



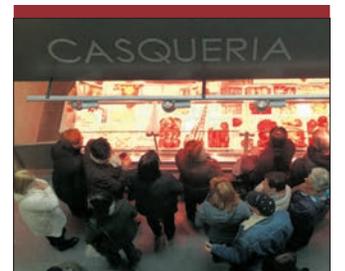
107

Francisco Delso Gonzalo no aparenta los 107 años que marca su DNI. Con un estado físico y una cabeza envidiable recuerda sus trabajos en el campo y el ferrocarril. “Las cosas han cambiado mucho”, aunque la esencia se mantiene. “No me gusta discutir con la gente”. Tal vez ese sea el secreto.

PÁGS. 14 Y 15



DAVID ALMAJANO



ENCAPITAL PÁGS. 6 Y 7

El nuevo mercado abre sus puertas

14 puestos de fresco y un supermercado abierto 24 horas estrenan unas instalaciones que quieren servir como revulsivo para revitalizar el centro de la ciudad. Mínguez: “Es un paso más en la transformación de Soria”.

ENPROVINCIA PÁGS. 10 Y 11

2.000 piezas de Historia

Pedro Delgado recoge en su particular museo de Navaleno más de 2.000 objetos, que narran la vida de la provincia en las últimas décadas. Son 30 años poniendo en valor lo que otros quieren tirar.



ELREPORTAJE PÁG. 4 Y 5

Devoción y tradición de 2.400 cofrades



ENDEPORTES PÁGS. 18 Y 19

El Duero, lugar ideal para el piragüismo



LANOTICIA PÁG. 3

COPISO, 50 años mirando al futuro

Mes del Socio de Caja Rural de Soria

www.club socio.es

SER SOCIO TIENE VENTAJAS



A TU MANERA[®]



POR TIEMPO LIMITADO



1'49€
ELIGE ENTRE:

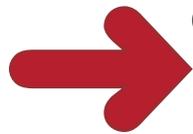
9 NUGGETS



9 AROS DE CEBOLLA



Promoción válida del 14 de marzo al 10 de abril de 2017 en restaurantes adheridos. PVP 1,49€ a elegir entre 9 aros de cebolla o 9 chicken nuggets. Consultar restaurantes adheridos a la promoción en www.burgerking.es. No válido en Baleares. La imagen de la salsa que se muestra en este cartel es ilustrativa. Las marcas y logos de Heinz son marcas registradas y usadas bajo licencia de H.J. Heinz Foods UK Limited. TM Burger King Corporation. © 2017 Burger King Europe GmbH. Todos los derechos reservados.



COMPROMISO CON EL MEDIO RURAL DE SORIA

LA PRIMERA reunión para plantear la creación de la cooperativa COPISO se realizó el 2 de febrero de 1967, y la primera asamblea general de socios el 14 de diciembre. En el año 1970 se inauguró la primera fábrica de piensos. Y desde entonces, COPISO no ha dejado de crecer.



la noticia



El presidente actual, Francisco Javier Blanco (centro), con los ex presidentes Jesús Borque (sentado), Baraquisio Calvo (izquierda) y Ángel Fernández (derecha). /SN

tencia de COPISO han hecho posible que, con su esfuerzo, sacrificio y lealtad, la cooperativa esté ahora donde está, en su momento de mayor proyección de expansión.

El presidente destaca el papel de motor de COPISO en el desarrollo del sector agrario de Soria, pero también del conjunto del medio rural y de la provincia. "Un compromiso que vamos a seguir manteniendo, porque forma parte del ADN de COPISO", ha indicado.

En este sentido, el director gerente de COPISO, Andrés García, ha recordado que la creación de COPISO en 1967 fue una reacción de los agricultores y ganaderos sorianos, ante la gravísima situación en la que se encontraba el medio rural soriano, con una diáspora dramática que estaba vaciando los pueblos de la provincia.

MODELO INTEGRADOR

En estos 50 años, continúa García, y con dificultades en algunos momentos, COPISO ha buscado y ha encontrado un modelo integrador de actividad para la agricultura y la ganadería, un modelo singular reconocido en el sector a nivel nacional, que sumado a una gestión adecuada, profesionalizada y especializada, "nos ha permitido ser competitivos en el mercado", colocando a COPISO en una buena situación ante el futuro.

Aunque se está pendiente de conocer los resultados finales del ejercicio de 2016, que se darán a conocer a los socios en la próxima asamblea general, la actividad de COPISO ha crecido alrededor del 10% en el último año. La cooperativa es la empresa soriana que lidera el ranking provincial en facturación.

COPISO piensa en la producción ECOLÓGICA

COPISO celebra este año su 50 aniversario, y lo hace en su mejor momento. Con mucho esfuerzo, el compromiso de sus socios, y la responsabilidad de sus órganos de gobierno, ha sabido crear un modelo singular de integración entre agricultores y ganaderos, que ya es una referencia nacional.

La cooperativa soriana COPISO ^{SN} valora la producción ecológica de cereales y porcino como una actividad de desarrollo, a medio plazo, para cubrir la demanda de este tipo de carne ecológica, que cada se pide más en el norte de Europa.

Así lo han señalado el presidente de COPISO, Francisco Javier Blanco, y el director-gerente Andrés García, en la presentación del 50 aniversario de esta entidad cooperativa.

El primer recuerdo de Blanco, en esta conmemoración, ha sido para todos los socios, para todas las personas anónimas que a lo largo de este medio siglo de exis-

ACTIVIDADES

01:

CAMPEONATO DE GUIÑOTE

Entre las actividades programadas para el 50 aniversario, destaca la celebración de un campeonato de guiñote, con el que se busca dar a conocer la cooperativa en toda la provincia, animando la convivencia.

02:

CONCURSO DE FOTOGRAFÍA

También se ha convocado un concurso de fotografía, sobre temas agrarios en el ámbito del medio rural soriano. Las bases pueden verse en www.copiso.com

SORIANoticias.com ^{staff}
EP CYL
 El Periódico de Castilla y León

El Periódico de Soria S. C.

C/ Mayor nº 17. 42002. Soria

Tfno.: 975 12 34 69

www.sorianoticias.com / elperiodico@elperiodicodesoria.com

Dirección: Sergio García sgarcia@elperiodicodesoria.com

Coordinación: Patxi Veramendi pveramendi@elperiodicodesoria.com

Fotografía: David Almajano, Carmen de Vicente y Patricia Lapresta

Redacción: Patricia Blázquez, Chusja Andrés y Eva Lezana
redaccion@elperiodicodesoria.com

Director Comercial: Juan Carlos Díaz jcdiaz@elperiodicodesoria.com

Publicidad: 975 100 900 publicidad@elperiodicodesoria.com

Dpto. Técnico: Jesús Esteras jesteras@elperiodicodesoria.com

Imprime: Bepsa Depósito legal: 50-74/2015

N.A.S: 42-E-10

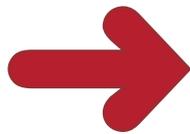
REBAJAS

2
gafas m^o
graduadas
 con antirreflejante
77€

MULTIOPTICAS



semanasanta



CONCURSO-EXPOSICIÓN DE FOTOGRAFÍA DE LA SEMANA SANTA SORIANA XI EDICIÓN. Desde primeros de abril se podrán ver, en el Centro Cultural Palacio de la Audiencia de la capital soriana, las 60 fotografías presentadas al Concurso Fotográfico de la Semana Santa Soriana de 2017. Además, por esa fecha el jurado ya habrá decidido las tres instantáneas ganadoras.

SEMANA SANTA SORIANA

Siete días de PASIÓN, únicos

La cronología con la que Soria narra lo sucedido durante la Pasión hace única y especial a su Semana Santa, declarada 'Fiesta de Interés Turístico Regional'. Ocho cofradías y 2.400 cofrades posibilitan esta conmemoración, que este año estrena Hermano Mayor, José Marcelo Reglero.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ PINILLA

El día grande del cristianismo se acerca, y este año será el 16 de abril cuando los cristianos celebren la Resurrección del Señor. Una fecha que no es casual, ya que aunque la Pascua no posea un día inalterable en el calendario, siempre transcurre durante el domingo siguiente a la primera luna llena primaveral.

En Soria, ya está todo listo para conmemorar la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesucristo, una semana que encuentra sus orígenes en la capital soriana en 1540, cuando durante el Domingo de Ramos ya se celebraba una procesión de gala con capas y cetros, según recogen, sorprendentemente, las ordenanzas de San Juan.

En la actualidad, las calles de Soria se convierten en el escenario teatral de la Pasión, una representación única en la que participan alrededor de 1.500 actores. Especial y diferente al resto de las 'obras' escenificadas en Castilla y León porque las cofradías sorianas reproducen por orden cronológico cada episodio de la Pasión de Cristo, culminando el Domingo de Pascua con 'El Encuentro', procesión de reciente creación en la capital, que nació

con el objetivo de buscar la tan ansiada declaración de 'Fiesta de Interés Turístico Regional'. Un distintivo que no solo posee la Semana Santa de la capital, ya que las localidades de Ágreda y El Burgo de Osma también lo tienen entre sus haberes.

LOS DATOS

1887:

AÑO

Hace 130 años la Cofradía del Santo Entierro de Cristo nació en la ciudad, convirtiéndose en la precursora de todas las demás.

2.400:

COFRADES

Son los que se contabilizan en Soria. Un número que la Junta de Cofradías pretende mantener y si se puede, incrementar.

16:

DE ABRIL

Es el día que se celebrará la procesión de 'El Encuentro', un proyecto que nació hace 10 años y que "todavía está vivo".



La Cofradía del Ecce Homo, frente a la iglesia de Santo Domingo (Soria). /SN

PROTAGONISTAS DE LA PASIÓN SORIANA

Son 8 las cofradías y 2.400 los cofrades con los que cuenta la capital, "una cifra importante para la población que tiene la ciudad", según el actual Hermano Mayor de la Junta General de Cofradías soriana, José Marcelo Reglero, que este año estrena cargo tras reemplazar a José Antonio Pérez, 17 años al frente de la misma.

La Cofradía del Santo Entierro, fundada en 1887, es la hermandad más antigua de las hoy existentes en la capital, y además, como Reglero indica, "matriz de todas ellas", ya que fue a raíz de su crea-

ción cuando comenzaron a surgir sucesivamente las demás, concretamente en 1949 con la aparición de La Cofradía de las Siete Palabras de Jesús en la Cruz.

A pesar de cumplir 130 años, El Santo Entierro no es la primera hermandad que surge en la ciudad porque ya en 1552 Soria disfrutaba de las procesiones del Jueves y Viernes Santo, protagonizadas por la Cofradía Penitencial de la Vera Cruz. Construida por el Humilladero, actual ermita de la Soledad, desde aquel momento y hasta la actualidad íntimamente ligada a la Semana Santa soriana.

Es tiempo de fresas con Nata Montada

Cañada Real de Soria

Nata Montada azucarada. Peso neto 220 g. Conservar en frío, en su envase.

Productos de Calidad Concedida Soria S.A. Soria

MRW COPIA DE LLAVES

CALLE ALMAZÁN 17 / 975 240 768

¡NO TE QUEDES SIN TU LLAVE!
HACEMOS TODO TIPO DE LLAVES:

- CASA
- SEGURIDAD
- COCHE...

...Y TAMBIÉN MANDOS DE COCHERA

JARDINERÍA RAMÓN DÍAZ

MANTENIMIENTO DE JARDINES
RIEGOS
TRABAJOS DE JARDINERÍA

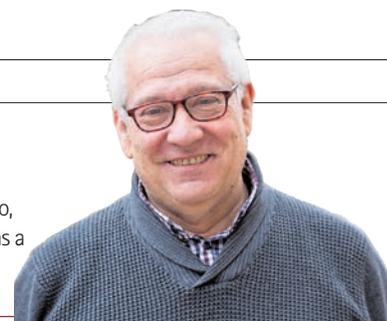
Tels.: 975 240 887 • 669 934 462

Paseo La Florida, 36 - 42002 SORIA



"ESTAMOS MUY AGRADECIDOS A TODOS LOS COFRADES"

JOSÉ MARCELO REGLERO, Hermano Mayor de la Junta General de Cofradías de Soria desde este año, ha querido agradecer a todos los cofrades su participación en la Semana Santa soriana, "posible gracias a todos ellos", y en la que son muchos los jóvenes y niños que participan, asegurando así su futuro.



"Hacia el siglo XVIII la Vera Cruz desaparece y son los gremios profesionales los encargados de portar los pasos durante la procesión del Viernes Santo", como señala Reglero, tradición que también desaparece para dar paso a las actuales cofradías encargadas de escenificar la Semana Santa en Soria. Una fiesta en la que desfilan un total de quince pasos, algunos de ellos de gran valor, como "el paso del Santo Cristo del Humilladero, que se atribuye a la escuela de Juan de Juni, o el Calvario de los Florines de las Siete Palabras, un paso del siglo XVI de escuela castellana". Aunque para Reglero todos son especiales, ya que, como asegura, "hay que mirarlos con cariño, por lo que representan, y no buscando su valor artístico".

LOS ACTOS

El sábado víspera de Ramos, dará comienzo a las 20:30 horas el pregón de la Semana Santa de Soria, este año a cargo de Adolfo Sainz Ruiz, concejal del Ayunta-

El pregón de Semana Santa tendrá lugar en El Salvador el próximo 8 de abril.

Reglero: "Los sorianos procesan una gran devoción a la Virgen de la Soledad".

miento de Soria y presidente del Círculo Amistad Numancia. El acto tendrá lugar en la iglesia de El Salvador, dando paso así a la gran fiesta cristiana, una celebración que en Soria luce con todo su esplendor durante la tarde del Viernes Santo, cuando las ocho hermandades de la ciudad parten desde la Concatedral de San Pedro hasta la plaza de Mariano Granados, en la procesión general de la Cofradía del Santo Entierro de Cristo, que culmina con el canto de la Salve a la Virgen de la Soledad, a la que "los sorianos procesan una gran devoción".

ÁGREDA



¿Conocen la adoración de las Santas Espinas?

El Martes Santo, la villa de Ágreda lleva a cabo la veneración de las Santas Espinas. Una particular tradición en la que los agredeños rinden culto a las que creen, fueron las púas que formaron parte de la corona que Cristo llevó durante la Pasión. Espinas elaboradas con madera de acacia hace unos 2.000 años, según estudios científicos.

ALMAZÁN



Una tradición muy arraigada

Los adnamantinos viven su Semana Santa con una gran devoción. La localidad cuenta en la actualidad con dos hermandades, la Cofradía de la Vera Cruz (1643) y la Cofradía del Santo Entierro de Nuestro Señor Jesucristo (1676), encargadas de acompañar a los 12 pasos que posee la villa, algunos de ellos de gran valor histórico y artístico.

EL BURGO DE OSMA



La villa se prepara para recibir a sus invitados

La Semana Santa de El Burgo de Osma, declarada 'Fiesta de Interés Turístico Regional', se ha convertido en un reclamo turístico importante para la villa soriana, que recibe todos los años a un número importante de turistas. Como cada año, tras el pregón, sus actos comenzarán el Viernes de Dolores con el viacrucis a la Cruz del Siglo.

ALCOBA DE LA TORRE



'La Carrera', la Pasión de Cristo en seis actos

Un gran número de actores aficionados representan en la localidad soriana de Alcoba de la Torre una especial interpretación de la Pasión de Cristo, denominada 'La Carrera'. La obra, que comienza junto a las ruinas de su castillo, se representa en seis actos que van desde la oración de Jesús en el huerto hasta su descendimiento de la cruz.

te **ayudamos**
Asistencia integral

Menús caseros

Para diabéticos,
asistidos...

Tupper para microondas
y además

Acompañamiento | Limpieza
Ayuda a domicilio



5 euros
MENÚ
Solo comida

Tel. **678 679 550**
teayudamos.soria@gmail.com

El Balcón del Brezal

C/ Mayor
El Quintanarejo
Soria
Tfno. 975 37 83 03
Móvil 617 33 85 30
jmarri@wanadoo.es





EN EL CORAZÓN DE LA CIUDAD DE SORIA

SOSTENIBILIDAD DE LA CIUDAD. El nuevo mercado es más que la reapertura del tradicional mercado de abastos. Es el proyecto que el Ayuntamiento ha elegido para apostar por la recuperación y la dinamización del casco histórico, para que los ciudadanos vuelvan a mirar hacia el corazón de su ciudad.

VUELVE A LA UBICACIÓN TRADICIONAL DE LA PLAZA DE BERNARDO ROBLES

Soria abre el nuevo MERCADO

El Ayuntamiento cumple el plazo marcado por la Europa, y el nuevo mercado de abastos es ya una realidad. Más de una docena de puestos de productos frescos y el supermercado Simply inician esta nueva etapa. Varios puestos y la zona gourmet quedan a la espera.

Texto: PATXI VERAMENDI

La ciudad de Soria cuenta, por fin, con un nuevo mercado de abastos desde este mes de abril. Después de varios años de compleja gestión, por fin se ha abierto al público el esperado mercado, que sustituye al anterior edificio demolido, que había quedado obsoleto. Se llevaban décadas valorando la necesidad de tener un nuevo mercado. Pero tras continuos debates políticos y sociales, tanto en la corporación como en otras entidades empresariales, como FOES, o los propios comerciantes del mercado, el Ayuntamiento aprobó el nuevo proyecto en octubre de 2013.

Los sorianos ya pueden comprar los productos frescos en el lugar tradicional, la plaza de Bernardo Robles, en un nuevo edificio moderno que ofrece el mejor servicio, tanto para el consumidor como para el comerciante.

La apertura del mercado arranca con 14 puestos de productos frescos abiertos, de los 17 que hay. Se trata de los comerciantes y los productos tradicionales, en lo que tanto confían los sorianos por su calidad.

También se ha instalado el supermercado Simply, con una superficie de 500 metros cuadrados.

Los comerciantes y el Ayuntamiento confían en que el nuevo mercado atraiga a los sorianos, y que las nuevas instalaciones anime la presencia de compradores, no sólo los que ya eran habituales en el mercado, sino nuevos consumidores, que encuentren en el mercado de abastos una manera diferente de comprar.

10 MILLONES DE INVERSIÓN

El 31 de marzo era la fecha límite, exigida por Europa, para poder abrir el mercado al público. Hay que recordar que la inversión del proyecto del mercado es muy ambiciosa e importante, de unos 10 millones de euros.

De esta cantidad, 4,1 millones llegan desde los fondos europeos, que han exigido una serie de requisitos, como es la fecha de apertura. Otros 2 millones son abonados por la Junta de Castilla y León, y el resto lo aporta el Ayuntamiento de Soria y la iniciativa privada, con la puesta

El 31 de marzo era el plazo límite que exigía Europa para abrir las nuevas instalaciones.

Los sorianos pueden volver a comprar sus productos frescos en el lugar tradicional.

en marcha de locales comerciales y el supermercado.

Pero el Ayuntamiento señala que el 31 de marzo sólo ha sido un punto y seguido en el desarrollo del proyecto del mercado. Ahora, falta completar todos los puestos de fresco, y poner en servicio la planta de la cafetería y de los puestos gourmet. El Ayuntamiento está manteniendo contactos con empresarios, para resolver los problemas que provocaron que esa adjudicación quedara desierta. El Consistorio duda si propiciar un procedimiento negociado o sacar un nuevo pliego.



