

JUNIO 2018

4,95€ (SPAIN ONLY)

marie claire

www.marie-claire.es

Splash !!!

LOS TRAJES DE BAÑO,
EL MAQUILLAJE Y
LAS RUTINAS BEAUTY
PARA SACAR
EL MÁXIMO PARTIDO

al SOL

BUSINESS

LAS CLAVES DE
LA CREATIVIDAD
(POR 4 EXPERTAS)



LOS 10 MEJORES
CONSEJOS
QUE NO HABÍAS
ESCUCHADO
ANTES

**BELLEZA
TIME'S UP!**
CUENTA ATRÁS
PARA TU
CUERPO
SOÑADO

GEMMA NIERGA
ENTREVISTA A
PAOLO VASILE:
*"Más que enfadarse
por lo que ven,
algunos deben
agradecerme
lo que no ven
en la televisión"*

100% denim

NUEVOS AIRES PARA TUS VAQUEROS



CANARIAS 5,10€

PLANETA MUJER

LA MUJER QUE ENSEÑA A TENER GANAS

Desde las aulas hasta los fogones, la profesora, 'coach' y doctora en ADE **Adela Balderas** enseña a querer aprender.



Adela Balderas veranea en las librerías de Inglaterra. Durante los meses en los que no enseña, aprende. Es profesora de másteres en el Basque Culinary Center, de otro de lujo y moda en ESIC, *coach* para desempleados en un programa de la Universidad de Deusto, doctora en Dirección y Administración de Empresas y profesora invitada en la Universidad de Oxford. Su mundo, cuenta, está en la formación. El trabajo se le cuele hasta en casa, pero ella tampoco lo frena. "Mi filosofía es que todo es mi vida. Si lo profesional no está bien, me afecta en lo personal. Afortunadamente, mi pareja siempre me ha conocido así. Sin él, no ha-

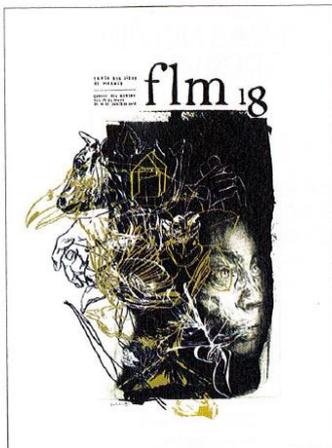
"EL ENTUSIASMO Y LA CURIOSIDAD TE MANTIENEN JOVEN. ESTAR DE VUELTA DE TODO ES UNA PEREZA"

bría sido posible todo esto. Al final necesitas una persona que te apoye, que te diga 'tú puedes'. Antes que él estuvo su madre. Le enseñó que fuera lo que fuese que hacía, lo debía hacer bien. Para sentirse orgullosa de sí misma. Ahora Adela enseña lo que aprendió en casa. En las aulas su objetivo es ayudar a que los alumnos reluzcan. A los futuros cocineros les enseña a escuchar, a

observar, a gestionar equipos, a acorazar la creatividad natural. A los alumnos sin trabajo, a rearmarse. Les ayuda a recordar en qué destacaban. Que con las personas intentaba siempre "mirar más allá" ya lo intuía antes de que en Stanford y la Universidad de Nueva York le señalaran la teoría. Lo que no pudo aprender en las aulas era la curiosidad. Venía de serie. Allí nutría la suya, pero no sabía ponerle palabras. Su método, dice, es siempre el ejemplo. "Hay que hacer cosas diferentes con miradas distintas, leer lo que no sueles, viajar lo que puedas. El cinismo y creer que estás de vuelta de todo es una pereza. El entusiasmo y la curiosidad te mantienen joven".

EN PRIMERA PERSONA

En el cartel de la Feria del Libro de Madrid (del 25 de marzo al 10 de junio), la protagonista redirige la atención a otras mujeres. Y de ellas hasta alcanzar a prosistas, poetas, ensayistas, personajes de ficción. La ilustradora Paula Bonet quería que las mujeres en la



literatura dejaran de estar "mudas, invisibilizadas, narradas por una voz masculina". Mientras ella pudiera hacer algo, las mujeres dejarían de "ser el objeto para ser el sujeto de nuestra propia historia". Al rostro, protagonista, de Chimamanda Ngozi Adichie le brotan de la boca los lirios que Sara Herrera "vomita" en un poema. A su alrededor, en tinta china, el gorrion de Emily Dickinson y las manos del bebé de Luna Miguel se enlazan con la obra de Marina Tsvetáieva, Anne Sexton y Elena Medel.



SISTER FA

Su padre quería que fuera diplomática. Lo de que Fatou se pusiera a cantar no le gustaba un pelo. Hasta que escuchó sus primeras canciones. Le parecieron "formidables". En ellas un kora, una especie de banjo regional, marcaba el ritmo de un hip-hop escrito en lengua wólof. El 40% de la población senegalesa entendería sus críticas a la guerra civil de

Casamance y sus advertencias sobre el sida. Pero el mensaje por el que se la conoce internacionalmente es su denuncia de la ablación. A ella la mutilaron antes de comenzar el colegio. "Saben que si te cogen mayor, opondrás resistencia". Desde hace una década, Sister Fa recorre los colegios de Senegal ofreciendo conciertos. A los niños les canta que "cuando a ti te cortan, es como si te cortaran una uña; cuando cortan a una niña, el dedo".