes de brillos de Marta Hazas, Goyas peso pluma y muchos recuerdos.



40 piezas de sushi de **Sushita**



Chaqueta de **North Sails**



Set de afeitado de **Rowenta**



Anti edad masculino de **Selvert Thermal**



Chaqueta de **Alexander McQueen**

Serum de **Perricone MD**



El que más y la que menos alberga la esperanza de recibir un **regalo el próximo 14 de febrero**. Te proponemos varias opciones para sugerir y para obsequiar.



Mochila de **Show Beach**

Ropa interior de **Calvin Klein**



Zapatillas de **Adidas**



En tonos ácidos de **New Balance**



Edición limitada de **Bikkembergs**



Una scooter plegable y eléctrica

La firma luxemburguesa **Ujet** ha presentado una scooter plegable y eléctrica que promete revolucionar el mercado. No hay mejor regalo para un o una urbanita que este vehículo de diseño vanguardista que pliega en tres su estructura. Modifica la posición de los mandos para reducir su tamaño hasta los 57 x 84 cm y puedes subirlo en el ascensor. Una virguería.

Reloj de **Eterna**



Zona VIP



Amaia admira a Messi

La flamante ganadora de Operación Triunfo, Amaia Romero, reconoció en la Academia que es una gran admiradora de Leo Messi. Aunque no es muy futbolera, defendió este deporte y se emocionó al saber que la plantilla de Osasuna le había dedicado un vídeo.

Seis diseñadores de **Adlib Moda Ibiza** mostraron sus nuevas colecciones en el marco de la feria internacional de moda, Momad Metrópolis Madrid. Este fue el avance de lo que será la próxima Pasarela Adlib que se celebrará en Ibiza los días 7, 8 y 9 de junio.



**Francisco Castaño** presenta el jueves a las 19.00 en FNAC L'Illa su libro 'La mejor medalla: su educación'. El ex ciclista '**Purito**' Rodríguez y la periodista **Carme Barceló** explicarán lo que significa el binomio 'deporte y educación'.



Ya os podéis inscribir en el torneo de pádel solidario de la **AECC** que se celebra del 22 al 24 de este mes en **DIR Sant Cugat**.





**PsicoStyle**

# Desmontando los mitos de San Valentín

**SILVIA CONGOST**  
Psicóloga experta  
en autoestima y dependencia

**C**uando hablamos de San Valentín es importante que hagamos un viaje hacia el pasado, hasta remontarnos a los tiempos del Imperio Romano.

Hay varias hipótesis que intentan explicar el origen de esta fiesta tan extendida en nuestro presente. Los argumentos, van desde ejecuciones realizadas a los jóvenes fértiles del territorio y que fueron salvados por un religioso llamado Valentín, hasta la existencia un mártir llamado Valentín que fue brutalmente ejecutado.

Pero sea cuál sea el origen de esta fiesta tan conocida y popular en nuestros días, la pregunta es: ¿Necesitamos dedicarle un día al amor? ¿Es realmente importante que haya un día para celebrar que estamos enamorados? ¿Y qué ocurre si llega ese día y no lo estamos? ¿Qué pasa si resulta que no tenemos pareja, mientras todo nuestro entorno nos recuerda lo especial que sería ese día si la tuviéramos?

Cuando ponemos tanto empeño en un día concreto, para que todo salga bien y para que cubra nuestras expectativas, debemos tener claro que cuanto más altas sean estas, de más alto podemos caer si no se cumplen. A menudo veo como en días como este, uno se decepciona de su pareja, si este no cumple con aquello que esperábamos, generando fuertes discusiones.

En mi opinión, no deberíamos necesitar un día para pensar o dedicarle al amor. El amor es lo más importante que existe y lo que más deberíamos cuidar, pero nos equivocamos si al pensar en ello, nos referimos a alguien externo, a otra persona. Deberíamos comprender que la relación de amor



más importante de todas, es aquella que mantenemos con nosotros mismos. No podemos amar bien a alguien si no nos amamos, no podemos ofrecerle nuestra mejor versión a otra persona, si no nos la creemos de verdad.

De este modo, dejaríamos de depender de lo que sientan los demás para sentirnos bien. Dejaríamos de necesitar a determinadas personas, que a veces ni siquiera nos aman aunque no queramos aceptarlo. Nos da pánico la soledad y sentir que no tenemos pa-

reja, que nadie nos ha elegido, porque esto nos lleva a pensar que no somos suficientes y por lo tanto, no somos queribles.

Y claro, si además de sentir eso, resulta que llega el día de San Valentín, en el que pensamos que todos los demás están enamorados y felices festejándolo, todos menos nosotros, aún nos sentimos más desgraciados.

San Valentín es una construcción de nuestra sociedad, una oportunidad para muchos comerciantes y el día del amor debería ser

la celebración del amor incondicional hacia nosotros mismos. Y si tenemos pareja, es importante celebrar nuestro amor día tras día, aceptando y reconociendo al otro por ser como es. Sin exigir, sin manipular, sin forzar nada.

En definitiva, cuando hablamos de San Valentín, estamos hablando de la fiesta de la fertilidad de la Antigua Roma, que se convirtió después en el día para conmemorar a un mártir y que acabó transformándose finalmente en un gran negocio.

**SPORT & STYLE****Directora:**  
Carme Barceló**Email:**  
sportstyle@diariosport.com**Teléfono:**  
93 227 94 00**SÍGUENOS EN:**

sport.es



@sportstyle\_



@sportstyle15



## Libros y películas para compartir... o no

- 1. Perfectos desconocidos.** Comedia. Director: Alex de la Iglesia  
En una cena entre cuatro parejas, que se conocen de toda la vida, se propone un juego que acabará por desvelar sus secretos mejor guardados: leer en voz alta los mensajes y responder públicamente las llamadas que reciben en sus móviles en el transcurso de la cena.
- 2. Cuando amar demasiado es depender.** Silvia Congost. Planeta/Zenith  
Manual imprescindible para superar la dependencia emocional, recuperar la autoestima y fortalecerse para iniciar una nueva vida, libre del miedo a quedarse solo.
- 3. El arte de la pareja.** Ramiro Calle. Kailas.  
Tan importante es saber escoger como saber dejar. A través de testimonios anónimos y de personajes conocidos, se dan las claves para una convivencia enriquecedora, o bien los secretos para afrontar una ruptura.
- 4. Los límites del amor.** Walter Riso. Planeta/Zenith  
El amor no lo justifica todo. Es la máxima de este libro, que apuesta por amar sin renunciar a uno mismo y que huye de la idealización y sentimentalismos exagerados.



- 5. Tu segunda vida empieza cuando descubres que solo tienes una.** Raphaëlle Giordano. Grijalbo  
Es un manual de coaching camuflado en novela. Es la historia sobre una madre de familia que está cansada de la rutina y no sabe cómo cambiar su vida hasta que un día se cruza con un curioso terapeuta y decide seguir sus originales consejos.