El nuevo mercado mantiene la ubicación tradicional, en el corazón del casco histórico de la ciudad, pe

**FUNERARIA
TANATORIO
MUNICIPAL
DE SORIA**

MÁS QUE UNA FUNERARIA, MÁS QUE UN TANATORIO

info@funerariaytanatoriosdesoria.com
www.funerariaytanatoriosdesoria.com

975 21 00 00 24h

FUNERARIA
TANATORIO
MUNICIPAL
DE SORIA

**DESPEDIDAS
SORIA**

Toda una experiencia en Despedidas de Solter@s

682 937 326

www.despedidasensoria.com

**SORIA
CONSULTORES**

Avenida Valladolid,
Nº8, Entreplanta
(Soria)

info@soriaconsultores.com
Tel.: 975 22 83 61



EN 1914 FUE BIEN RECIBIDO EL MERCADO MUNICIPAL.

LA PRIMERA 'PLAZA' DE ABASTOS de la ciudad de Soria se construyó en 1914, y no se reformó hasta 70 años más tarde, en la década de 1980. El nuevo edificio sustituye al anterior, pero el Ayuntamiento quiere recuperar su mismo ritmo comercial.



RETO PARA LA CIUDAD DE SORIA DEL SIGLO XXI

SATISFACCIÓN POR LA APERTURA, A PESAR DE LAS DIFICULTADES

El equipo de gobierno del Ayuntamiento de Soria, a través de su portavoz, Javier Muñoz, ha expresado su satisfacción por la apertura del mercado, a pesar de las numerosas dificultades que han salpicado la gestión de un proyecto tan importante, tan complejo y tan ambicioso para la ciudad de Soria. "Este es un gran proyecto que tenía este equipo de gobierno, y no sólo este equipo, era una vieja aspiración de la ciudad, tener un mercado acorde al siglo XXI". Muñoz hace un balance "positivo" de todo el proceso de construcción del nuevo mercado, que va a ser una herramienta clave en la dinamización del casco histórico de la capital soriana.

PUESTOS DE FRESCOS, SUPERMERCADO, GOURMET Y OCIO

En la primera planta se ubican los 17 puestos de productos frescos, la esencia del mercado tradicional de abastos. A mayores, con el ánimo de hacer del mercado un 'pulmón' comercial en el corazón de la ciudad, en la planta superior se incluye una zona de 8 puestos gourmet y una cafetería. Desde este lugar, se puede acceder por una pasarela a un edificio anexo, donde se han habilitado dos salas de cine. Esta planta de ocio se queda pendiente de gestión, adjudicación y puesta en marcha. El nuevo edificio del mercado cuenta con un sótano que alberga un supermercado, que gestiona Hiper Simply. Las instalaciones se completan con un aparcamiento que facilita el acceso.

EL PRIMER MERCADO MUNICIPAL ES DE 1914, CON 8.000 HABITANTES

El primer mercado municipal se construyó en 1914, cuando la ciudad de Soria contaba con unos 8.000 habitantes. Ese primer edificio tenía una sola planta de 700 metros cuadrados, con 25 puestos y dos porches laterales. Mucho más tarde, en la década de 1980, se llevó a cabo una reforma, para modernizar las instalaciones y dotarlas de mejores servicios. En diciembre de 1984 se firmó un convenio de colaboración entre el Ayuntamiento de Soria y la Junta de Castilla y León, concediendo la administración regional una subvención de 10 millones de las antiguas pesetas. Entre otras mejoras, se remozaron las fachadas y el interior, o se renovaron las redes y la telefonía.

MEJORA URBANÍSTICA EN EL ENTORNO DE BERNARDO ROBLES

Con la construcción del mercado municipal se recupera todo el espacio colindante, y por eso la actuación en superficie afecta a toda la zona anexa con 10.347 metros cuadrados como superficie de intervención; y 9.217 de nuevos metros peatonales llegando a calle Doctrina, Bernardo Robles, Condes de Lérida, San Miguel de Montenegro, entorno de Santo Domingo y Arco de los Condes de Gómara. De esta manera, las obras del mercado servirán también para llevar a cabo una intervención de mejora urbanística en el entorno, recuperándose así otra zona más de la ciudad, con la construcción de nuevas viviendas que fijen población.

MOTOR DE DINAMIZACIÓN Y DE SOSTENIBILIDAD

El nuevo mercado se plantea como un motor de dinamización para esa zona de la ciudad, ahora un tanto abandonada, que necesita no sólo el impulso del asentamiento y la recuperación del comercio, sino la fijación de población residente. Incluso, el mercado ayudará a que se acerquen por esa parte del casco histórico de la ciudad más ciudadanos. La revitalización y recuperación del casco histórico o viejo de Soria es un reto y una asignatura pendiente del Ayuntamiento. Junto al dinamismo del mercado, el Ayuntamiento de Soria impulsa el programa Soria Intramuros, con el objetivo de potenciar la sostenibilidad del centro histórico de la capital.

LA LICITACIÓN DE LAS DOS SALAS DE CINE SERÁ EL ÚLTIMO PASO

La licitación de las dos salas de cine será el último paso, en la puesta en marcha de todas las instalaciones del nuevo mercado. La apertura de los cines se espera con interés, puesto que Soria no cuenta, en estos momentos, con ninguna sala de cine en el centro de la ciudad. Pero para poder gestionarse esa licitación, habrá que esperar a que se finalice la liquidación de las obras del proyecto, y se incorporen los remanentes del año 2016. La apertura de los cines, junto a la cafetería que también hay, puede hacer de esa zona del casco histórico un punto de encuentro interesante para el ocio de los sorianos, que ahora se encuentra en otros lugares de la ciudad.



ro con un edificio moderno. /PATRICIA LAPRESTA

0,60 y MÁS

PLANTAS PARA HUERTA
PLANTAS DE INTERIOR
JARDÍN Y BALCÓN
TURBA Y ABONO SANITARIO
ÁRBOLES ORNAMENTALES
FRUTALES EN CONTENEDOR
COMPLEMENTOS
JARDINERAS Y MACETAS
MANTENIMIENTO DE JARDÍN
ASESORAMIENTO

AVDA. MARIANO VICÉN N° 17

Teléfonos
605 981 608
664 252 229

TÚ PUEDES SALVAR VIDAS

DONA SANGRE
NO OLVIDES LLEVAR EL DNI

CENTRO DE SALUD SORIA NORTE 1ª PLANTA HOSPITAL SANTA BÁRBARA
LUNES DE 15:00-20:30 MARTES Y MIÉRCOLES DE 9:00-14:00

RECOGIDAS EN

6 de Abril - Soria Plaza Mariano Granados. De 9 a 14 horas.
7 de Abril - Soria Ayuntamiento y Residencia Los Royales.
20 de Abril - Almazán Centro de Salud
21 de Abril San Pedro Manrique Centro de Salud

LA ISLA CAFÉ

tapas
* Picoteo *
DESAYUNOS
POSTRES CASEROS
ALMUERZOS
* VINO x COPAS *
Raciones
y más...

Calle Ronda Eloy Sanz Villa, 2, 42003, Soria
975 246 728



Una nueva empresa se establece en las naves nido de Valcorba

S.N.

La comisión de seguimiento de las naves nido de Valcorba se reunía a finales de marzo para avanzar en la concesión de un nuevo espacio a una empresa, y para programar nuevas actividades de promoción de los negocios implantados tanto en dichas naves como en el vivero o semillero de proyectos.

Tras la reunión, la comisión decidía aprobar la solicitud presentada por la empresa Servicios Biocidas Ambientales SLU, dedicada a servicios de control de plagas, y que a partir de este momento ocupará la última nave libre. Además, también se aprobaba la liquidación económica del año 2016 con unos ingresos de 30.180 euros y un remanente actual de 29.136,96 euros.

SEMILLERO DE EMPRESAS

Por otro lado, la Red Valnalón ha vuelto a evaluar el semillero de proyectos del programa municipal Impulso Emprende. Los datos son de nuevo muy positivos con ratios por encima de la media nacional, concretamente 10 puntos por encima con un 71,4% de supervivencia empresarial.



Jesús Antón con su elaboración 'Ying y Yang', ganadora del II Concurso a la Mejor Croqueta Amateur de Soria. / S.N.

JORNADAS DE LA TAPA DE LA CROQUETA 2017

Jesús Antón se alza con el primer premio a La Mejor Croqueta Amateur

El Parador, Hotel Rural Los Villares y Restaurante Fuente de la Teja son los encargados de mostrar al público las tres elaboraciones vencedoras del concurso dirigido a cocineros no profesionales. Las tapas amateurs se pueden degustar desde el 31 de marzo hasta el 9 de abril.

S.N.
La croqueta 'Ying y Yang' de Jesús Antón Monge ha resultado ganadora del II Concurso a la Mejor Croqueta Amateur de Soria, celebrado en el CIFP La Merced y organizado por la Agrupación Soriana de Hostelería y Turismo (ASOHTUR). Esta iniciativa se enmarca dentro de las Jornadas de la Tapa de la Croqueta 2017, que se desarrollan entre el 31 de marzo y el 9 de abril.

El Parador Antonio Machado

27 establecimientos de restauración participan en las Jornadas de la Tapa de la Croqueta.

El pasado año se vendieron un total de 34.000 tapas durante la primera edición.

es el encargado de poner a disposición del público la croqueta ganadora, 'Ying y Yang', una original propuesta doble, con el chorizo y las gambas como protagonistas. El Hotel Rural Los Villares ha apadrinado la creación del segundo finalista, la 'Croqueta Mimosa' de Diego Castillo Cano, con queso y frutos rojos. Y el Bar Restaurante Fuente de la Teja es anfitrión del tercer finalista del concurso para cocineros no profesionales, la 'Croqueta de gam-

ba al ajillo' de Natalina Borobio Sanz.

Las tres creaciones amateurs pueden degustarse durante el transcurso de las Jornadas de la Tapa-II Concurso Provincial de la Croqueta en estos tres establecimientos, que han sido los encargados de apadrinar las elaboraciones con el objetivo de darlas a conocer a todo el público soriano, y que además también participan en el concurso para profesionales, junto con otros 24 establecimientos de Soria y de la provincia.

Un total de 34.000 tapas se vendieron el pasado año durante la primera edición de las jornadas, que pretenden fomentar el consumo en los bares y restaurantes de la provincia en las fechas anteriores a la Semana Santa con esta tapa tan versátil.



EN NARROS, A TAN SOLO 15 MINUTOS DE SORIA,
UN LUGAR PARADISIÁCO PARA TU MEJOR
CELEBRACIÓN

AV. SORIA, S/N. AGREDA (SORIA). CONSULTAS Y
PRESUPUESTO SIN COMPROMISO EN 976 647 217
AMANTELCATERING@HOSTALDJUANA.COM



**VENTA
NUEVA**

Ctra N-122 Km.185 Calatañazor / 975 183251 / www.hostalventanueva.com

Campsa gasóleo
REPSOL

GAS home SL
gas power

Pol. Ind Las Casas
C/ R Parc 294
975 23 08 53

2.150 AÑOS DE LA GESTA DE NUMANCIA

La obra 'Un Guerrero Alado', mascota infantil de Numancia 2017

S.N. La obra 'Guerrero Alado' de Claudia González Mayo ha sido la elegida para ser la nueva mascota infantil de Numancia 2017, el concurso escolar puesto en marcha por la Diputación Provincial de Soria, que ha recibido un total de 258 trabajos.

La ganadora, de 9 años de edad, cursa sus estudios en el centro Santa Teresa de Jesús, de la Fundación Escolapias en la capital soriana, y según palabras

del jurado su obra destaca por la "calidad técnica" y la utilización de "una simbología de carácter heroico propia del guerrero numantino y también de elementos de cerámicas numantinas".

Claudia González recibirá un diploma acreditativo, 500 euros en material escolar y 10 ejemplares del peluche resultante. Por su parte, su centro docente recibirá un diploma acreditativo y un viaje gratuito para los compañeros de aula a la villa romana La

Dehesa de Cuevas de Soria.

CONCURSO

La Diputación puso en marcha este concurso para tratar de buscar la implicación de los escolares de la provincia en la celebración de Numancia 2017 junto con otras actividades con las que trata de involucrar a los más pequeños en el evento cultural del año.

Además de la creación de la mascota, la institución ha promovido también un concurso para la realización de una actividad cultural relacionada con Numancia 2017, cuyo plazo para presentar propuestas concluirá el 5 de abril. Pueden participar en este concurso todos los escolares que cursen estudios de 5º y 6º de Educación Primaria en cualquiera de los centros docentes de la provincia de Soria.



Imagen de la obra 'Guerrero Alado', de Claudia González Mayo. /S.N.



Doña Letizia, en El Hueco

Su Majestad la Reina Doña Letizia visitaba Soria para anunciar el Premio Social de la Fundación Princesa de Girona, convocado en El Hueco. Doña Letizia, antes de efectuar su entrada a la sede del espacio de coworking soriano donde 150 jóvenes estaban presentando sus propuestas para paliar

la problemática demográfica de la provincia, se acercaba a saludar en primer término a autoridades y representantes de distintas administraciones. Entre ellos, representantes de la Formación Profesional en Soria, apoya por la reina Letizia por ser "una apuesta de éxito" y "una inversión siempre rentable".

→ elcollado

Curso de Cruz Roja

Cruz Roja Soria impartirá a partir del 2 de mayo el curso 'Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales'. Esta formación gratuita de 450 horas posee la acreditación profesional reconocida por el Servicio Público de Empleo. Las personas que concluyan con éxito la acción formativa estarán capacitadas para trabajar en residencias de personas mayores y otras entidades dedicadas a la atención de personas dependientes.



www.sorianoticias.com

Premio Princesa de Girona

La arquitecta Miriam Reyes, fundadora de la ONG Aprendices Visuales, se alzó hoy con el 'Premio de la Fundación Princesa de Girona' en su categoría social por su trabajo para crear métodos de aprendizaje para niños autistas. Su trayectoria profesional fue premiada por la fundación que presiden los Reyes de España por buscar "la igualdad y aportar una nueva visión del mundo con un proyecto innovador, escalable y sostenible".

swing swing swing
swing swing swing
swing
Buena música,
buenas copas,
buen ambiente.

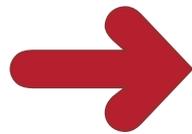
I.E.S. CASTILLA

¡Apúntate al BACHILLERATO INTERNACIONAL!
Curso 2017/2018
Plazo de admisión de alumnos:
Hasta el 5 de abril.

C/ Alonso Velázquez s/n 42003 Soria
Tlfno.: 975 22 12 83 Fax: 975 21 37 77
Email: 42002707@educa.jcyl.es

Semana Santa
Soria 2017

Declarada de Interés Turístico de Castilla y León
Diputación de Soria



LOS OBJETOS MÁS PERSONALES PARA ESTE COLECCIONISTA

AÑOS 40. Tiene en su colección incluso el carné de guarda de su abuelo que sacó para el Amogable. Además, por ejemplo, la herrería completa de una amigo. El objeto más antiguo cree que son unas pesas romanas de Fuentearmegil.

RECORDANDO CÓMO SE HACÍAN LAS COSAS HACE TIEMPO

La **VIDA** de antes hecha museo

En Navaleno, el Museo de Pedro Delgado contiene más de 2.000 piezas que lo único que pretenden es recordar. “Hay quien no recuerda ni la peseta y no quiero que eso pase. Por eso guardo esto, como una forma de recuperar la memoria, nada de dinero ni beneficio económico”.

Texto: EVA LEZANA

Una distracción peculiar la de Pedro Delgado. Este carpintero metálico se dedica en sus ratos libres a coleccionar piezas antiguas que recupera y les da una segunda vida. Así, al acabo de 30 años ha conseguido recabar una colección de más de 2.000 piezas que visitan todos los años entre 900 y 1000 personas, que salen maravilladas de allí. “He visto personas mayores salir de aquí llorando, es una gratificación enorme porque se emocionan al ver que los pucheros que tengo aquí son como los que había en sus casas”, cuenta Delgado. Es necesario ir allí para hacerse una idea de toda la memoria que contienen esas paredes. Son 160 metros cuadrados de historia, de recuerdos que, al entrar, hacen que el visitante se transporte a la forma de vida de unas decenas de años recién idas. “Dentro de un tiempo, como no hagan colecciones de móviles, no sé qué van a hacer”, se lamenta Pedro; que guarda con cariño todos los objetos para que nadie se olvide de cómo era la vida antes.

Ese es su único objetivo. Que no se olvide cómo vivieron sus padres, sus abuelos, él mismo cuando era más pequeño. “Ahora tenemos todo tipo de comodidades, antes tenían lo que tenían”. La vida era de otra manera, es cierto, y a veces se nos olvida. Pero hay personas como este carpintero metálico que dedican su tiempo a recordárnoslo. “Mis padres no tuvieron hipoteca, comían de lo que había y vivían según sus posibilidades, ahora no sé lo que estamos haciendo”. Pero también reconoce que cada uno vive la época que le toca y a nosotros nos ha tocado esta, la de los móviles y la realidad virtual donde todo son comodidades.

Pedro Delgado no quiere ni oír hablar de deshacerse de alguna de sus piezas y se plantea la posibilidad de que, algún día, el local se quede pequeño. “Tengo algunas ideas en mente, pero no sé qué voy a hacer cuando no quepa nada más”. De momento va consiguiendo colocar todas las piezas. Y sobre la conti-



Pedro Delgado y, de fondo, la cantina de los años 60 que ha preparado. /P.D.

“El día que yo no esté, no se qué pasará con esto y quién se lo quedará, pero no me gustaría que se perdiera”.

“En Soria, hay muchas colecciones pequeñas que las instituciones están dejando perder”.

gm | ABOGADOS

¿HAS REVISADO TU HIPOTECA?
¿TIENES CLAÚSULA SUELO?

¡INFÓRMATE!

Plaza Ramón y Cajal n.6 2ºB.
975225903.

**ALUMINIOS
JOSE M^a JIMENEZ**

975 22 13 47 | Pol. Ind. Las Casas C/D - Parcela 12, Naves 6 y 7
www.aluminiosjosemariajimenez.com

ALUMINIOS - PUERTAS Y VENTANAS - TECHOS Y FACHADAS - INTERIORES

¿Necesitas una web?



NetyTec
Soluciones en Internet

www.netytec.com
975 128 345



ELENA MATILDE ES QUIEN SE ENCARGA DE RESTAURAR LOS TRAJES

86 AÑOS. Es la madre de Pedro Delgado, de Molinos de Duero. Ella es quien se encarga de restaurar los trajes que están incompletos o coser las prendas que haga falta. Porque también hay una colección de trajes serranos, "de los que se ponía la gente todos los días".



Imagen de algunos de los objetos de la colección. /P.D.



Parte del museo. /P.D.

nidad del museo, tampoco lo tiene claro, "el día que yo no esté no sé qué pasará con esto, no sé quién se lo quedará". Pero sí tiene clara una cosa, no le gustaría que se perdiera.

LAS PIEZAS QUE CONSERVA

Tiene más de 2.000 piezas entre las que hay de todo. Va recopilando todo lo que encuentra y que, de no ser así, iría a la basura. Lo expone cuidadosamente colocado en las paredes o en vitrinas al efecto. Un verdadero museo amateur. Conserva piezas que tienen varios siglos, como una rueda con la llanta exterior de madera que calcula será de 1850 ó 1860. "Pero tampoco estoy seguro porque no podemos invertir en fechar todas las piezas, eso costaría mucho dinero", se lamenta Delgado, que tiene el museo como divertimento propio y al que no le saca rendimiento económico. "También nos falta cartelera para indicar los objetos. Alguna vez, cuando he ido a ferias la he puesto, pero no puedo mantenerla todo el tiempo para todas las piezas". E incluso su museo ha sido objeto de trabajos de fin de

LOS DATOS

30:
AÑOS

Recopilando objetos cada vez que una casa en el pueblo se cerraba o se abría un desván. Ahora todo el mundo lo llama cuando tiene algo que va a tirar.

