

ADORABLE

(Elskling)
una película de LILJA INGOLFSDOTTIR



FESTIVAL DE KARLOVY VARY

Premio Especial del Jurado y mejor actriz (Helga Guren)



BCN FILM FESTIVAL

Premio al mejor guion

SINOPSIS

Maria hace malabarismos con cuatro hijos y una carrera exigente mientras su segundo marido, Sigmund, viaja todo el tiempo. Cuando, tras una agria discusión, este le pide el divorcio, Maria deberá enfrentarse a sus miedos y aprovechar la oportunidad para conocerse a sí misma, crecer y aprender a aceptarse.

FICHA TÉCNICA

Dirección	LILJA INGOLFSDOTTIR	Fotografía	ØYSTEIN MAMEN	Una producción de AMARCORD Y NORDISK FILM
Guion	LILJA INGOLFSDOTTIR	Montaje	HILDE BJØRNSTAD	
Producción	THOMAS ROBSAHM		MIRJA MELBERG	
				Distribuida por ACONTRACORRIENTE FILMS

FICHA ARTÍSTICA

Maria	HELGA GUREN	Marido de Maria	KYRRE HAUGEN SYDNES	Terapeuta	HEIDI GJERMUNDSEN
Sigmund	ODDGEIR THUNE	Hija de Maria	MAJA TOTHAMMER-HRUZA		

DATOS TÉCNICOS

Color		Nacionalidad:	Noruega	V.O. en noruego con subtítulos en castellano.
Sonido:	Dolby Digital	Fecha de estreno:	3 de octubre de 2025	
Año de producción:	2024	Duración:	101 min.	

¿Quieres hablar de cine con nosotros y contarnos lo que piensas de las películas que ves en los Renoir?

Hablemos de cine

LA GranILUSIÓN

lagranilusion.cinesrenoir.com



www.twitter.com/CinesRenoir



www.facebook.com/CinesRenoir


EUROPA CINEMAS
MEDIA-PROGRAMME OF THE EUROPEAN UNION

5519

Disfruta mucho más por mucho menos

Más información en nuestra página web

www.cinesrenoir.com



RENOIR

PLAZA ESPAÑA • PRINCESA • RETIRO • FLORIDABLANCA

ADORABLE (Elskling) una película de LILJA INGOLFSDOTTIR

LA DIRECTORA

LILJA INGOLFSDOTTIR es una directora, guionista y productora que debuta en el largometraje con esta película.

RESEÑAS DE PRENSA

(Publicado en La Razón. por Agencia EFE. Sofía Campos)

La Adorable Lilja Ingolfsdottir, presidenta del Club de Malasmadres

Señala a los cuentos que nos ha contado Disney en su estreno en el largometraje: “La mayor mentira de la historia, una sola persona no puede satisfacer todas tus necesidades”

La cineasta Lilja Ingolfsdottir dedica su debut en el largometraje a la maternidad, las relaciones de pareja y las rupturas con **Adorable**, un filme que explora aspectos de la mujer que “rara vez se ven en el cine” y que retrata la dificultad de “ser madre y tener una vida laboral al mismo tiempo”, según explica en una entrevista con EFE.

“La idea surgió de una experiencia muy personal, de una crisis con mi esposo hace años”, explica Ingolfsdottir en entrevista con EFE, aunque asegura que la película no trata sobre la tensión entre un hombre y una mujer, sino sobre el “material más profundo” que uno aporta a una relación, los “asuntos psicológicos” y las “barreras” que se construyen “contra el amor”.

Maria (Helga Guren) hace malabarismos con cuatro hijos y una carrera exigente mientras su segundo marido, Sigmund, viaja todo el tiempo, hasta que un día se enzarzan en una discusión que lleva a Sigmund a pedirle el divorcio.

“Hay mucho de mí en ella”, reconoce la directora, pero asegura que al principio tuvo que “mantenerse distante”, hasta que comprendió que está muy unida al personaje y que quería mostrar todo lo que hay detrás de una ruptura.

“A menudo pienso que crecimos con la historia de Disney que dice que si encuentras a la persona perfecta, ésta satisfará todas tus necesidades, cumplirá todos tus deseos y serás feliz para siempre”: “Es la mayor mentira de la historia, una sola persona no puede satisfacer todas tus necesidades”, sentencia la cineasta.

La película es realmente una crítica a la sociedad, y Ingolfsdottir señala la gran cantidad de presión bajo la cual viven las mujeres: “Se supone que debemos vivir sanas, hacer ejercicio, estar presentes y amarnos, y esto es imposible”.

Así, asegura que aunque “todas las parejas modernas” se encuentran bajo esta presión, son las mujeres las que pueden “identificarse más” con la película, pues “están mucho más conectadas con sus hijos”.

“Conozco a directores con seis hijos y todo va bien; pero también hay mujeres con un solo hijo y es muy diferente porque sienten la responsabilidad de un modo distinto”, señala la cineasta. Es por eso que asevera que “es muy difícil ser madre a tiempo completo y tener una vida laboral al mismo tiempo”.

Lilja Ingolfsdottir tenía muchas ganas de explorar estos aspectos de la mujer que “rara vez se ven en el cine”, pues asegura que a menudo se ve como un “objeto de deseo” o una “víctima”. Y se preguntó: “¿Qué tal si creo una mujer que sea un ser humano real?”. De esta manera, asegura que no se ve la “ira femenina” en el cine, y que el enfado de las mujeres se debe, en muchos casos, a la impotencia.

Así que cuando empezó a idear el filme, se dio cuenta de que estaba entrando en una especie de tabú femenino, y se preguntaba: “¿De verdad quieres mostrar a una mujer así, enfadada?”.

Pero tras el lanzamiento de la película, gente de todo el mundo le escribía diciéndole: “Soy yo. La película soy yo. Es mi vida. Es mi madre. Es mi marido”.

Ingolfsdottir señala que uno de sus objetivos era romper con la idealización de la madre perfecta: “Las madres que no tienen apoyo no pueden ser buenas madres”, afirma, pues en su opinión, muchas mujeres hoy en día están solas, sin respaldo familiar y sin trabajo: “Sin apoyo, la maternidad no es fantástica, es terrible”, resume.

La cineasta también destaca el trabajo de Helga Guren, que encarna a María, por su “autenticidad y profundidad emocional”, y explica que “aporta matices distintos en cada escena”, especialmente en aquellas donde el dolor y el llanto están muy presentes.

Lilja Ingolfsdottir no quiere ofrecer respuestas fáciles, sino abrir un espacio a la reflexión, donde cada espectador proyecte su propia historia sobre los personajes: “Algunos piensan que él es culpable; otros, que ella es insoportable. Me interesa esa ambigüedad. Quiero que cada quien lea la película a su manera”.

EL REPARTO

HELGA GUREN es una actriz que ha trabajado en **Blind**, **Rosemari**, **Hjertestart**, **Vann over ild**, **Smerteterskel...**

ODDGEIR THUNE es un actor y guionista, presente en filmes como **Pornopung**, **Pyromanen**, **Now It's Dark**, **Blindone**, **Tina & Bettina 2: The Comeback...**

KYRRE HAUGEN SYDNESS es un actor y músico que ha participado en **Max Manus**, **Vegas**, **A casa por Navidad**, **Pax**, **Headhunters**, **La leyenda de Ragnarok**, **Venden venter**, **El túnel...**

MAJA TOTHAMMER-HRUZA es una actriz que debuta en el cine con esta película.