1.000:

PERSONAS

Más o menos este es el cálculo que Pedro Delgado hace de la gente que pudo pasar el año pasado por su museo. Todos los que han querido han podido dejar su huella en el libro de firmas.

2.000:

PIEZAS

Aunque pueden ser más porque no se sabe con exactitud. Las cosas grandes se cuentan fácilmente, pero hay muchos objetos de casa pequeños, casi imposibles de cuantificar.

carrera para estudiantes de historia u otras carreras relacionadas. No tiene problema en abrir su museo a quien a él se acerca. Se puede encontrar en él, por ejemplo, todos los útiles necesarios para una buena matanza, objetos de labranza, una herrería completa e incluso la fragua con el fuelle de La Muedra, el pueblo del que desciende por parte paterna. De este pueblo conserva incluso el libro del juez. Además hay radios, "cacharros de la cocina" y casi cualquier cosa que pueda recordar.

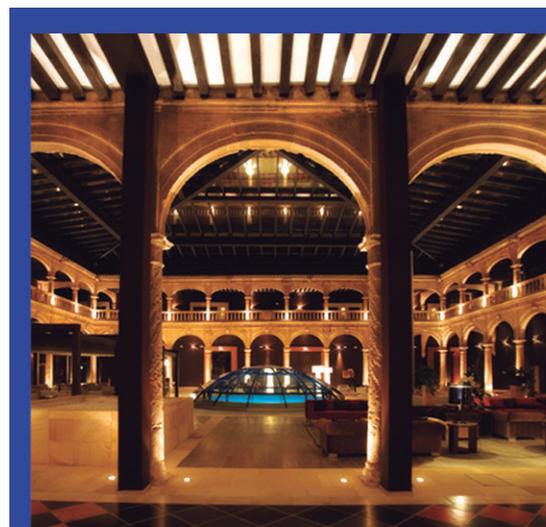
LA AYUDA DE LOS DEMÁS

Más de 30 años recopilando piezas, la mitad de su vida. Cuando cierran una casa en el pueblo o alguien encuentra algo en un desván, llaman a Pedro. "Mis amigos me regalan cosas viejas en mi cumpleaños, ni zapatos ni ropa ni nada. A mí, cosas viejas, que es lo que más ilusión me hace". Y así, entre todos, han conseguido que Pedro tenga un museo digno de admiración. "A veces, cuando viene alguien a visitarlo y les pongo los tocadiscos antiguos con música se quedan perplejos". E in-

cluso ha montado una cantina de los años 60.

VALOR ECONÓMICO

"Nunca hemos hecho un estudio del valor económico de las piezas. Yo no quiero ser un anticuario". No le da importancia económica a las cosas que tiene, simplemente tiene un museo de recuerdos. En él pasa su tiempo libre arreglando y colocando las cosas. "Cuando me canso de verlas de una manera, las pongo de otra y así paso las horas". Le han ofrecido vender objetos e incluso la colección pero él se niega, "y si no tuviera esto, ¿qué hago? Es mi afición, no quiero convertirla en dinero". Mantiene el museo de una forma completamente altruista en un local de su propiedad, que en los meses de julio y agosto abre al público también como oficina de turismo. No cobra nada por entrar; aunque cada uno puede dejar propina si lo desea. Las instituciones no colaboran mucho. "Les diría que han de preocuparse más por las colecciones pequeñas, que aquí en Soria hay muchas. No hace falta invertir mucho dinero, solo ganas".

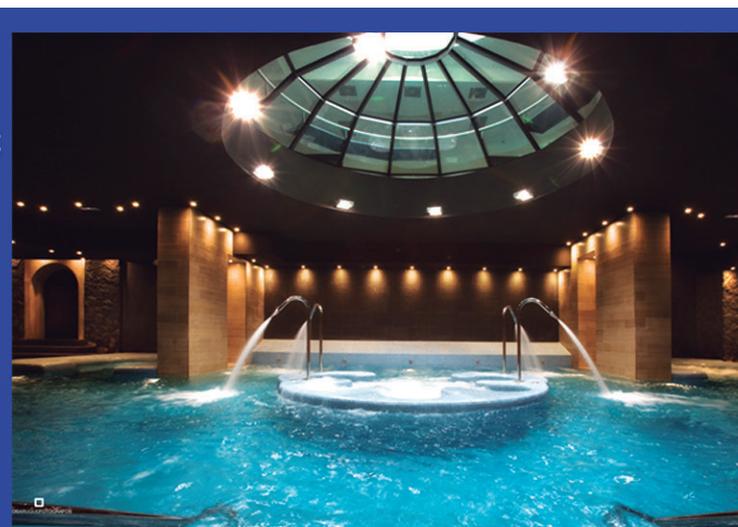


*Un lugar exclusivo
donde vivir momentos inolvidables*



BURGO DE OSMÁ
HOTEL TERMAL

www.castillatermal.com
reservas@castillatermal.com
902 330 015





85 expositores y 35 rehalas protagonizan la XV Feria Venalmazán

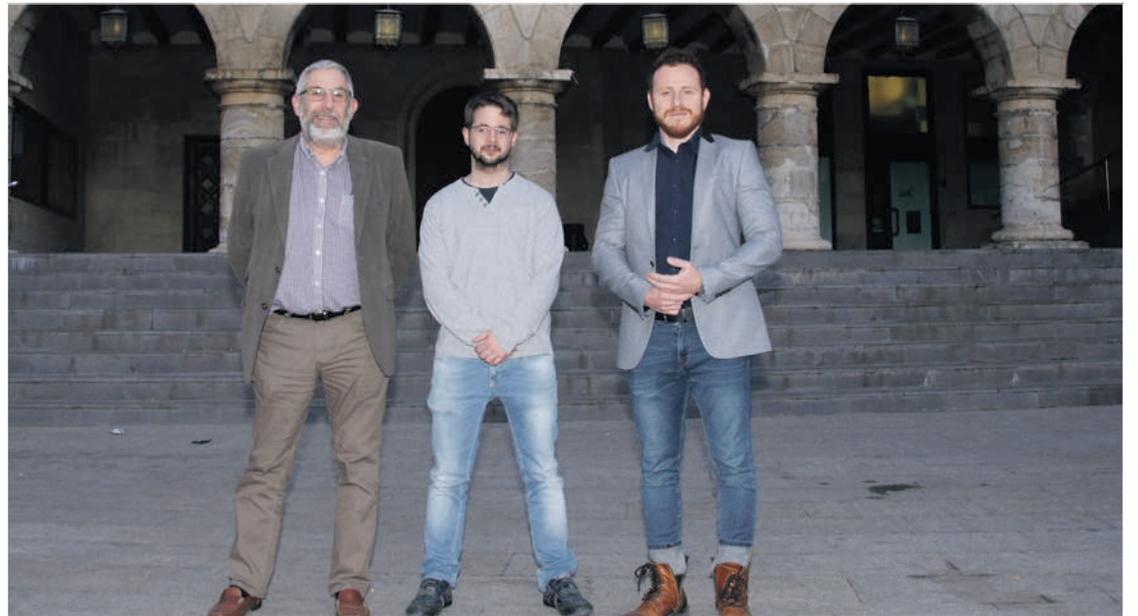
La cita, del 28 al 30 de abril, incluirá una ponencia sobre el decreto micológico y espera superar las 15.000 visitas

J.J.A. El Ayuntamiento de Almazán ultima el programa de la XV Feria Venatoria Venalmazán, de la caza y de la naturaleza, que espera superar la cifra de las 15.000 personas del pasado año en el Recinto de La Arboleda, según el director de esta muestra, Miguel Armillas, quien confirma el aumento de "un 15 a 20 por ciento en el número de expositores hasta alcanzar los 85", entre ellos el llamativo del Museo de la Fauna de León. El

número de rehalas que asistirán al programa se cifra en unas 35, y el elenco de actividades incluirá también el sábado la Exhibición de Caza San Huberto, el Paintball y la conferencia, en esta edición sobre el nuevo decreto micológico en Castilla y León. El domingo 30 se vivirá la undécima concentración de rehalas, exhibiciones y demostraciones con aves.

Para Miguel Armillas, la décimoquinta edición "va a ser más grande que otros años". El coste económico lo calcula el director en unos 40.000 euros, en su mayor parte aportados por el Consistorio adnamantino, ya que la Junta de Castilla y León no subvenciona la cita desde inicios de la década.

El Museo de la Fauna de León volverá a traer los animales disecados



LOS DESPOSORIOS DE JAIME I DE ARAGÓN Y LEONOR DE CASTILLA SE VIVIRÁN DEL 12 AL 14 DE MAYO

Ágreda y Monzón, en un proyecto cultural conjunto en torno a la figura de Jaime I

El Ayuntamiento de Monzón, en Huesca, acogía en marzo la reunión entre los Concejales de Turismo de Monzón, Adelardo Sanchís, y Ágreda, Jesús Campos, para crear un proyecto de promoción cultural conjunto centrado en las recreaciones históricas que cada municipio celebra en torno a la figura del rey Jaime I de Aragón. En el caso agredaño se trata de "Los Desposorios de Jaime I de Aragón y Leonor de Castilla", que conmemora el enlace matrimonial de 1221, y que este año 2017 se conmemorará el fin de semana del 12, 13 y 14 de Mayo. En Monzón, "Homenaje a Guillem de Montrodón", la estancia del Rey niño en la población, revivido el 20 y 21 de mayo.



Golmayo confía en que la Junta inicie en el verano la obra para ampliar el colegio de Camaretas

La intervención, que amplía la impartición de las dos aulas por curso, cuenta con una dotación económica de 1,3 millones de euros, y un plazo de ejecución de doce meses

J.J.A. El alcalde del municipio de Golmayo, Benito Serrano, confía en que la Junta de Castilla y León pueda iniciar durante el próximo verano la obra, una vez terminado el curso escolar, la obra de ampliación del CEIP Gerardo Diego ubicado en Camaretas. Las intervenciones tienen un coste de 1,3 millones de euros, y un plazo de ejecución de doce meses.

Desde la Consejería de Educación se presentaba el pasado mes de marzo el proyecto al Ayuntamiento de Golmayo a fin de poder recibir la oportuna autorización para el inicio de las intervenciones.

El alcalde calificaba la presentación del proyecto como "una gran noticia", y recordaba que la actuación, - segunda ampliación del centro-, va a suponer la dos líneas, es decir, dos aulas o clases por curso,

una previsión que Educación realizaba atendiendo a los últimos datos demográficos que indicaban que en los próximos años, el colegio puede albergar más de medio millar de alumnos.

La previsión que maneja Educación, y que ya anunció en su día el director general de política educativa escolar, es que la ampliación pueda estar lista para el curso 2018/2019.





Con la muestra, se intenta captar a pequeños, familias y coleccionistas./J.J.A.

Tierraquemada recrea la historia con 1.500 figuras de Playmobil

Permanece abierta en el Aula Arqueológica de Garray hasta el 4 de noviembre. El diorama recibió más de 600 visitas en el primer fin de semana. Los muñecos integran las maquetas, en una actividad coordinada por Tierraquemada y el Ayuntamiento garreño.

J.J. A. Los primeros visitantes de la nueva muestra del Aula Arqueológica de Garray han salido encantados. La lograda exposición, en la que se recrean en pequeñas maquetas los escenarios de batallas y vida cotidiana de numantinos en su lucha contra el Imperio Romano, recibía más de 600 personas en el primer fin de semana de apertura. La lograda muestra, con muñecos de Playmobil customizados para la ocasión, ha supuesto todo un reto tanto en la adaptación pionera de los 'protagonistas' como en la recreación.

"Hemos querido contar la historia de Numancia de una forma diferente", comentaba hoy en la presentación Alberto Cruz, miembro del equipo creativo de Tierraquemada y coordinador de la muestra. Cruz

informaba que se han empleado un millar de figuras para la recreación de Roma, y medio centenar para la de Numancia. El Comisario de la muestra destacaba las ventajas de atraer a los visitantes "a través de un juguete que los niños han tenido, tienen o tendrán". El sábado 8 de abril visitarán Numancia y la muestra los integrantes de la Asociación Niña del Moncayo de Ólvega.

El presidente de la Asociación Tierraquemada, Alberto Santamaría, confirmaba la creación de un puesto de trabajo, para guiar a los visitantes en el Aula. Para Santamaría, la muestra es un ejemplo de trabajo en común en "otro formato de poder explicar la historia de Numancia", y confirmaba que "están llamando desde diferentes lugares para poder ver la exposición".

"Hemos querido contar la historia de una forma diferente"

Rubén García, uno de los encargados de realizar la recreación, describía las numerosas escenas históricas y detalles que se han querido plasmar en las maquetas.

La alcaldesa de Garray, María José Jiménez, mostraba su optimismo por la implicación de las instituciones que se está haciendo visible durante las últimas semanas para sacar adelante la conmemoración de Numancia 2017. La iniciativa cuenta con la colaboración de Aeslick, la Asociación Española de Aficionados y Coleccionistas de Playmobil

seguridad X naturaleza

Seguridad pública junto a privada



No existe un "pique" entre la Seguridad Pública y la Privada, la Ley establece a la segunda como Subordinada, Complementaria y ahora también Corresponsable, lo que significa que fuera de disputas de "amor propio" de profesionales, la preocupación de la administración es que la privada esté al nivel de... y sirva al interés general como apoyo de la pública.

Tenemos una seguridad pública de calidad, que es la deseable, cuando los efectivos no son suficientes la seguridad privada se convierte en una solución, que como bien dicen sus detractores debe ser eventual, también coincido.

La cuestión es que cuando alguien de manera continuada, precisa una atención especial de vigilancia a fin de soslayar la seguridad de un negocio o de una situación sobrevinida por un aprovechamiento o circunstancia voluntariamente buscada, la cosa cambia, y todos entendemos que con independencia de que puntualmente alguien necesite de toda la atención de nuestros Agentes Públicos, es-

La seguridad privada se convierte en una solución cuando los efectivos públicos no son suficientes

tos no están para vigilarle de forma continua a un determinado señor en detrimento de los demás, si no para garantizar la seguridad de todos, es entonces cuando el concepto de sdad. privada es incontestable.

La laxitud Soriana a la hora de cumplir estos mínimos legales de sdad. privada exigen a la publica un sobreesfuerzo que no les correspondería y una desviación de su cometido que unido a las eventualidades laborales o de presupuesto, nos acercan más de lo deseable al "desamparo".

De poco nos sirven los medios técnicos, los planes y políticas y las buenas prácticas de seguridad, si estas no se asientan sobre un número adecuados de efectivos públicos y privados que prevengan y en su caso respondan estos ataques, todos somos necesarios y Soria ha obviado parte de este binomio, esa es una de las bases del problema.



C.R. Campos de Castilla

Centro Residencial Campos de Castilla
Avda. Madrid s/n Almazán

Tfno: 975 318 052 | campos.de.castilla@hotmail.com

seguridad X naturaleza

GUARDAS RURALES VIGILANTES DE SEGURIDAD

RONDAS Y VIGILANCIA DISCONTINUA GUARDERIO

Tfno. 975 122 975 - www.guarderio.org

laentrevista



¿QUÉ ES LA CUARTA EDAD?

CRECIMIENTO. La esperanza de vida ha experimentado en España un gran crecimiento durante los últimos años. La cuarta edad es el término utilizado para referirse a la última etapa de la vida, una fase que comienza a partir de los 80 años.

La cuarta edad de Soria **FRANCISCO DELSO GONZALO**

“He tenido más amigos que nadie”

Soria es una provincia longeva, y buen ejemplo de ello es Francisco Delso Gonzalo, que celebra este año su 107 cumpleaños rodeado de sus hijos y nietos. Este soriano nacido en Alconaba en 1910 sigue conservando intacta su simpatía y humor, y aunque su memoria a corto plazo falle, recuerda a la perfección todo lo acontecido a lo largo de su vida. Una existencia consagrada a su trabajo en el ferrocarril español y a su familia.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

Fotos: DAVID ALMAJANO

P: Francisco, ¿cuál es el secreto para vivir 107 años?

R: El secreto, que no me muera nunca (bromea). Pues mira, he trabajado toda mi vida y he tenido más amigos que nadie porque no me gustaba discutir con la gente. Discutiendo no se saca nada en consecuencia. Además, no he tenido vicios y mi alimentación ha sido natural. Hacía como las vacas que, cuando venían de la dehesa, se metían por los huertos a comer berza. Antes no había tantas verduras y comíamos garbanzos, alubias, patatas y berzas, las hojas de fuera para los animales y el cogollo para nosotros.

P: Dicen que pasar hambre y frío alarga la vida, ¿cree que el clima soriano es bueno?

R: Si tienes buen brasero sí. Aquí, desde pequeño empiezas a aguantar el frío que es muy saludable, y no estamos como en

otras provincias que están siempre medio cocidos por el calor.

P: Es usted testigo centenario de la historia de España, ¿qué recuerda de los tiempos de guerra?

R: De la guerra, muchas cosas. Estuve en varios frentes, primero por Guadalajara y luego por Castellón y Alicante. Recuerdo que cuando estaba en la trinchera tenía que dormir encima de leña porque el garito donde nos resguardábamos manaba agua por debajo, entonces para estar aislados había que poner ramaje. Nosotros éramos cinco hermanos, y al principio solo tres tenían que acudir al frente, como yo era el mayor me licenciaron, pero a los 15 días de estar en casa vino una orden notificándome que la ley había cambiado y tuve que regresar.

P: Hablemos de los momentos buenos que imagino habrán sido

muchos, ¿qué días tiene grabados en su memoria?

R: Ha habido malos, pero también muchos muy buenos. Cuando era pequeño la única alegría que tenía era el pan en forma de paloma que hacía mi madre en el horno del vecino para mis hermanos y para mí. También recuerdo cuando los mozos de Alconaba nos íbamos al Cubo de Hogueras a pasar la noche del día de la fiesta principal. Íbamos andando, aunque solo está a tres kilómetros...

P: Las cosas actualmente han cambiado mucho, ¿qué recuerda de la educación de entonces?

R: Han cambiado muchísimo, ahora mandan los alumnos tanto como el profesor. Antes, si hacías una falta en el colegio, el maestro te dejaba cerrado durante las dos horas que duraba la comida, y así, muchos detalles más. Al entrar a la escuela



“A los 15 días de abandonar el frente recibí una orden que me obligaba a regresar”.

“Cuando era joven iba a las fiestas del Cubo de Hogueras con el resto de mozos de Alconaba”.

Grupo Latorre Residencias de mayores

Tels. 975 22 32 11 y 975 24 20 95

calidad de vida

asistencia - detalles - servicios
trato familiar - intimidad - actividad
atención - comodidad
a tu servicio



SORIA
Residencia
Fuente del Rey



SORIA
Residencia
Manuela



- * Residencia Fuente del Rey (Soria)
- * Residencia Manuela (Soria)
- * Residencia Latorre (Soria)
- * Residencia El Palacio (Vinesa)
- * Residencia Nuestra Sra. de la Piedad (Quintanar de la Orden, Toledo)
- * Residencia Nuestra Sra. del Mercado (Berlanga)
- * Residencia Nuestra Sra. de la Vega (Serón de Nágima)
- * Residencia Nuestra Sra del Carmen (El Burgo)
- * Residencia Benilde (El Burgo)



LOS DATOS DE LA CUARTA EDAD EN SORIA

INE. Según los últimos datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística (1 de Enero de 2016), la provincia cuenta con noventa y dos centenarios, veintinueve varones y sesenta y tres mujeres. Además, más de dos mil sorianos superan la barrera de los noventa años.



LOS DATOS

60:

AÑOS

Tenía Francisco cuando se jubiló (1970). Una fecha todavía positiva para el ferrocarril soriano, que experimentó sus peores momentos una década más tarde con el cierre de líneas como la Soria-Burgos.

9:

DE MARZO DE 1910

Es el día de nacimiento de Francisco Delso Gonzalo. 1910, un año en el que nació la Aviación Militar Española y reinaba Alfonso XIII. El Papa era Pío X.

1892:

FECHA

Es el año en el que el estadounidense John Froelich construyó el primer tractor con motor de gasolina. Un invento que pocos años después utilizó Francisco en sus trabajos en el campo para la familia Carrascosa.

nos ponían en fila con las manos arriba y si alguno las llevaba algo sucias nos daban en las uñas con una varita.

P: ¿Cómo eran los trabajos en el campo en aquella época?

R: Ya por aquellos años se utilizaban máquinas en el campo. Antes de entrar a los talleres de la Renfe, trabajé en la finca de la familia Carrascosa en Alconaba. Tenían un par de tractores, uno lo llevaba yo y otro mi compañero, y también llevé segadoras y cosechadoras.

P: Trabajando durante tantos años en los talleres del ferrocarril español habrá vivido muchas aventuras...

R: Sí. Trabajé para la línea Santander-Mediterráneo como mecánico. Empecé de peón y me jubilé como oficial a los sesenta años. Yo era mecánico reparador de la máquina, pero como había muchos trenes tenía también que hacer de freno. Nos cogían a los del taller y nos mandaban viajar con los trenes para frenar las máquinas en las bajadas. Cada uno iba en un vagón y cuando el maquinista daba unos pitidos nosotros frenábamos. El tren salía a cualquier hora del día y he pasado noches enteras en los vagones. Además, también nos tocó ir a poner las vías bien cuando descarrilaba algún tren. El trabajo era complicado, a veces ibas a hacer una reparación y no valía ninguna pieza, y algunas de la que valían, duraban poco tiempo.

P: Francisco, veo que uno de sus pulgares no está completo..., ¿qué le ocurrió?

R: Una máquina del tren me lo cortó. Estaba trabajando metiendo unas guarnituras para que no saliera el vapor cuando estaba encendida la máquina, y uno de mis compañeros sin darse cuenta cambió la palanca para que tuviera más fuego. Un latigazo me lo cortó.

P: Si echa la vista atrás, ¿cómo resumiría su vida?

R: Siempre trabajando. Aun jubilado, he seguido reparando algunas cosas para casa en mi cochera y trabajando en la huerta.

BIOGRAFÍA

Una vida dedicada al trabajo y a su familia

El 9 de marzo de 1910 Francisco Delso Gonzalo nació en Alconaba, una pequeña localidad soriana situada a tan solo 12 kilómetros de la capital. Desde su juventud comenzó a trabajar en el campo, aunque realmente no conoció su verdadera vocación hasta que entró a los talleres del ferrocarril español, donde trabajó toda su vida como mecánico para la compañía que gestionaba la línea Santander-Mediterráneo. Un recorrido con parada en Martialay, pueblo vecino de su localidad natal.

A pesar de sobrepasar la centuria, la familia de Francisco Delso solo está compuesta por tres generaciones, la suya, la de sus dos hijos, Javier y Amparo, y la de sus nietos. Su hijo se emociona escuchando hablar a su padre, que recuerda los buenos y malos momentos de su vida, sobre todo acontecidos durante la guerra. Describe a su padre como una persona amable, reservada y muy trabajadora. "Siempre estaba trabajando, recuerdo como un día muy especial la primera vez que pudo comer con nosotros un Domingo de Calderas".

107 años de vida, dedicados al trabajo y a su familia.

“Aunque trabajé como mecánico del ferrocarril, también me tocó hacer de freno”.

“Las cosas han cambiado mucho, ahora el alumno manda tanto como el profesor”.

m-audiovisuales
Unidades móviles de radio y televisión.
Emisiones en directo por internet.
Producción audiovisual.
Comunicación y sonorización.
www.m-audiovisuales.es
Teléf. 659 171 258
info@m-audiovisuales.es

HOTEL
Alvargonzález
Avda. Constitución, 20
Tel. 975.378.505
42150 VINUESA

COMIDA TRADICIONAL
Hotel - Residencia
Cafetería

El NAÚTICO
Tel. 677.130.562
Carretera Cidones a Vinuesa - Pantano de la Cuerda del Pozo

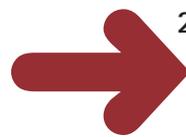
Distribuidor oficial **CEPSA**

Petrosoria
GASÓLEOS A DOMICILIO
Tel. 975 230 659
info@petrosoria.com

¡¡¡DESCUBRA NUESTRA NUEVA WEB!!!
www.petrosoria.com



la opinión



24 CARTELES PARA UNAS FIESTAS ÚNICAS

SAN JUAN. 24 son las obras expuestas en el Ayuntamiento de entre las que saldrá el cartel de las Fiestas de San Juan 2017. El reducido número (rondaba los 60 en las 3 últimas ocasiones) es sin duda un toque de atención por los escándalos que han rodeado la elección los últimos años.

Abedul caído



ROBERTO
VEGA

El ayuno de Moses

“Dios Todopoderoso”. Una treintena de seres humanos acuden a la ermita del fabuloso jardín para la oración de Moses: “Tú has creado el cuerpo humano, tú has combinado en él órganos que actúan sin cesar y armoniosamente.”

Se cobijarán de la intemperie escuchando a Moses: “Cuando la fragilidad de la materia o las pasiones desbocadas del alma trastornan ese orden o quiebran esa armonía tú envías al hombre la enfermedad que anuncia el peligro que se acerca y le urges a que lo evite.”

Una vez vi al Católico dar media vuelta en terreno del Testigo, otra al Musulmán y al Cristiano compartir proyectos, hoy veo al que tiene dudas acompañar a Moses: “Tú has dotado al hombre de sabiduría para aliviar el dolor de su hermano, para diagnosticar sus enfermedades, para extraer las sustancias curativas.”

Me han recitado mitología clásica, he leído poesía persa del siglo XI, he conocido la austeridad obrera... Escucho a Moses: “Estoy ahora preparado para dedicarme a los deberes de mi profesión. No permitas que la sed de ganancias o que la ambición de renombre y admiración echen a perder mi trabajo. Haz que en el que sufre yo vea siempre a un ser humano. No permitas que me distraiga. Concédeme que mis pacientes tengan confianza en mí y en mi arte y sigan mis prescripciones y mi consejo. Yo espero alcanzar la vejez en esta tierra y la ambición de saber más cada día. Pues el arte es inacabable y la mente del hombre siempre puede crecer.”

Roberto Vega.
Entrenador de base.

La carta del director

Semana de pasión turística

Entramos en un mes de abril que tiene todos los elementos para convertirse en un gran mes para el sector turístico y hostelero de la provincia. A la Semana Santa, que este año al caer más tarde viene con mayores probabilidades de buen tiempo, hay que sumarle el Campeonato de Europa de Duatlón que acogerá la capital y otros acontecimientos como los primeros actos sanjuaneros, la fe-

ria de la caza en Almazán o la de abril en el Calaverón, que sin bien son más cotidianos y pequeños cuentan con un público muy fiel.

No es discutible que de un tiempo a esta parte la provincia de Soria se ha consolidado como destino turístico. Y eso que tenemos, como se diría ahora, muchas áreas de mejoras tanto en el producto que vendemos como en la forma en que nos comunicamos puesto que no hay

que olvidar que correlación no implica causalidad. El turista del siglo XXI está ya muy lejos del estereotipo de sol y playa y la provincia se adapta muy bien a las nuevos gustos. Más viajes pero con menor estancia, apuesta por la naturaleza, el deporte y la salud, desconexión de las grandes ciudades y del universo digital o el turismo gastronómico y cultural son algunas de las tendencias en auge de los últimos años y para las cuales Soria tiene una posición privilegiada.

Con Numancia 2017 hemos puesto en la palestra una de las debilidades de nuestro sector turístico, la falta de planificación de las acciones turísticas. Más allá de discusiones

políticas el turismo necesita un plan integral y global para toda la provincia, una estrategia a medio plazo pensada por profesionales del sector y que no quede a expensas de cada cambio político o presupuestario.

Entre los puntos de mejora pueden apuntar; la creación de paquetes y productos turísticos que generen valor añadido, la adaptación del mensaje a las nuevas formas de comunicación, la inversión en publicidad fuera de la provincia, las sinergias entre los recursos, la apuesta por el turismo extranjero o el reciclaje y la adaptación de una parte del sector hostelero y de servicios.

Sergio García.
Director de Soria Noticias.

La tribuna



Carta de una niña saharauí

ZAHRA

Hola, me llamo Zahra y soy una niña saharauí de 10 años que vive en un campamento de refugiados saharauis llamado Smara, en el desierto argelino cerca de ciudad de Tinduf.

Aquí es muy duro vivir y la verdad es que nadie lo había hecho antes que nosotros. No vivimos aquí desde hace muchos años porque nos guste sino porque mis abuelos tuvieron que huir a esta zona del desierto de Argelia al ser invadido nuestro país, el Sáhara Occidental. En caso de no haberlo hecho, mis abuelos lo hubieran pasado muy mal como les ocurrió a otros muchos saharauis.

Aunque aquí vivimos felices con nuestros padres y hermanos, vamos al colegio y de vez en cuando nos ve el médico con sus escasos medios, la comida no es muy buena, en verano hace mu-

chísimo calor y hay muy poca agua.

He hablado con otros niños saharauis en el cole y me han dicho que ellos, cuando viajan a España en verano, se lo han pasado muy bien con sus familias de acogida soriana: habían comido muchas cosas que aquí nunca habían visto o probado, les habían llevado al médico para ver cómo estaban de salud, habían ido muchos días a la piscina y a las fiestas del pueblo y encima hablaban español mucho mejor que antes de ir de vacaciones a Soria.

Algunos era la primera vez que habían ido a España y se asombran de muchas cosas, como que hubieran tantos coches por todos lados, que la gente viviera unos encima de otros y que utilizara ascensores o escaleras para llegar a su casa, que hubiera piscinas para no pasar calor, que la luz se pudiera encender cuando uno quisiera,

que el agua saliera siempre por los grifos o que el frigorífico estuviera siempre lleno.

Y es que nuestra vida allí es muy diferente a la que hay en Soria, aunque cuando acaba el verano estamos deseando volver a casa con nuestros padres, hermanos y amigos para contarles lo bien que lo hemos pasado y que estamos deseando volver otro veranos más porque al fin y al cabo tengo dos familias, una en el Sáhara y otra en Soria.

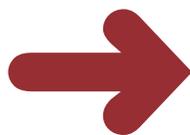
Este año también voy a viajar a Soria para pasar el verano con mi familia soriana. La verdad es que estoy deseando que llegue el día para montarme en el avión y ver de nuevo a mis amigos sorianos, la dehesa, Valonsadero (si tuviera suerte llegaría a las fiestas de San Juan), ir a la piscina del pueblo, comer helados, paella, beber una coca-cola... ir al médico que me ve todos los veranos, aunque no me hace mucha gracia, y también poder hablar en español con mis amigos de Soria porque lo hablo igual de bien como mi idioma, el hassania.

Hay niños saharauis en mi campamento y en los otros cuatro que no podrán viajar a España este verano porque hay familias españolas que no se deciden a dar el paso y acogerles porque les da miedo al ser una experiencia nueva. Yo les pido que prueben y estoy casi segura que no se arrepentirán de hacerlo.

Al fin y al cabo, como pone el cartel de los amigos del pueblo saharauí de Soria: “este verano acoge una sonrisa en tu hogar”.

Nota; No, Zahra como tal pero si existen muchas Zahras con sus mismos sueños y necesidades a la espera de que una familia soriana decida cambiar su verano.

Asociación soriana de amigos del pueblo saharauí.



LA OBSESIÓN POR EL SEAT NUMANCIA

MARKETING. Informó SEAT que busca nombre para un nuevo modelo de coche y volvió a activarse la campaña que pide que Numancia sea el apellido del nuevo vehículo sin saber exactamente cuales serían los beneficios de ello. ¿En serio queremos que cuando la gente busque Numancia en Google salgan motores y llantas? Todo ello mientras el evento aun no tiene página web...

El pasado día 17 de marzo se celebró la votación en las nueve provincias de Castilla y León para elegir al nuevo Presidente Regional del Partido Popular. En todas, exceptuando León y Palencia, ganó Alfonso Fernández Mañueco, opción de la presidenta Marimar Angulo y del sector oficialista soriano, frente a Antonio Silván, opción de los que quieren ser alternativa a la anterior. En Soria, este congreso regional se vivió en clave de primarias para el congreso provincial que tenemos a la vuelta de la esquina. Los que se autodenominan “renovadores”, que de nuevos tienen nada, puesto que en realidad son un grupo de personas que lo han sido todo en política y además durante mucho tiempo (exconcejales que fueron ediles por más de 20 años, exsenadores, expresidentes de Diputa-

La ventana



M^o JOSÉ FUENTES

Los “renovadores”

ción, exdiputados eternos de esa misma institución, exalcaldes capitalinos...) se erigen como alternativa “renovada” frente al grupo de personas que dirige Marimar Angulo, que ésta sí que está pagando con sangre, sudor y lágrimas, la renovación que inició

hace cinco años y que los anteriores no le perdona. La cuestión es que de los 47 compromisarios electos, la opción de Marimar Angulo consiguió 39, mientras que la que lidera Antonio Pardo obtuvo tan solo 8, con un estrepitoso fracaso en la capital y en el partido judicial de Soria, donde no consiguieron ni uno solo. En los periódicos del día siguiente se podía ver la foto de un sonriente Oscar Abellón, representante del sector crítico en la capital (según reza el pie de foto) ejerciendo su derecho a voto, de los que solo recibió 37, frente a los 130 que recibió el Delegado Territorial de la Junta, Manuel López Represa. Resultado del congreso: revolcón para los “críticos-renovadores”.

M^o José Fuentes.
Concejal del PP en el Ayuntamiento de Soria.

Desde Variena



CARLOS LAFUENTE

Échame una mano primo, que viene mi jefe a verme

Nos encontramos en la etapa precongresual de los dos grandes partidos y vemos el reflejo de lo que pasa en ellos en la provincia. En unos casos sus divisiones, como en el PP provincial y en otros su monolitismo, como en el PSOE. No creo que sea bueno ni lo uno ni lo otro.

Es bueno discutir y proponer alternativas, ofrecer programas y hacer debates de ideas. También es bueno que existan líderes que aglutinen en su derredor a la gente. Son buenos los debates, pero se descafeinan cuando las ideas y los programas se convierten en meras excusas que esconden el verdadero trasfondo: personas. Esconden lealtades que quieren perpetuarse o poner en los cargos a sus acólitos. O cuando lo que se quiere es el “quítate tú para ponerme yo”.

Por eso estos días corren militantes afiliando a amigos, familiares y a todo aquel que deba un favor. Todo para llenar los autobuses que tienen que ir a votar. Poco importa la ideología del nuevo afiliado, o si sólo va a ir a votar un día. De esa manera quedará amortizado. Hay veces que uno se figura la Asamblea de los partidos y poco dista de la cena de Nochebuena de la familia. Muchas veces está hasta el pavo.

Y así nos va. Por eso, partidos que no saben ni que ideología tienen. Porque la gente está harta. Harta de que los partidos políticos en vez de ser un motor del cambio sean meras máquinas electorales al servicio de.

Como no entendamos esto, dejemos de fusilar programas y ponencias de otros lugares y mientras los cargos no se pongan a disposición de los programas y no de intereses, no conseguiremos más que desprestigio y caldo de cultivo para otras cosas que miedo me dan. ¿o no?

Carlos Lafuente.
Empleado público y contertulio.

Gracias, de nada



Son muchas las veces que aparece Soria en las redes sociales, muchos los que muestran inquietud por esta tierra, lo hacen desde aquí o desde cualquier lugar del mundo donde hay un hijo de nuestros pueblos. Mostrando fotos de paisajes espectaculares, de claustros silenciosos y altos torreones, de murallas e iglesias de cuento, de castillos que dominan el horizonte y monumentos que hablan de nuestra rica historia, de amaneceres equinocciales y puestas de sol que cambian de estación, de hayedos y robledales de imposibles colores otoñales o de almendros floridos que albergan la esperanza de la próxima primavera. Hay quien pretende poner Soria de moda, quien habla de la repoblación, los que defienden su pequeño pueblo o recordar aquellos abandonados. Los hay que exhiben los encantos de la capital en miles de ángulos fotográficos desde San Saturio al Mirón, los que muestran su pasión por las águilas y pájaros que vuelan nuestros cielos, los que nos mues-

El Zaguán



CARLOS CASTRO

Un hueco, lleno de ilusión

tran los versos de nuestros poetas, en fin, sería interminable citarlos a todos, pero todos tienen algo en común, su amor por esta tierra, Soria, les duele Soria, nos duele Soria, verla morir.

Ojalá un día aparezca alguien que sea capaz de encauzar y unir en un solo sentimiento todas estas inquietudes, pelear por Soria por encima de ideologías, generar una nue-

va tendencia que no se deba a la verticalidad de los viejos partidos, donde tengan cabida todos los que quieran arrimar el hombro por el futuro de nuestros hijos, donde las aspiraciones personales no sea lo prioritario, y las únicas siglas que nos unan a todos sea SORIA.

Somos muchos los sorianos de diferentes ámbitos a los que nos une la pasión de defender lo que nuestros padres nos dejaron vivo y que estamos viendo morir, los que creemos que la política tradicional ha hecho muy poco por darle oxígeno a esta provincia y que hay que dar un paso al frente y participar, moverse y aportar cada uno su granito de arena, para que esta tierra no muera.

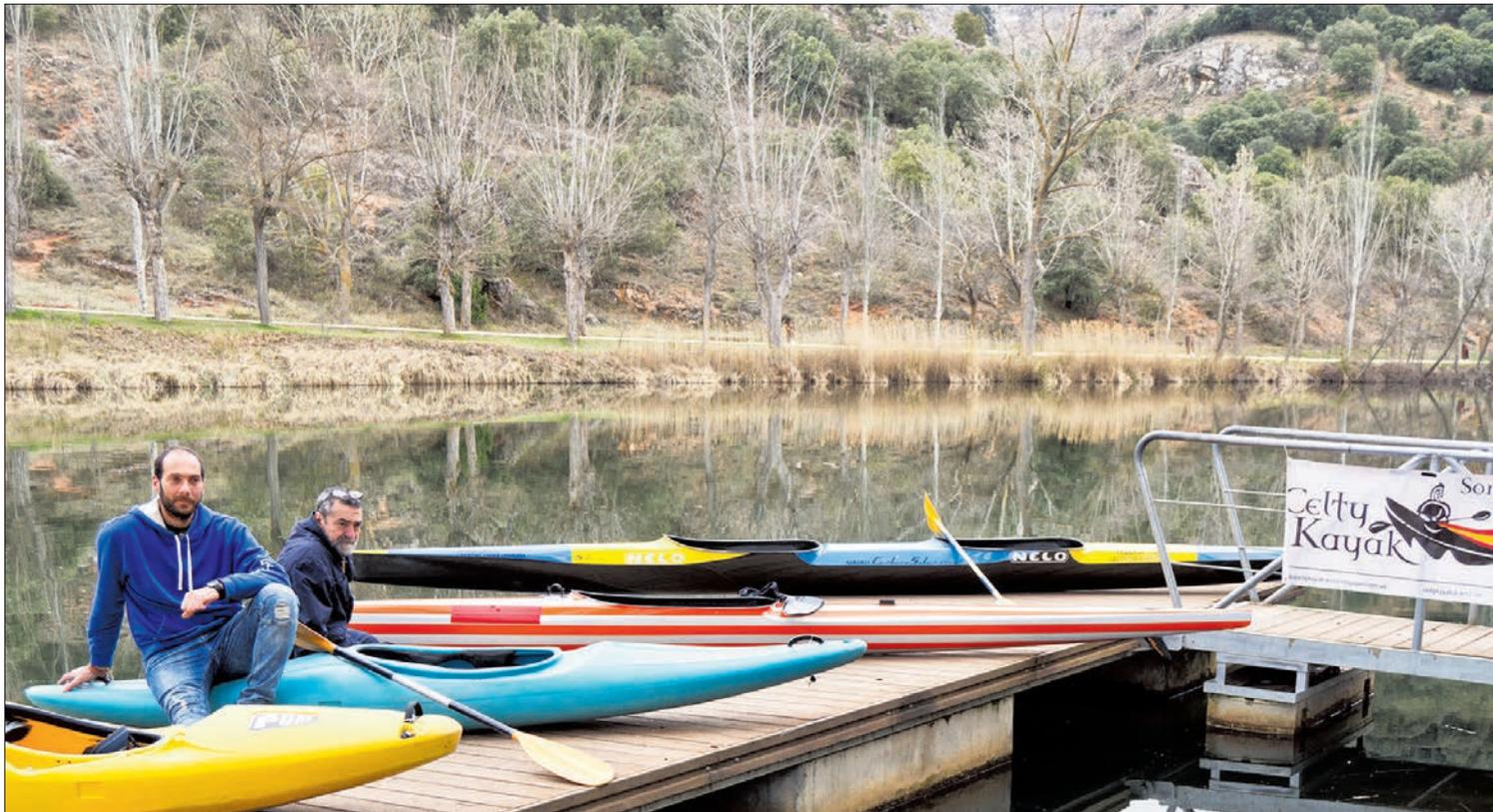
Por eso felicitar a “El Hueco”, un pequeño ejemplo de unión de sentimientos en la búsqueda desesperada de iniciativas que ayuden a dar un pequeño respiro a esta vieja pero hermosa tierra, es la nuestra. Ojalá salgan más.

Carlos Castro
Agricultor



UNA PISTA DE KAYAK POLO, EL PRÓXIMO PROYECTO

EN MARCHA. Un lugar donde puedan practicar la modalidad de kayak polo, en la que dos equipos juegan un partido de cinco contra cinco, y cuyo objetivo es encestar en la portería contraria. Esperan tener el proyecto, con la colaboración del Ayuntamiento, para el año que viene.



Ángel Lorenzo y Francisco Villanueva del Celtikayak junto al duero. / P.L.

PIRAGÜISMO EN EL DUERO: CLUB CELTIKAYAK DE SORIA

"El piragüismo enseña la verdad de la naturaleza"

El Celtikayak tiene su competición estrella, la popular de San Saturio, pero también imparte talleres y cursos de iniciación para mostrar el deporte a todos los sorianos.

E.L.G. "Tenemos que mentalizarnos de que el piragüismo es como cualquier otro deporte", dice Ángel Lorenzo, miembro del club Celtikayak. Aunque en Soria, es un deporte para valientes. "Llama más la atención porque vas encima del

agua, pero el Duero es uno de los mejores lugares para practicar la modalidad de pista", en la que se navega sobre kayaks ligeros y rápidos. Pero estos deportistas sorianos no temen al tiempo y disfrutan del Duero también en invierno: "si vas con la ropa adecuada no tienes por

qué pasar frío. Entrenamos durante todo el año", dice Lorenzo. "Es un deporte que requiere constancia"

LOS VALORES

Destacan de este deporte los valores que enseña. "El piragüismo es real", destaca Lorenzo, "vas en el

agua y si pasa algo tienes que saber solucionártelo porque si no, puedes tener problemas. Es un deporte que entraña cierto riesgo y hay que estar preparado. Ahora que vivimos en un mundo donde todo es virtual, el piragüismo te enseña lo contrario, la verdad de la naturaleza".

EL MEDIO ACUÁTICO

"Lo mejor de este deporte es precisamente el medio en el que se practica", dice Francisco Villanueva. "El río te muestra cosas que no podrías ver de otra manera, hay lugares a los que no se puede llegar si no es a través de él, y para eso el Duero es espectacular". Y es que ambos miembros del club coinciden en

"Ahora mismo somos 50 miembros, 40 ya federados".

"El Duero te ofrece cosas que, si no vas en kayak, no ves".

"Todo el que viene aquí se queda maravillado con los paisajes".

que, aunque las condiciones climatológicas a veces no sean las más agradables, los paisajes y las vistas que ofrece Soria tampoco las tienen en otros lugares. El Duero tiene un largo recorrido plagado de una naturaleza increíble. Los piragüistas son amantes de la naturaleza, por eso también, desde el club, suelen organizar un par de veces al año salidas con sus kayaks para limpiar las orillas del río.

LAS COMPETICIONES

Desde el Celtikayak organizan su competición más ambiciosa, la popular de San Saturio, que lleva realizándose cinco años y que en su última edición llegó a congregarse a más de 400 palistas, incluyendo campeones a nivel nacional e internacional, aficionados de todas las edades e incluso deportistas paralímpicos.

También, para dar a conocer el deporte organizar talleres y cursos de iniciación para los que no hace falta formar parte del Club y que se llevan a cabo normalmente en fechas más cálidas, primavera y verano.

**PARQUE
acrobático forestal**

**Abierto todo el año
628 463 200**

Ctra. de Vinuesa a Montenegro Km 2,6,
contacto@vinuesaventura.com





ENFERMERÍA COLABORARÁ CON EL EUROPEO DE DUATLÓN

LA PRUEBA INTERNACIONAL estará apoyada por la Facultad de Enfermería con la que se ha llegado a un acuerdo de colaboración. Así, la facultad aportará 40 alumnos y 5 profesores que colaborarán como voluntarios como refuerzo a Cruz Roja.



→ el cronómetro



www.sorianoticias.com

Salvamento y socorrismo

El departamento municipal de Deportes convoca, por primera vez este año, dos jornadas de salvamento y socorrismo en la piscina Ángel Tejedor. Podrán participar los escolares nacidos entre 2003 y 2008 en los días 1 y 6 de abril, a partir de las 9:30 en la citada piscina. El objetivo es dar a conocer la modalidad deportiva entre los más jóvenes.

Homenaje a Pérez Cintora

La SD Ágreda y a la AD Ólvega rindieron homenaje al entrenador Jesús Vicente Pérez Cintora, fallecido el pasado enero en un accidente en su granja porcina. El fallecimiento conmocionó a sus vecinos y, ahora, han querido aparcar la rivalidad de los dos equipos (que compiten en la 1ª Regional Aragonesa) para jugar un partido homenaje al entrenador.



ALFONSO IZQUIERDO EN CATEGORÍA CADETE

Campeón regional de duatlón

Por segundo año consecutivo, la localidad vallisoletana de Laguna de Duero albergó su duatlón que, además, dirimía el Campeonato de Cyl cadete e infantil en esta modalidad. Alfonso Izquierdo dominó con absoluta autoridad la prueba cadete, que constaba de 2,5 km. corriendo, 9 km. en bici y 1,5 km corriendo, aventajando en casi 2 minutos a Manuel Hernandez, de Segovia.

Cuesta gana en Golmayo

Con un tiempo de menos de una hora David Cuesta del Club Triatlón Soriano ganaba la II edición de la Subida al Palillo. Cuesta ya venció esta carrera de montaña de 12 km. y un desnivel de 1.000 metros el año pasado aunque en esta ocasión se aprovechó de un despiste de sus rivales. En la categoría femenina fue Yolanda Martín Ramos quien se impuso.

Navaleno, tiro con arco

La localidad acogerá el próximo 2 de julio el campeonato nacional de España de tiro con arco en las categorías junior, cadete e infantil. La prueba comenzará a las 10:00 de la mañana y se prolongará hasta las 16:00 de la tarde estando ubicados los campos de tiro en el punto limpio y en la carretera Soria-Burgos. En total, el recorrido contará con 24 dianas.

EL EQUIPO ACUSA LA FALTA DE IDEAS CUANDO PASA DEL CENTRO DEL CAMPO

Sin gol no hay puntos

La falta de gol del Córdoba, el Rayo y el Oviedo, ha evitado que el Numancia esté en descenso.

E.L.

Desde el último gol que marcó el Numancia el 12 de febrero al Reus, han pasado seis partidos y más de un mes. Nada más y nada menos. 540 minutos de sequía en la portería contraria en la que ha habido días mejores y peores. Tres derrotas y tres empates lo atestiguan. Porque claro, es imposible ganar sin hacer gol. Quizá sea una buena forma de no arriesgar y no perder, pero no se puede ganar. Y sumar puntos tan poquito a poquito no parece una buena idea para un equipo que quiere "mirar hacia arriba en la tabla", en palabras de su propio entrenador. Parece que siguen cómodos los rojillos en el centro, con doce equipos por delante y nueve por detrás, a seis puntos del descenso y a diez de la promoción.

DESCENSO

Pero así, el colchón se acaba y la situación se complica. Quizá, cuando el descenso asome en el horizonte el Numancia que vimos en enero resucite y vuelva a ganar. Y vuelva a tocar. Y vuelva a crear juego en el área contraria. Y vuelva a animar a la afición. Y recupere el centro del campo. Pero para eso parece que aún hay que esperar. Les



Unai Medina se lamenta en el partido ante el Rayo. /LFP

EL DATO

12:

EMPATES

De 31 partidos jugados los rojillos han empatado 12 y han perdido 10. Solo han ganado 9 partidos, menos de un tercio de los que se han jugado. El año pasado los rojillos empataron 18 encuentros, 17 hace dos campañas y 21 en la temporada 2013-2014.

siguen valiendo a los de Arrasate los seis puntos que les separan de los puestos de descenso, pero una vez se llega allí, es más difícil salir. Ampliar esa ventaja y llegar a los 50 puntos es el objetivo que tiene marcado el entrenador, "y cuanto antes lleguemos mejor". Los próximos rivales, Sevilla Atlético, Girona, Elche y Tenerife determinarán si el Numancia tendrá otro final plácido de temporada, o tocará apretar los dientes y ganar cómo sea. Incluso sin marcar.

fisio
running
MONCAYO

- Fisioterapia • Dietética y nutrición
- Logopedia • Psicología
- Entrenamiento personal y grupos
- Ejercicios para embarazadas

619 904 862 / 975 12 03 54
C/ Navas de Tolosa, 16. Bajo. Soria
C/ Ávila, 8. Ólvega. Soria
fisiorunningmoncayo@gmail.com
www.fisiorunningmoncayo.es

Sir

BOUTIQUE

25 ANIVERSARIO

C/ Claustrilla, 3. Soria Tfno. 975 23 10 83

CONSTRUCTO, S.A.



LAS MEJORES MARCAS
EXPOSICIÓN DE AZULEJOS Y
GRES PARA COCINAS Y BAÑOS



Avda. Valladolid, 107. Soria. Tfnos.: 975 220 158 - 975 220 749

turismo#ruta a pie#



PUNTOS CLAVES

01:

PUERTA ÁRABE

Dejando atrás el castillo de la villa, se encuentra la Puerta Árabe o Puerta de la Villa, el acceso de poniente a Medinaceli. Esta puerta, perteneciente al antiguo campamento romano, ha sufrido diversas reformas durante la historia, siendo la última la realizada en el siglo XX, concretamente en 1969.

02:

ALHÓNDIGA

La plaza mayor de Medinaceli destaca por dos de sus edificios, el Palacio Ducal y la Alhóndiga.



Este edificio que data del siglo XVI se dedicaba antiguamente al comercio y almacenaje del grano. Su fachada cuenta con dos series de arcos, divididas en los dos pisos de la construcción.

03:

AULA ARQUEOLÓGICA

Los visitantes que lleguen hasta Medinaceli encontrarán también el Aula Arqueológica, ubicada en la plaza Mayor de la localidad. El centro hace un recorrido por la comarca, anterior a la presencia romana.

fectamente preparadas para recibir y acoger a los viajeros que se acercan a su territorio.

La oficina de información turística abierta en Medinaceli propone un recorrido por la villa de unos sesenta minutos de duración, un agradable paseo que atraviesa cada rincón del pequeño municipio soriano, y que muestra a los visitantes la historia de Occilis (Medinaceli), punto clave dentro del itinerario entre Caesar Augusta y Augusta Emerita.

El trayecto, que cuenta con 10 paradas obligatorias, comienza en

el Arco Romano de triple arquería, una joya arquitectónica única en España, y cuya fecha de construcción es un misterio, aunque se cree que pudo ser erigido entre los siglos I y II. Una vez pasado el arco, el recorrido continúa por la muralla, levantada por los romanos y reconstruida

más adelante por los árabes, sigue hacia el castillo y llega, en el cuarto punto del trayecto, a la Puerta Árabe.

Atravesada una de las cuatro puertas del campamento romano, los turistas se encontrarán con la Ermita Beato Julián, más adelante con la Colegiata de Nuestra Señora Asunción, y llegarán a la plaza Mayor, donde podrán visitar las exposiciones de Medinaceli DeArte en el Palacio Ducal y el Aula Arqueológica. Para finalizar, el camino llevará a los visitantes hasta el Beaterio de San Román y el Convento de Santa Isabel, todavía hoy habitado por las hermanas clarisas.

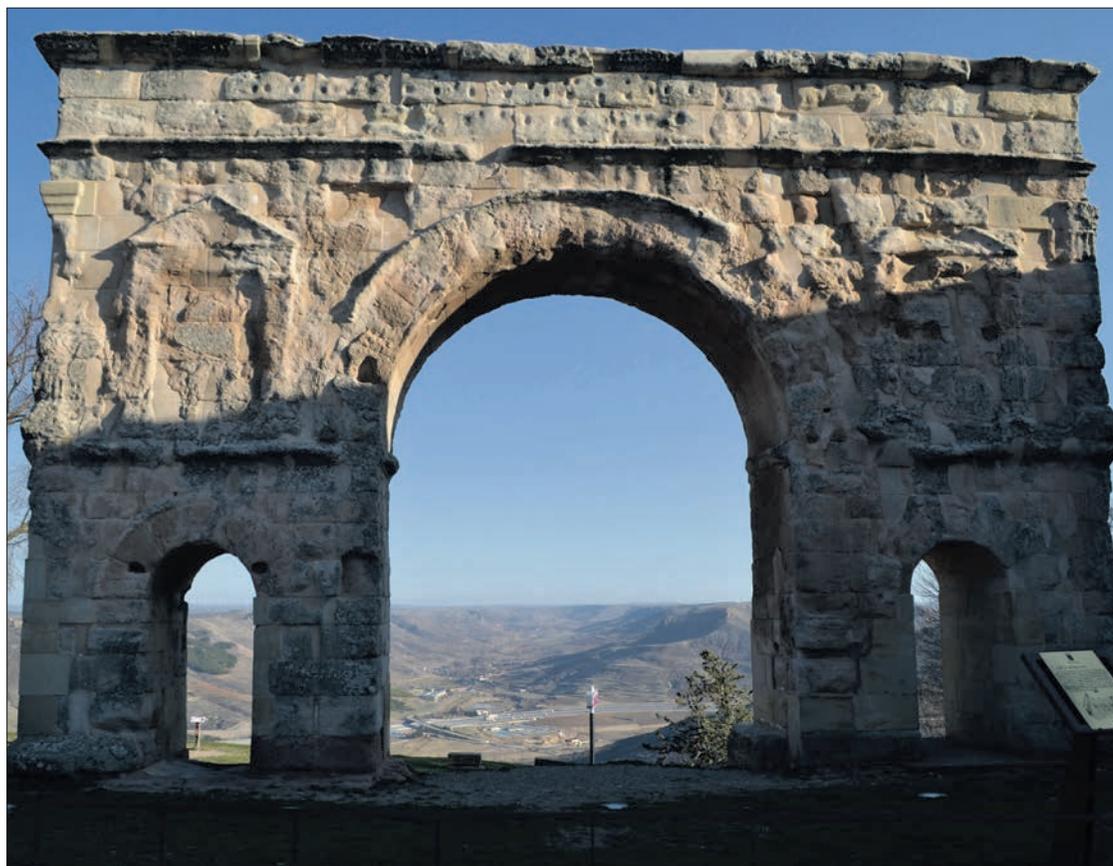


Imagen del arco romano de Medinaceli, antigua puerta de acceso a la villa soriana. /SN

Un paseo por la villa soriana de **MEDINACELI**

'**LA CIUDAD DEL CIELO**' es una de las maravillas con las que cuenta la provincia de **SORIA**. El pequeño municipio de **MEDINACELI** propone a sus visitantes una tranquila y cultural estancia, en uno de **LOS PUEBLOS MÁS BONITOS DE ESPAÑA**. La villa ofrece a los turistas la posibilidad de adentrarse en su historia con un recorrido por sus calles, en las que reside el único arco romano de triple arquería que se conserva en **ESPAÑA**, y con la visita al Aula Arqueológica.

P.B.P.

Esta quincena, la ruta que propone Soria Noticias discurre por el sur de la provincia, concretamente por uno de los municipios con mayor encanto de Soria, Medinaceli.

La villa soriana, declarada Conjunto Histórico Artístico en 1963, está catalogada como uno de 'Los pueblos más bonitos de España', el distintivo que otorga la asociación nacida bajo el mismo nombre a las localidades españolas más hermosas. Poblaciones que cuentan no solo con un rico patrimonio cultural y arquitectónico, sino que también están per-

975 23 20 20 - 975 23 01 51
Polg. Ind. "Las Casas" C/F p 26 - nave 2

jam@mochuelojam.es

SERVICIO DIARIO **CARGAS COMPLETAS**
NACIONAL Y PROVINCIAL **TT. PESADOS**
ENVÍOS INTERNACIONALES **EXPRESS**





Hostelería, tiendas, servicios, ocio...nuestra provincia está llena de oportunidades y para demostrarlo Soria Noticias y los negocios sorianos **Lo damos todo:**

CALIDAD – VARIEDAD – PRECIO

Durante los próximos 3 meses conoceremos 45 empresas sorianas. ¿Más? Claro, aquí **Lo damos todo.**

2.250 € EN PREMIOS

Sorteamos 45 vales regalo de 50€ (uno por establecimiento). Participa en el sorteo con el cupón que aparece en esta página, rellenando el formulario que encontrarás en Sorianoticias.com o en nuestra página de Facebook.

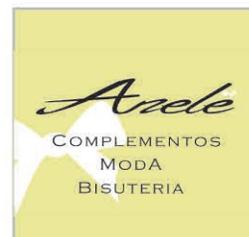
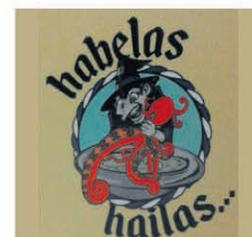
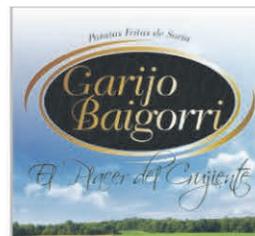
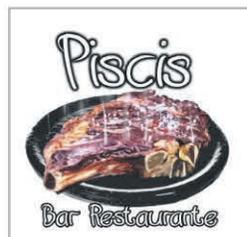
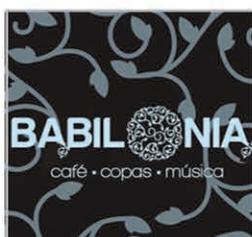
El jueves 1 de junio conoceremos a los 45 ganadores.

Y RECUERDA, AQUÍ, TODOS, LO DAMOS TODO.

Colabora:



Participan:



Para participar en el sorteo de los 45 vales regalo de 50€ rellena este cupón y mándalo a:

**Lo damos todo, Soria Noticias,
Calle Mayor 17 Bajo, 42001 Soria**

Participa también en www.sorianoticias.com y en nuestra página Facebook

Nombre:

Apellidos:

Teléfono:

Email (opcional):

CENTRO MÉDICO PAMA



Dr. José Pastor.

“Somos expertos en Cirugía Mayor Ambulatoria”

¿Qué damos en Centro Médico Pama?

Centro Médico Pama ofrece servicios de asistencia médica y quirúrgica, algo que, desgraciadamente, es muy necesario. Ayudamos a envejecer mejor y a procurar una mejor calidad de vida de todos nuestros pacientes, tanto en el aspecto físico como en el psíquico, en la medida de lo posible.

¿Qué hace especial a Centro Médico Pama?

El punto más importante de la oferta de Pama es la calidad de todos nuestros servicios. Somos conscientes de que las personas que llegan hasta nuestro centro médico, vienen solicitando una ayuda para recuperar o mejorar su salud. Por eso, nosotros tratamos de ayudarles de la mejor manera posible, siempre teniendo en cuenta todos los aspectos que rodean a cada paciente, y ofreciéndoles un trato técnico y humano exquisito.

¿Ahora mismo cuál es el servicio estrella?

La Cirugía Mayor Ambulatoria. Solamente en Centro Médico Pama se hace este tipo de cirugía al margen de la Seguridad Social, y afortunadamente con éxito porque disponemos de los medios necesarios y de un cuadro de grandes profesionales.



CENTRO MEDICO PAMA
Ronda Eloy Sanz Villa 2 – Soria
Tlf: 975 228 052 / 975 228 084
www.cmpama.es

SORIA MODULAR



Las instalaciones de Soria Modular.

“Apostamos por los materiales ecológicos”

¿Qué damos en Soria Modular?

Soria Modular es una empresa dedicada a la fabricación de todo tipo de construcciones modulares, en las que el cliente elige hasta el más mínimo detalle. Ofrecemos diseños muy personalizados, fabricados con materiales de gran calidad como la madera Pino Soria. Además, también nos encargamos de todas las obras sobre el terreno.

¿Qué hace especial a Soria Modular?

Primero, el precio cerrado. En Soria Modular analizamos y presupuestamos la obra en conjunto, así el cliente conoce el gasto total desde el primer minuto. Segundo, la rapidez. Una vez que tenemos todos los permisos, construimos la casa en un mes o mes y medio, ya que no estamos condicionados por la meteorología. Y tercero, nuestra plantilla, formada por grandes profesionales con amplia experiencia en el sector.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

En general todos nuestros materiales, la mayoría, comprados en Soria. Además, apostamos por lo ecológico y reciclable, utilizando un aislamiento acústico y térmico de celulosa y pinturas compuestas por materias primas naturales.



C/ D, parcela 27 – Polígono Industrial Las Casas – Soria
Tlf: 975 041 028 / 645 770 315

CAZUELAS, TAPAS Y OLÉ



Óscar Tutor.

“Ofrecemos una amplia oferta gastronómica”

¿Qué damos en Cazuelas, Tapas y Olé?

En Cazuelas, Tapas y Olé ofrecemos una cuidada oferta gastronómica en pleno centro de la ciudad de Soria. Nuestros clientes pueden disfrutar de un delicioso desayuno, comida o cena, o simplemente picotear con nuestras cazuelas, tostas y raciones, elaboradas con productos típicos de Soria.

¿Qué hace especial a Cazuelas, Tapas y Olé?

Nuestra amplia oferta gastronómica. Para desayunar, café con leche o infusión, más una pieza de bollería, un bocadillo o una tostada, y un zumo natural a un precio de 2,50 euros de lunes a viernes, y de 3 euros el fin de semana y festivos. Para comer, el menú del día, y para cenar, un menú especial con varios entrantes, una ensalada al centro y un plato principal a escoger entre dos carnes y dos pescados.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

Los productos sorianos: el torrezno, las carnes y los boletus, de los que disponemos todo el año. Además, por la época en la que estamos las torrijas y la limonada de Semana Santa, totalmente casera y elaborada por nosotros mismos.



C/ Marqués de Vadillo 5 – Soria
Tlf: 975 240 815 / 975 225 255

VIAJES PISA MUNDO



Doro y Amanda.

“Estamos trabajando por y para los sorianos”

¿Qué damos en Viajes Pisa Mundo?

Pisa Mundo es una agencia de viajes que dispone de producto propio sin intermediarios. Por esta razón, podemos ofrecer a nuestros clientes circuitos diferenciales al margen de clásicos, siempre al mejor precio, ya que no tener intermediarios nos permite trabajar en las mejores condiciones.

¿Qué hace especial a Viajes Pisa Mundo?

Somos una empresa joven y dinámica, una tecnología diferente a la tradicional y a la vez formada por profesionales con una amplia experiencia en el sector. Actualmente, estamos trabajando para lanzar una serie de productos por y para los sorianos porque queremos que viajen con comodidad, saliendo desde su ciudad. Además, vamos a disponer de una nueva web de cruceros, con la mejor opción al mejor precio.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

Por un lado, los cruceros con el lanzamiento de esta nueva página web, y por otro, nuestros productos exclusivos a las Islas Canarias, costas, etc. Y por supuesto, sin olvidarnos de nuestras salidas a las impresionantes playas del Caribe.



Paseo Espolón 10, local comercial 1B – Soria
Tlf: 975 671 582

ENERSORIA



Daniel Martín y Violetta Paolinelli.

“Calderas de biomasa sin inversión inicial”

¿Qué damos en Enersoria?

Somos una empresa de servicios energéticos que usamos biomasa de la Comarca de Pinarens. Renovamos las calderas en comunidades de vecinos, empresas y granjas sin inversión inicial por parte del cliente, que luego se amortiza con el ahorro que genera el nuevo sistema y su combustible. Ya amortizado pasa a ser de su propiedad.

¿Qué hace especial a Enersoria?

Nuestro equipo tiene una gran experiencia debido a que realizan la representación en España de la marca Windhager y su sistema modular BioWIN y PuroWIN. Ello nos da una seguridad y un cocimiento sobre el sistema extremo, lo que hace que las amortizaciones sean más seguras y competitivas. El sistema modular que utilizamos no necesita grandes obras y se adapta con facilidad a todo tipo de cuartos de calderas.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

El sistema modular de calderas de alta gama completamente automáticas, con una regulación moderna y eficiente por sonda exterior y con gestión telemática para el mantenimiento y seguimiento de los sistemas.



C/ Eduardo Saavedra 38 – El Huelo – Soria
Tlf: 659 822 950 / 661 019 573

TWIDD



Rocío Muñoz.

“El azul es el color tendencia para esta temporada”

¿Qué damos en Twidd?

Twidd es una empresa dedicada única y exclusivamente a la moda masculina, porque a los hombres también les gusta ir a la moda y vestir bien. Contamos con prendas y accesorios para vestir en cualquier ocasión, tanto ropa de sport como más elegante y formal, multimarca, de última moda y a precios reducidos.

¿Qué hace especial a Twidd?

Los profesionales que formamos Twidd y sobre todo, el trato y el asesoramiento que brindamos a nuestros clientes. Un asesoramiento personalizado que se complementa con la labor de nuestros sastres y con el amplio abanico de ropa y accesorios para caballero que ofrecemos. Nuestro fuerte es la venta de trajes, pero también contamos con americanas y pantalones a juego para los que quieren asistir a las ceremonias de una manera más informal.

¿Ahora mismo cuál es la prenda estrella?

Ahora mismo nuestra prenda estrella de cara a comuniones, bodas y otras celebraciones son los trajes, camisas y corbatas. Esta temporada se lleva mucho el color azul, por eso contamos con una oferta de trajes en diferentes tonalidades de azules.



C/ Numancia 26 - Soria
Tlf: 975 230 020

HOTEL RURAL LOS VILLARES



J. Carlos García y Melania Cascante.

“Celebramos el 2017 con nuestro menú celtíbero”

¿Qué damos en Hotel Rural Los Villares?

Los Villares es un hotel rural con servicio de restaurante, que cuenta con un total de cinco habitaciones. Un alojamiento con encanto, muy tranquilo y ubicado en un sitio ideal para este tipo de turismo, Los Villares de Soria, muy próximo a la capital soriana y con un entorno espectacular.

¿Qué hace especial a Hotel Rural Los Villares?

Nuestro punto más fuerte es la gastronomía. Actualmente tenemos el menú de la trufa, pero pronto comenzaremos con el de primavera, que elaboraremos con productos de temporada y de la tierra. Nuestro menú degustación siempre tiene once entrantes, un segundo y un postre, por un importe de 32 €, bebidas no incluidas. Los escabeches y los productos micológicos son parte fundamental de nuestra oferta gastronómica.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

Nos hemos sumado a la celebración de los 2.150 años de la gesta de Numancia con la introducción en nuestra carta de un menú celtíbero, que ya presenté en Madrid Fusión. Una propuesta original y pura de la alimentación numantina.



C/ Felipe Las Heras - Los Villares de Soria
Tlf: 975 251 255

FELICIANO SANZ LALLANA S.A.



Instalaciones en Almenar.

“Asesoramos en el campo sobre las semillas y abonos”

¿Qué damos en Feliciano Sanz Lallana S.A.?

Nuestra empresa es una referencia en la producción y comercialización de cereal y de semillas fertilizantes y abonos. El trabajo y el esfuerzo nos ha asentado en el sector agroganadero de Soria. Ofrecemos a los profesionales del campo los productos necesarios para el trabajo durante el año.

¿Qué hace especial a Feliciano Sanz Lallana S.A.?

Es la atención personalizada y la confianza con los clientes que llegan desde muy distintos puntos de la provincia y se les ofrece asesoramiento sobre el mejor uso de los productos que adquieran en las instalaciones. Disponemos de tres centros de selección de semillas, en Almenar, Deza y Berlanga de Duero; y de seis almacenes ubicados en Almenar, Aliud, Gómara, Deza, Noviercas y Berlanga de Duero.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

Son los fertilizantes de última generación denominada 'Fertilizantes a demanda'. Los nutrientes se ponen a disposición de la planta cuando son necesarios y evita que se pierdan. Nuestra actividad se basa en la compra-venta de cereal.



C/ La Ermita. Almenar de Soria
Tlf: 975 390104 / 975 390106
www.semifelsa.com

PRODUCTOS EL PEÑEDO



Tere, en el stand de El Peñado.

“La morcilla dulce y la cecina son dos especialidades”

¿Qué damos en El Peñado?

Hemos cumplido dos décadas desde que pusimos en marcha la empresa en Quintanar de la Sierra (Burgos), en plena zona de Pinares, muy cerca de la provincia de Soria. Elaboramos artesanalmente productos que explican cómo se entienden las nuevas chacinas y embutidos. Calidad y frescura son dos de nuestras señas.

¿Qué hace especial a El Peñado?

No sólo elaboramos y comercializamos los mejores productos cárnicos y precocinados, sino que también nos hacemos cargo de su envío y transporte. La necesidad de hacer algo diferente, tras nuestra experiencia en estos años, nos ha llevado a desarrollar nuevos productos. El Chorizo y Salchichón con Boletus son una delicia. Suave, aromático y delicado perfume a bosque y a otoño. Sin embargo el protagonismo se lo lleva el Salchichón de Trufa.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

La morcilla dulce, el chorizo sarta y la cecina, de vaca y de burro, son varios de los productos más solicitados. En la Feria del Chorizo de Covalada, nuestros curados han recibido galardones y son muy aceptados por el público.



Polígono Industrial El Majano. Quintanar de la Sierra
Tlf: 947 396 040

EMBUTIDOS LA HOGUERA



Equipo humano de La Hoguera.

“Ofrecemos un servicio de calidad y personalizado”

¿Qué damos en La Hoguera?

En Embutidos La Hoguera creemos que la combinación de tradición, tecnología e investigación son las claves de la producción de alimentos de alta calidad. Esas son las consignas por las que hemos apostado desde nuestros inicios y las que han hecho de una gran marca comprometida con la salud y el futuro.

¿Qué hace especial a Embutidos La Hoguera?

Desarrollamos un proyecto integral que engloba toda la cadena desde la producción de ganado porcino, matadero, sala de despiece, hasta la transformación de los productos en San Pedro Manrique. Estamos en ferias, en lugares tan distantes como la de Japón de este año, y en los principales escaparates. Y acudiremos al 31 Salón de Gourmets del 24 al 27 de abril, para mostrar desde Madrid nuestros principales productos.

¿Ahora mismo cuál es el producto estrella?

En embutidos y jamones, Duroc, La Hoguera, Fuentebella (en ibérico y serrano), nuestro peculiar que ha sido ganador este año del Concurso del Mejor Chorizo, y los torreznos, que están siendo cada vez más solicitados.



C/ Carrera Mediana, 9 San Pedro Manrique.
Tlf: 975 398 000



EL QUE NO SE CONSUELA ES PORQUE NO QUIERE

GOLOSA. Aún siendo los dulces contraproducentes a la hora de perder peso, sucumbir a una pequeña cantidad de dulces (siempre que no sea bollería industrial) en el desayuno, alivia la ansiedad, acelera el metabolismo y evitará que picotees durante la mañana. Un poquito te lo puedes permitir.

→ Fisiorunning Moncayo

La realidad virtual: vanguardia en el tratamiento de los problemas psicológicos



En los últimos años, la realidad virtual se ha destacado como uno de los servicios más prometedores para el tratamiento de la ansiedad y de otros problemas psicológicos.

Aunque se trata de una tecnología validada por **más de 20 años** de investigaciones en el campo de la Psicología, hasta el momento estaba disponible únicamente en centros médicos y laboratorios universitarios.

Los trastornos de ansiedad afectan a un alto porcentaje de la población y son una de las principales causas de baja laboral. Estos trastornos afectan negativamente a la calidad de vida de las personas, tanto a los adultos como a niños que las sufren, y tienden a empeorar si no se tratan adecuadamente. La **terapia de exposición**, en cualquiera de sus variantes, está considerada como la técnica de elección en el tratamiento de estas patologías. La realidad virtual ha venido a sumarse a las terapias de exposición, posibilitando un punto intermedio entre la exposición en imaginación y la exposición en vivo. Las personas que sufren **ansiedad** desarrollan conductas de evitación para no enfrentarse a sus **miedos**.

La realidad virtual te permite afrontar estos temores de manera **controlada y gradual**.

Algunas de las ventajas que presenta la realidad virtual son ofrecer una experiencia inmersiva cercana a la situación real en un **entorno seguro, controlado y atractivo**, así como ofrecer la posibilidad de graduar la intensidad de los estímulos que se presentan, se aprovecha más el tiempo de sesión y nos permite medir el progreso de manera objetiva.

La realidad virtual ofrece una experiencia cercana a la situación real en un entorno seguro, controlado y atractivo, aprovecha más el tiempo de sesión y nos permite medir el progreso de manera objetiva.

Con esta herramienta podemos tratar los **principales problemas psicológicos** que acuden a consulta: ansiedad, ataques de pánico, miedo a hablar en público, ansiedad ante los exámenes, trastorno obsesivo compulsivo (TOC), ansiedad generalizada, así como fobias específicas (miedo a la oscuridad, a los aviones, a las tormentas, a animales...).



Ponerse en forma de los pies a la cabeza

A pocos días de empezar la primavera y con la mirada puesta en el verano, es el momento de cuidarse. Tras varios meses de capas y capas de ropa que tapaban con disimulo algún kilito de más, nos ponemos manos a la obra de cara al buen tiempo.

LORENA MARTÍNEZ
Encontrar el momento adecuado para comenzar una dieta es muy importante. Debemos mentalizarnos y procurar estar en calma en la mayor parte de los aspectos de nuestra vida: trabajo, pareja, estudios... Una época de estrés, de depresión o de cambios sustanciales en nuestra vida, hará que difícilmente una dieta pueda termi-

nar en éxito y no en frustración.

La mentalización es fundamental para perder peso. Si estás pasando por un momento personal o profesional difícil, puede ser que no deba ser muy recta, ya que la ansiedad y usar la comida como refugio pueden dar al traste con la mejor de las dietas.

Hablar con una nutricionista o dietista te puede ser de gran

ayuda, ya que sentirás un apoyo estricto. Además, implicarte en el diseño de la dieta que mejor se adapte a tus gustos o ritmo de vida, te ayudará a que no lo enfoques como un sacrificio si no como una mejora sustancial en tu vida que te ayudará a estar mejor en todos.

Algunos consejos básicos son comer despacio, masticar a

TRATAMIENTOS CONTRA
LA OBESIDAD Y LA CELULITIS



DG
Dra. González

SOLICITA TU CITA: 608 741 374
975 221 469
www.dragonzalez.es



Sra. Izia
gusto de mujer

calle Puertas de Pro
Número 10
42002
(Soria).



**CENTRO MÉDICO
PAMA**
C/ Ronda Eloy Sanz Villa, 2.
Tfno: 975 22 80 52
info@cmpama.es
CERTIFICADOS MÉDICOS DE CARNET
CONDUCCIÓN Y PERMISOS DE ARMAS,
OFTALMOLOGÍA, OTORRINOLARINGOLOGÍA,
TRAUMA, GINECOLOGÍA, UROLOGÍA,
PSIQUIATRÍA, PSICOLOGÍA, ANÁLISIS CLÍNICOS,
FISIOTERAPIA



UNA MENTIRA PIADOSA Y OLOSOSA... ESTÁ PERMITIDA

OLORES. El picoteo es una de las causas más importantes de arruinar tu dieta. En este caso vamos a usar el cerebro y a engañar a nuestro apetito. El aroma del clavo, la canela, la camomila, la bergamota o la mandarina son inhibidores del apetito. Solo tienes que olerlo para que te calmen las ganas.



conciencia, no distraerte con otras actividades, intentar hacer las comidas siempre a las mismas horas, y procurar que tu alimentación sea lo más sana posible. Éstos son el primer paso para conseguir mejorar tu figura.

LOS CONSEJOS

Y por supuesto, para completar lo anterior, añadiremos la norma de tomar dos vasos de agua antes de las comidas. Esto tiene un efecto saciante, y te ayudará a controlar la cantidad de alimentos en tus comidas, o que te ayudará a adelgazar.

Otro sencillo truco para controlar nuestro peso es controlar la hora de la comida. Almorzar antes de las 3 de la tarde ayuda a perder más peso que si se empieza más tarde de esa hora. Además de todo, ríete. Está comprobado científicamente que reír adelgaza. Reír con ganas durante 15 minutos al día equivale a hacer running (correr) durante 7 minutos; pero

DESCUENTOS DE HASTA EL 60%

SORIA NOVIAS



Durante todo el mes de abril el lujo, la calidad, el diseño, la moda y sentirse bella tienen descuento. Para hacer hueco a toda la nueva colección, aprovéchate de sus descuentos de hasta el 60%. Vestidos de novia outlet desde 300 euros, vestidos de novia de esta temporada con descuento, vestidos de fiesta y vestidos de comunión con hasta el 50% de descuento. Pide cita en el 600 031 700 (llamadas o whatsapp) y siente el lujo en tus manos.

lo primero es menos cansado y, por supuesto, mucho más placentero.

LAS CLAVES

Aproximadamente, el 40% de las mujeres y el 38% de los hombres creen firmemente que sufre de sobrepeso. Te damos las claves para seguir una dieta sana, equilibrada, ordenada y alejada de la ansiedad.

Hacer dos tentempiés sanos (fruta, frutos secos, yogurt, te...) hará que llegues con sensación de saciedad a las comidas principales. Además, la dieta no debería aportar menos de 1.500 a 1.800 calorías al día. Por supuesto, esto varía dependiendo de los casos. Consultar siempre con un médico o nutricionista.

Por último, no te olvides del ejercicio. Es imprescindible que para mantener un peso saludable y un cuerpo bonito y definido, no te olvides de realizar regularmente ejercicio físico. Así acelerarás el metabolismo y quemarás más calorías.

decoración



Conchas lenceras

No hay duda, si hay una tendencia clara para vestir las camas para esta nueva temporada, es la lencera. Tejidos de algodón, en colores naturales: blanco, beige, ocre, o colores empolvados (gris, rosa, o tonos azul-verdoso). Texturas imitando los dibujos de ganchillo que hacían nuestras abuelas.



Truco: Pon un buti de este tipo en un color neutro, y otro de tamaño más pequeño, a modo de plaid, a los pies de la cama en un tono más vistoso. Conseguirás una cama de revista.

SMDECOR
C/ Puertas de Pro11, Soria.
975 23 00 78

las tendencias

El polo

¿Camisa o camiseta? Ninguna de las 2 opciones es la ganadora. Los polos de algodón triunfan tanto para vestir, como para sport. Para llevarlos con americana, en su versión más formal, busca aquellos que tengan un toque más sofisticado.

TWIDD

"La tienda para el hombre"
C/ Numancia 26, Soria.
975 23 00 20



Ropa exclusiva

MyBrand está pensado para gente exclusiva. Diseños atrevidos y únicos en unas prendas de calidad superior. Destaca del resto marcando la diferencia. My Brand la marca de los famosos..., gente con clase.

Boutique SIR
C/ Claustrilla 3, Soria.
975 23 10 83



Artshirt

Esta temporada no pueden faltarte unos pantalones con bordados y pedrería como los de la foto. Junto con una camiseta de Isabel Herrero te irán de diez.

TRAZIA "Gusto de mujer."
C/ Puertas de Pro10, Soria.
975 67 81 31



Trajes
139 €



C/ Numancia , 26 - Tfn: 975 23 00 20





clasificados

Pisos/casas

venta

VENDO adosado en camaretas excelente ubicación, dos baños, amplio jardín, 4 habitaciones dos baños buhardilla dos terrazas cochera muy amplia. Tel: 615 218 274

SE VENDE terreno urbanizable en Valdelubiel orientación norte, este .sur.134 metros. Tlf. 609 041 484

SE VENDE casa en Valdelubiel con cochera jardín, reformar entera 318 metros buena orientación. Tel. 609 041 484

VENDO piso amueblado calle tejera, edif Telepizza, tres dormitorios, dos baños, salón y cocina, para entrar a vivir. Tel. 975 227 202

SE VENDE piso en Patios de Don Vela con 2 dormitorios, cocina, salón y baño. Tfno. 975221281.

VENDO 3 pisos céntricos todo exteriores, servicios centrales, ascensor, 4 habitaciones. Tel: 656 838 308

SE VENDE terreno urbano en Matamala de Almazán. Tel: 630 262 703

VENDO casa antigua a 1 km de soría. Muy cómoda para verano. 4 dormitorios luz agua y baño. Tel. 975 228 075

SE VENDE casa en Velamazán. 239m2. Planta baja y desván. Patio, salón, 3 dormitorios, cocina, baño y despensa. Huerto de 94m2. 12.000€. Tel. 975 230 225

SE VENDE piso 3 habitaciones, todo exterior, soleado, céntrico. Pocos gastos de comunidad. Tel. 675 673 182 - 617 456 991

VENDO en Noviercas, Naves de 300m² baja + 90m² alta. Puerta grande + solar urbano 1200m². Tel. 685 973 027

VENDO en Santervás de la Sierra "Garray" fincas urbanas. Tel. 675 317 849

SE VENDE piso calle Caballeros, cochera cerrada. Tel 652 649 161.

VENDO Piso de 74 m. 16 años, dos habitaciones, dos baños, amueblado, bien conservado, gas natural, soleado. Pajaritos. Tel. 630 939 070

VENDO piso amueblado, dos habitaciones, dos baños, calefacción gas Natural individual, pocos gastos, zona pajaritos, muy bien conservado. Tel. 630 939 070

SE VENDE piso 3 habitaciones, salón, cocina, un baño, calefacción central (excelente), ascensor, plaza de garaje, soleado, exterior, poca cuota de la comunidad de vecinos. Totalmente amueblado. Tel.: 975 247 034

SE VENDEN fincas rústicas en el término de Pedrajas y de Ocenilla. Tel. 630 381 238.

SE VENDE piso 85m2, frente hospital Mirón y parada bus: 1º con ascensor, 3 habitaciones, 2 baños, calefacción individual gas, poca comunidad, 120.000 euros. Tel. 699 66 45 87

VENDO piso amueblado 200m incluye garaje, céntrico, mariano Vicén nº8. Tel. 676 251 003

VENDO casa en Matamala de Almazán cocina baño y comedor, grandes dos habitaciones también grandes todo con parquet, calefacción de gasóleo y cochera para tres coches. Tel: 606 732 628

SE VENDE piso en Barcelona de 4 habitaciones, todo amueblado, 2 baños, céntrico, luz a cuatro calles, buenas comunicaciones. Tel: 975 222 517

SE VENDE casa -camaretas 5 habitaciones, cocina, baños 1 doble, salón comedor con chimenea. Parcela 550m calefacción individual y radiante buena orientación. Tel. 605 014 386

VENDO o alquiler casa con corral en Tardelcuende bien soleada. Tels: 975 220 965 / 637 930 478

VENDO CASA Oteruelos. 300m2; terraza 50m2, jardín, 2 baños, 3 salones, cocina/comedor. Cochera 90m2". Tfno. 630 376 512

SE VENDE piso, todo exterior, en zona de San Pedro. Tel. 975 229 396.

VENDO Piso de 16 años, amueblado, bien conservado, dos habitaciones, dos baños, gas natural, zona pajaritos, pocos gastos. Tel. 630 939 070

SE VENDE en el centro de Soria piso de 160 m. con cuatro habitaciones, tres baños, salón, cocina con despensa, Tel 677 786 852

SE VENDE ático en el centro de Soria tiene tres habitaciones, un baño, salón, cocina con galería y dos terrazas, Tel. 677 786 852

VENDO piso recién reformado, 100m, 3 habitaciones, 2 baños y 2 terrazas. Edificio "La Solana". 669 625 003.

SE VENDE apartamento nuevo a estrenar de 40 mts. Salón, cocina, baño, dormitorio, tendedero, aire acondicionado, ascensor. Tel. 696 78 84 46

SE VENDE piso económico en Almazán, facilidades de pago. Tel. 609 757 877

VENDO casa en Oteruelos (Soria). Tels. 975 221 633 o 629 146 224

VENDO piso recién reformado, 100m, 3 habitaciones, 2 baños y 2 terrazas. Edificio "La solana". Tel. 669 625 003

VENDO piso, bajo de tres dormitorios, todo exterior, en Soria, pasaje de San Gregorio 1. Tel. 648 533 316.

SE VENDE solar 76m2 Ocenilla, barrio alto, zona urbana, vistas Pico Frentes. junto solar rústico 5000m2, situado a 500m. Tel 628 311 771

SE VENDE parcela urbana para unifamiliar zona pajaritos. 648 m2. Tel: 615 223296

VENDO casas en (El Espino, zona Suellacabras) Soria, de 215m² y otra de 79m2 para restaurar (muy baratas). Tel. 618 168 466

VENDO 8 has de suelo y vuelo, monte encina, en Matute de la Sierra. Tel. 964 451 806

BUSCO terreno a buen precio en Golmayo, Carbonera, Ocenilla o Cidones. Mínimo 200 m2. Tel. 616 693 832

SE VENDE PISO céntrico con vistas, 70 metros útiles, 2 habitaciones, cocina independiente, trastero y posibilidad de Garaje. Tel. 676 050 239. Tardes

SE VENDE piso 85m2, frente hospital Mirón y parada bus: 1º con ascensor, 3 habitaciones, 2 baños, calefacción individual gas, poca comunidad, 130.000 euros. Tel. 699 66 45 87

VENDO ático en el centro de Soria, tres habitaciones, salón, baño, cocina, galería y dos terrazas. Tel. 677 786 852

SE VENDE piso céntrico de 160m. de cuatro habitaciones, tres cuartos de baño, salón, cocina y despensa. Tel. 677 786 852

SE VENDE piso céntrico de 160m. de cuatro habitaciones, tres cuartos de baño, salón, cocina y despensa. Tel. 677 786 852

SE VENDE piso zona centro en perfectas condiciones. Exterior, muy luminoso, 4 habitaciones, baño, aseo, comedor y cocina. Parquet y armarios empotrados. Calefacción central. Ascensor. 132.000€. Tel. 647 938 882

SE VENDE piso de 4 dormitorios, salón - comedor, cocina, 2 baños. 2 terrazas. Amueblado. Luminoso. Suelo de parque, calefacción y agua caliente centrales. Precio negociable a 135.000€ Tel. 630 169 189

SE VENDE piso, 2 habitaciones, completamente amueblado, céntrico. 88.000€. Para entrar a vivir. Tel. 677 383 326

Pisos / casas

alquiler

ALQUILO piso con muebles tres habitaciones servicios centrales ,cerca estación autobuses soleado, exterior. Tel. 975 220 710

ALQUILO piso amueblado tres habitaciones servicios centrales, soleado exterior. Tel. 648 489 122

ALQUILO piso amueblado de tres habitaciones, calefacción individual, céntrico. 300,00€ incluida la comunidad. Tel. 666 168 463

SE ALQUILA piso en Patios de Don Vela con 2 dormitorios, cocina, salón y baño. Tfno. 975221281.

SE ALQUILA piso por habitaciones exterior, soleado, estudiantes y profesores céntrico, universidad. Tel. 675 673 182 - 617 456 991

SE ALQUILA piso amueblado en zona santa bárbara. Tres habitaciones. Soleado. Opción a plaza de garaje. Buen precio. Tel. 975 229805 - 690 087133.

ALQUILO piso con muebles tres habitaciones servicios centrales, cerca estación autobuses soleado, exterior. Tel. 975 220 710

SE ALQUILA piso de 2 habitaciones, todo amueblado, calefacción de gas ciudad, céntrico, por 250 €. Tel. 975 222 517

ALQUILO piso amueblado 200m incluye garaje, céntrico, mariano Vicén nº8. Tel. 676 251 003

ALQUILO piso amueblado, soleado, 3 dormitorios, calefacción individual, c/ pasaje Sierra del Madero. Tel. 627 561 593

SE ALQUILA piso de 4 habitaciones, todo amueblado, calefacción de gas ciudad, 2 baños, céntrico, por 395 €. Tel: 975 222 517

ALQUILO despachos para actividad médica. Totalmente equipados, incluidos en clínica. Zona centro. Internet. Tel. 625 377 275

ALQUILO piso totalmente amueblado. Céntrico. Calefacción central. Ascensor. Estudiantes. Profesores. Funcionarios. Económico. Tel. 648 826 561

SE ALQUILA piso amueblado, soleado, todo exterior, tres dormitorios, calefacción central junto a la escuela de artes. Tel. 975 222 530

ALQUILO apartamento nuevo todo amueblado, dos dormitorios, dos baños, servicios centrales y garaje. Zona universidad. Tel: 975 222 530

SE ALQUILA habitación en piso compartido para entrar a vivir el 01-02-17 a compartir con dos chicas estudiantes, piso de tres habitaciones, salón-comedor, cocina, baño, dos terrazas. Tel. 630 169 189

SE ALQUILA piso amueblado soleado 3 dormitorios, calefacción individual, zona iglesia de Sto Domingo. Tel. 627 561 593

ALQUILO piso 3ª 3 dormitorios, terrazas, ascensor, agua caliente, calefacción gas ciudad. Zona Mariano Vicén. Tel. 626 475 556

ALQUILO piso 5ª 3 dormitorios, terrazas, ascensor, agua caliente, calefacción gas ciudad. Zona Mariano Vicén. Tel. 626 475 556

ALQUILO piso 3 habitaciones dos baños, todo exterior, orientación sur-este, amueblado, terraza, cochera. zona U-25. Tel. 619 423 710



ZUMBA - TRX - TOTAL ABS - PILATES - CYCLING - G.A.P. - CARDBOX
PERSONAL TRAINING - CROSSFIT - ENTRENAMIENTO COMBINADO
Y MUCHAS MAS ...

29€

Al mes

CONSULTAR CONDICIONES

IVA INCLUIDO

PASEO DE LA FLORIDA 45 BAJO ☎ 975 215 032

Locales venta/alquiler

SE VENDE local de 100 metros con dos alturas en calle Albar Salvadores. Tel. 975 222 517

ALQUILO local muy céntrico en Soria unos 85 m² con cuarto de baño y todo tipo de suministros. Tel. 626 803 565

SE VENDE o se ALQUILA local en perfecto estado totalmente acondicionado. Tel. 628 947 459- Julián

ALQUILO nave de 140 mts. en el Polígono Industrial Las Casas. Con luz, agua y aire a presión. Tejado y pintura recién hechos. Fácil acceso y maniobrabilidad. Tel.: 696 78 84 46

VENDO local comercial en camaretas, totalmente reformado. Tel. 616 747 121

SE VENDE local comercial 60m², preparado para cualquier negocio. Hoy en día esta abierto. Tel. 616 747 121

ALQUILO local en el Arco del Cuerno, junto a Plaza Mayor. Ayudas Ayuntamiento al Casco . 60m2. Baño. Tel. 669181323

ALQUILO 3 naves 1200m2 C/Merineros, 3. Soria. Tel. 665 144 560

ALQUILO 3 locales 415m2 C/ Doctrina. Soria. Tel: 665 144 560

SE ALQUILA local comercial 70 m2 en C/ Numancia, 32. Totalmente acondicionado, céntrico, diáfano y con baño. Tel. 659 272 836

ALQUILO local de 60 m.2, entre c/ Almazán y Mariano Vicén. acondicionado, agua, electricidad, vado. Tel. 676 696 839

ALQUILO local comercial en Venerable Palafox. Totalmente acondicionado. Tel. 975 225 791

ALQUILO nave pequeña en polígono las casas. 395 euros. Tel. 620 92 90 14

Negocios

ALQUILO bar, oportunidad, reformado, todo montado, zona institutos, (Castilla, Virgen Espino, pisos verdes). buen precio, negociable.

Garajes venta/alquiler

ALQUILO plaza de garaje en calle virgen del espio. Zona calaverón. Tel: 617 560 786

SE VENDE plaza de garaje en el edificio del paseo la florida 28-30 entrada a nivel de calle. Tel. 696 008 547

SE ALQUILA plaza de garaje muy céntrica. Enfrente iglesia de Santo Domingo. Tel. 615 910 938

SE VENDE plaza de garaje . Oportunidad. Céntrica. Plaza del rosario, 2. TEL. 655 150 391

ALQUILO plaza de garaje en calle virgen del espio. Zona Calaverón. Tel. 617 560 786

SE ALQUILAN 2 plazas de garaje, fácil acceso, c/ Mosquera de Barnuevo, 10. Tel: 689 90 24 36

SE VENDE plaza de garaje en el edificio del paseo la florida 28-30 entrada a nivel de calle. Tel. 696 008 547

SE VENDE cochera cerrada de 14m². C/ Juan Antonio Simón nº 20 esquina C/ cortes. Tel. 625 527 420

SE VENDE plaza de garaje en el edificio del paseo la florida 28-30 entrada a nivel de calle. Tel. 696 008 547

ALQUILO plaza de garaje, fácil entrada y salida, junto a calle Duques de Soria, Edificio Asovica, próxima al Ventorro. Tel. 975 181 032

ALQUILER local, almacén, plaza de garaje en C./Eduardo Saavedra Nº 56. Tel. 651 37 54 43

Animales

VENDO cachorros de "border collie" buenos pastores. Tel: 669 428 226

VENDO cachorros de "labrador" color claro. Nacidos en noviembre de 2016. Padres a la vista. Tel. 669 428 226.

REGALO perra beagle con podenca para compañía dos años y medio vacunada, con chips. Tamaño pequeña. Tel. 639 001 228

CORRECCIÓN de caballos con vicios y problemas, posibilidad de desplazamiento. Tel. 678 820 057

Motor venta

SE VENDE Opel Kadet 1.6 ,con tv hasta enero 2018, barato 750 euros. Tel. 645 444 054

VENDO Terrano II, modelo corto, 100 cv, turbo intercooler 2.7, matriculado 2001, 271.127 km, con enganche, mecánica cuidada. 4500€. Tel. 609 91 40 47

VENDO Peugeot 406 HDI ST, 135cv, año 2003, perfecto estado. 3800 €. Tel. 655 94 62 71

VENDO moto Derbi Antorcha 49 tri-campeona. Tel: 620 547 633.

VENDO Opel Astra 1600 5 Puertas. 100.000km. Perfecto Estado. ITV hasta julio. Tel. 618 621 557

Varios

SE VENDE tarros de cristal para conservas, bien fruta o chorizos o costillas de la matanza, cierre mediante mecanismo metálico de presión precio negociable. Tfno 630 169 189

SE REGALA palomina en el Cubo de la Solana. Se tiene que recoger y llevar. Tlf: 975 213 326

VENDO pie de aluminio para jaula de pájaros. Tel: 627 286 214

VENDO sofás (1 de tres plazas y 2 de una plaza cada uno) bien conservados ,buen precio. Tel: 627 286 214

VENDO remolque portaequipajes: alto 890 mm, ancho 1450 mm, longitud total 2085 mm. Neumáticos 4,80 x 8". Precio: 300 €. Tel. 609 91 40 47

SE VENDE silla de ruedas eléctrica Quickie F35R2. Perfecto estado y garantía. Muy poco uso. Razón 1700€. Tel. 636 75 50 53

REGALO chatarra, el que quiera re-



cogerla en pueblo a 15 kilómetros de Soria. Tel. 619 722 442

SE VENDE una mesilla de dormitorio de dos cajones precio 15 euros negociables .Tel. 630 169 189

VENDO bicicleta eléctrica de montaña BH se vende como nueva, completa, talla m. Tel. 607 856 569

VENDO máquina de escribir Hispano Olivetti studio 46 color mostaza con su caja de madera. Tel: 620 547 633

VENDO máquina de coser antigua ALFA funcionando, en mueble dos cajones y tapa con llave. Tel. 620 547 633

VENDO acordeón de madera diatónico de principios siglo XX, botonera de nácar, marquetería fina. Tel.620 547 633

SE VENDE aspiradora marca Taurus por compra de una mas grande mejor ver. tel. 695 845 621

SE VENDE bicicleta elíptica nueva a estrenar por compra de otra es una maravilla. Tel. 695 845 621

SE VENDE microondas con grill y horno por cambio de domicilio por 50 euros Tel. 695845621

VENDO depósito gasoil 250 litros para tractora Volvo , nuevo a estrenar. Esta completo. Tel. 649 245 485

SE VENDEN dos trajes de comunión de chico. Dos tallas. Almirante. Impecables. Buen precio. Regalo zapatos. Tel. 661 93 16 43

VENDO botas ski salomón, gama alta, talla nº 41. "impecables". 109 €. (tb. opción esquís) .Tel. 634 42 24 35

VENDO cultivador marca "Tendilla" de quince brazos con rodillo de jaula y enganche rápido. Tel. 689 903 619

VENDO trompeta bach tr 500 s, plata, poco uso. 400 €. Tel. 670 506 627

VENDO 2 pares de patines con bota. Perfecto estado. Para patinaje artístico. Nº 35-37. Tel. 625 377 275

SE VENDE Casa prefabricada. 30 metros. Tel. 615 93 48 58

VENDO banco de taller grande de hierro de unas dimensiones de metro y medio de largo por un metro de ancho en buen estado con tornillo grande. Tel. 606 732 628

SE VENDEN dos teléfonos inalámbricos sin estrenar por 20 euros cada uno los dos 35. Tel. 695 845 621

SE VENDE impresora con wifi marca canon pixma y se regala monitor de pantalla plana por 50 euros. Tel. 695 845 621

SE VENDE por traslado mueble de salón con muy poco uso por 300 euros mejor ver. Tel: 695 845 621

VENDO silla eléctrica para discapacitados, doble batería, , semi-nueva, poco usada, cargador completo. 1.650,0€, negociables. urge. Tel. 606 350 753.

Trabajo

BUSCO señora interna para cuidar a persona mayor en Soria capital. Tel: 689568260

clasificados

Gratuitos para particulares

Requisitos:

Nombre, Dni, dirección y teléfono

Envío a El periódico de Soria:

Correo ordinario: C/ Mayor nº17 bajo. 42002 - Soria

Correo electrónico: clasificados@elperiodicodesoria.com

Máximo 17 palabras

LAVADO MANUAL
DESDE **19€**
IVA INCLUIDO

LANZAS Y ASPIRADORES
6,50€
IVA INCLUIDO

LAVADO AUTOMÁTICO

CON SU LAVADO
APARCAMIENTO GRATIS

#ociorestaurantesbares#

#RESTAURANTES#

#Soria#

TRASHUMANTE

Cocina creativa y de autor. Degustación de nuestros platos a la carta. Vinos selectos y carta de aguas. Productos de calidad servidos por un gran equipo de profesionales.

C/ Eduardo Saavedra, 4.
Tfno. 975 12 34 44.

MESÓN CAMPOS DE CASTILLA

Tfno. 975 22 66 00

LEONOR CENTRO

Restaurante de cocina tradicional castellana. Menú del día y carta. Reserva tu mesa. Cafetería: desayunos, almuerzos, cafés, cañas, etc.

Tfno. 975 22 68 31
leonorcentro@hotel-leonor.es

SANTO DOMINGO II

C/ Aduana Vieja, 15
Tfno. 975 21 17 17
reservas@santodomingo2.es
www.santodomingo2.es

FOGÓN DEL SALVADOR

El asador de Soria. Especialidad en asados y brasa con pescados del norte. Reserva tu mesa.
Tfno. 975 23 01 94
www.fogonsalvador.com

ASADOR ECUS

Especialidades en asados y carne roja a la brasa. Asados para llevar. Reservas:
Tfno. 975 22 10 58
www.asadorecus.com

CASA TOÑO

Restaurante ubicado en "Las Casas" (Soria).
C/ de Soria, 9
Tfno. 619 29 32 74 / 975 24 05 31

RESTAURANTE PISCIS

Especialistas en chuletones y carnes a la brasa. Asados y paellas por encargo.
C/ Tejera, 14.
Tfno. 975 22 20 51

DON QUIJOTE

Menú del día de lunes a viernes y especial fines de semana.
C/ Mariano Vicén, 37
Tfno. 975 22 29 27

#Ágreda#

BAR RESTAURANTE

LA SINAGOGA DE ÁGREDA

Su ubicación es muy singular, en una antigua sinagoga.
C/ Vicente Tutor, 14.
Tfno. 976 19 71 44.

DOÑA JUANA

Avenida de Soria s/n 976 64 72 17
Jornadas gastronómicas anuales del Bacalao y del Cardo Rojo.
www.hotelagreda.com

#Berlanga#

CASA VALLECAS

Especialidades en caza y micología. Cocina innovadora y creativa partiendo de los productos y platos tradicionales
Tfno. 975 34 30 33.

#El Burgo#

VIRREY PALAFOX.

La tradición se mezcla con las nuevas tendencias en cocina. La catedral del buen comer. Cocina castellana, asados de cordero y cochinitillo, migas...
Tfno. 975 34 13 11.

HOTEL TERMAL

Un lugar exclusivo donde vivir momentos inolvidables
C/ Universidad, 5. El Burgo
www.castillatermal.com
reservas@castillatermal.com
Tfno. 902 330 015.

#Casarejos#

CABAÑA REAL DE CARRETEROS

Casa rural cercana al cañón del río Lobos, con todas las comodidades.
C/ Las Angustias, 45
Tfno. 975 37 20 62

#Garray#

GOYO (GARRAY)

Cocina casera y de mercado almuerzos, comidas, meriendas

y cenas.

Ramón Benito Aceña, 2
Tfno. 975 25 20 07.

#Matute de la sierra#

HOTEL RURAL SANTA COLOMA

Disfruta de la mejor cocina casera y de platos de temporada.
C/ La fuente s/n
Tfnos. 696 926 466 y 696 863 563

#Medinaceli#

RESTAURANTE CARLOS MARY

En la Estación de Medinaceli, ofrecemos platos sencillos y caseros elaborados con los productos más frescos y naturales.
Ayda Madrid, 15.
Tfno. 975 326 014
www.restaurantecarlosmary.es

#Vinuesa#

EL BALCÓN DEL BREZAL QUINTANAREJO

Asados, carnes a la brasa en un marco incomparable.
C/ Mayor- El Quintanarejo (Carretera Laguna Negra)
jmarri@wanadoo.es
Móvil 617 33 85 30
Tfno. 975 37 83 03.

EL NAÚTICO

Menús diarios, 6 primeros y 6 segundos. Carta con productos típicos de la zona. Comida casera. Terraza en verano.
Tfno. 975 056 003 y 677 130 562

#Yanguas#

LOS CEREZOS DE YANGUAS

Lugar ideal para descubrir la comarca de Tierras Altas de Soria. Típica cocina serrana junto con platos de restauración más moderna.
Tfno. 975 391 536
www.loscerzosdeyanguas.com

#PUBS#

#Soria#

CAFÉ PUB SWING

Calle concepciones, 1 bajo
Tfno. 975 22 27 51

#HOTELES#

#Soria#

HOTEL LEONOR MIRÓN ****

C/ Venerable Palafox, 3.
Un lujo en el Campo sin salir de la ciudad. Menús del día y degustación. Vista panorámica sobre el Río Duero y casco antiguo.
ESPECIALISTAS EN BANQUETES, bodas, reuniones y comidas de empresa.
Paseo del Mirón, s/n.
Tfno. 975 220 250
www.hotel-leonor.com

HOTEL LEONOR CENTRO****

C/ Venerable Palafox, 3.
En pleno centro de Soria, un hotel nuevo y muy confortable.
Jacuzzi y gimnasio.
Plza. Ramón y Cajal, 5
Tfno. 975 239 303.
leonorcentro@hotel-leonor.es

HOSTAL LA VITORINA

Habitaciones y bar.
Paseo de La Florida, 35
Tfno. 975 22 61 22

HOTEL ALBA

Paseo de Santa Bárbara, 13
Tfno. 975 22 61 22

HOTEL CASTILLA

C/ Claustriella, 5
Tfno. 975 23 12 45

PENSIÓN HERRADORES

Plaza Ramón Benito Aceña 2
Tfno. 692 393 182
Reserva online en:
www.pensionherradores.com

#Ágreda#

HOSTAL DOÑA JUANA

Avenida de Soria s/n 976 64 72 17
www.hotelagreda.com

#Garray#

HOSTAL GOYO GARRAY**

Habitaciones confortables con baño, y televisión. Descubre la calma interior. Soria, turismo rural alternativo.

C/ Garrejo,9
Tfno: 975 05 25 23

#El Burgo#

HOTEL TERMAL****

Piscina termal, circuito de contrastes y zona de tratamientos termales. Edificio del siglo XVI, con una original fachada plateresca y claustro renacentista.
C/ Universidad, 5
Tfno. 902 330 015
www.castillatermal.com

II VIRREY****

C/ Mayor, 4
Tfno. 975 34 13 11

#Casarejos#

CABAÑA REAL DE CARRETEROS

En pleno parque natural del Cñón del Río Lobos.
C/ Las Angustias, 45
Tfno. 975 37 20 62
www.posadacarreteros.com

#Matute de la sierra#

HOTEL RURAL SANTA COLOMA

Próximo al acebal de Garagüeta rodeado de naturaleza.
C/ La fuente s/n
Tfnos. 696 926 466 y 696 863 563
www.casonasantacoloma.com

#Los Villares#

C. T. R. LOS VILLARES

Habitaciones con encanto muy cerca de Soria.
Tfno. 975 25 12 55 - 699 41 09 65
www.losvillaresdesoria.com

#Yanguas#

LOS CEREZOS DE YANGUAS

Centro de turismo rural para conocer la zona de Tierras Altas de Soria.
Tfno. 975 391 536
www.loscerzosdeyanguas.com



Hostal **
Goyo Garray

descubre
la calma
INTERIOR

SORIA turismo rural alternativo

C/ Garrejo, 9. **Garray** * Tfno. 975 05 25 23

BAR - RESTAURANTE

Goyo

Disponemos de habitaciones

C/ Ramón Benito Aceña, 2.
42162 **Garray** (Soria)
Tfno. 975 25 20 07

ÁGREDA

... Un lugar simbólico donde comer
Un restaurante para comer rico
Un bar para tapear

C/ Vicente Tutor, 14
(junto a la Plaza Mayor)
ÁGREDA.
Tel: 976 19 71 44

TODA UNA ALDEA PARA TI

Valdelavilla

Todo un pueblo entero para tu celebración por menos de lo que te imaginas

Bodas rurales en Valdelavilla, organiza con nosotros la boda más romántica y divertida de la historia

Ctra. de Valdelavilla, SAN PEDRO MANRIQUE, Soria. | T. 975 18 55 32
www.valdelavilla.es | reservas@valdelavilla.es

#bocadosgastronómicos#

→ la receta



La Semana de la Pasión gastronómica

Con la Semana Santa el menú varía, la carne se deja a un lado y aparecen los potajes, sopas y guisos, elaborados a base de legumbres, verduras y pescado. En Soria, los estandartes gastronómicos de este tiempo es la limonada y las torrijas.

P.B.P. La Semana Santa se acerca y el aroma de la canela vuelve a inundar los hogares de Soria. Esta preciada especia es, sin duda alguna, la gran protagonista en las cocinas durante la conmemoración de la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesucristo, que no solo es sinónimo de cultura y devoción, también cómo no, de gastronomía.

Dejando a un lado los potajes de vigilia, las sopas de ajo y otros tantos platos típicos de este periodo, son la torrija y la limonada, las elaboraciones reinas en Soria. Y aunque cada uno en su casa

limonada soriana, es difícil imaginar que esta especia pueda estar presente en la bebida de limón que se imaginan. Pero al conocer que el vino es su ingrediente principal, la cosa cambia. La canela y el vino congenian, y mezclados con limón y azúcar conforman la tradicional limonada de Semana Santa, cocida o no, según prefieran.

En otra liga juega la torrija, el postre temporal que ha pasado a estar presente en las cartas de nuestros restaurantes durante cualquier periodo del año. Es el caso del restaurante Bacira, ubicado en el distrito madrileño



las elabore a su manera, ambas preparaciones comparten un denominador común, la canela.

Para los que no conocen la



de Chamberí, que ofrece una innovadora torrija, caramelizada y acompañada por una sopa de vainilla y lemon grass, y helado de canela.

LIONESAS RELLENAS DE BRANDADA TRUFADA CON DADOS DE PIMIENTOS CARMELIZADOS

RESTAURANTE LOS VILLARES

INGREDIENTES:

- Harina
- Agua
- Mantequilla
- Sal
- Pimienta
- Huevos
- Bacalao
- Aceite
- Trufa

ELABORACIÓN:

Hacemos las pasta choux, lo ponemos en una manga pastelera y lo ponemos en el horno a 180 grados durante 15 minutos.

En un saute ponemos aceite y ajos cuando estén tostados le añadimos el bacalao con un poco de agua, añadimos la leche y pasamos por la batidora. Le añadimos la trufa, rellenamos las lionesas y servimos



→ Un truco para tu cocina

¿Qué es la cassia?

Muchas veces adquirimos sin saberlo cassia al precio de canela de Ceilán o canela 'verdadera'. La cassia, que procede del *Cinnamomum Cassia*, es una especia similar a la canela, en aspecto y aroma, aunque realmente su valor gastronómico es inferior. Si se compra en rama, diferenciarlas

es más sencillo, ya que la cassia tiene una textura áspera, un color marrón más oscuro y además, su tallo está hueco. Sin embargo, si acostumbramos a comprar la canela en polvo, distinguir ambas especias puede ser complicado, aunque la canela es más fina y aromática.



DON QUIJOTE
BAR RESTAURANTE

Menús: 6 primeros y 6 segundos
De lunes a viernes: 10€
Fines de semana: 12,50€

Avda. Mariano Vicén, 37 - Soria
Tfno.: 975 222 927

33 años en continua evolución ¡ven a vernos!

RESTAURANTE SANTO DOMINGO II
C/ Aduana Vieja, 15 - Tel. 975 21 17 17
www.santodomingo2.es

RENOVADO RESTAURANTE - NUEVA TERRAZA CLIMATIZADA - NUEVOS PLATOS

HOTEL LEONOR
CENTRO

ESPECIALISTAS EN BANQUETES
BODAS • COMUNIONES • CELEBRACIONES • REUNIONES Y COMIDAS DE EMPRESA

HOTEL RESTAURANTE CAFETERÍA

Plaza Ramón y Cajal 5 ■ Tel. 975 239 303
leonorcentro@hotel-leonor.es ■ www.hotel-leonor.com

#agenda#

Gran gala de magia

Dentro de la programación de 'Soria mágica', el Ayuntamiento de Soria ha programado esta gran gala de magia que tendrá lugar el día 7 de abril a las 21:30 en el Palacio de la Audiencia. Gran Gala de Magia con intervenciones de Miguelillo, Max Verdie, Jesús Duque Riversson y Hector Sansegundo. Las entradas pueden adquirirse ya en la web del Palacio de la Audiencia. FECHA: 7 DE ABRIL
PRECIO: 10€

Exposición de Roma

'Romanorum Vita. Una historia de Roma' es un proyecto de divulgación histórica para todos los públicos de la Obra Social 'la Caixa', que llega a Soria de la mano de Numancia 2017 y permite conocer la vida cotidiana de los habitantes de una ciudad del Imperio Romano. Es una exposición itinerante que te invita a pasear por una calle y visitar una domus. La exposición te sitúa en el año 79 d. C, en plena época imperial y poco antes de la destrucción de Pompeya. Estará en la plaza Mayor desde el 6 de abril.

FECHA: DESDE EL JUEVES 6 DE ABRIL
LUGAR: PLAZA MAYOR DE SORIA



EL 8 Y 9 DE ABRIL

'La gran ilusión' del Mago Pop

La Gran Ilusión combina humor, ternura, una excelente técnica en manipulación de objetos, una fantástica selección musical, y una magia muy original e impactante que comunica a través del absurdo. Su puesta en escena incluye también una gran pantalla.

Dentro de la programación Soria mágica, este espectáculo se ha programado en tres sesiones, el sábado 8 de abril a las 18:00 y a las 20:30 horas, y el domingo 9 a las 18:00. Todas ellas tendrán un precio de 25€ y serán en el Palacio de la Audiencia.

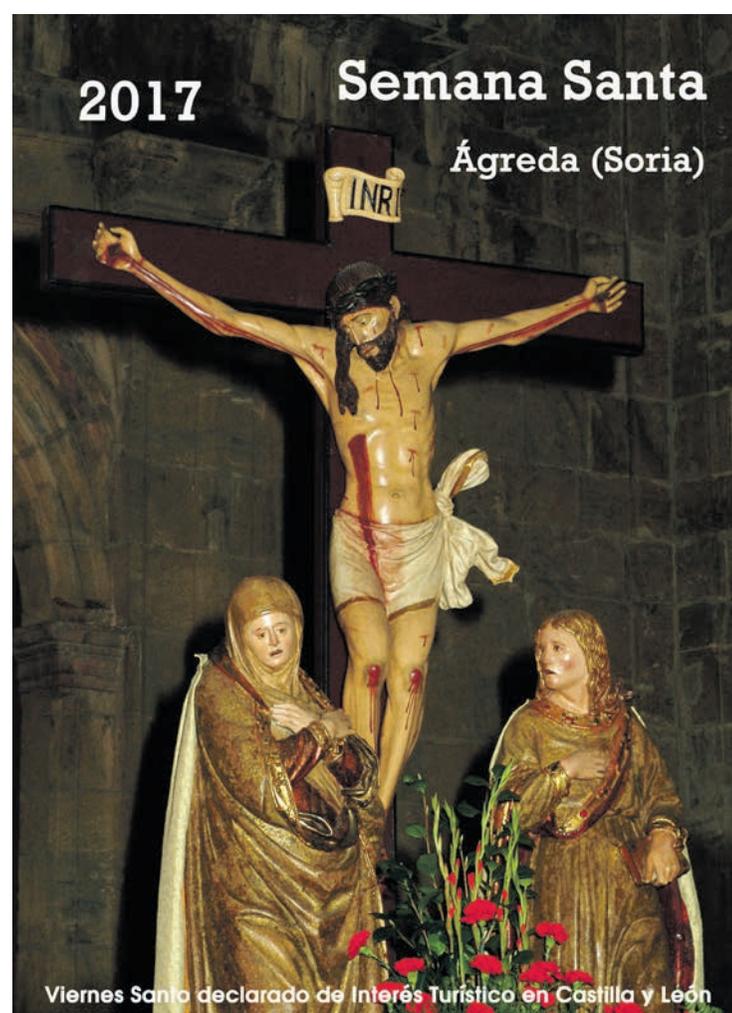
→ LA PROVINCIA



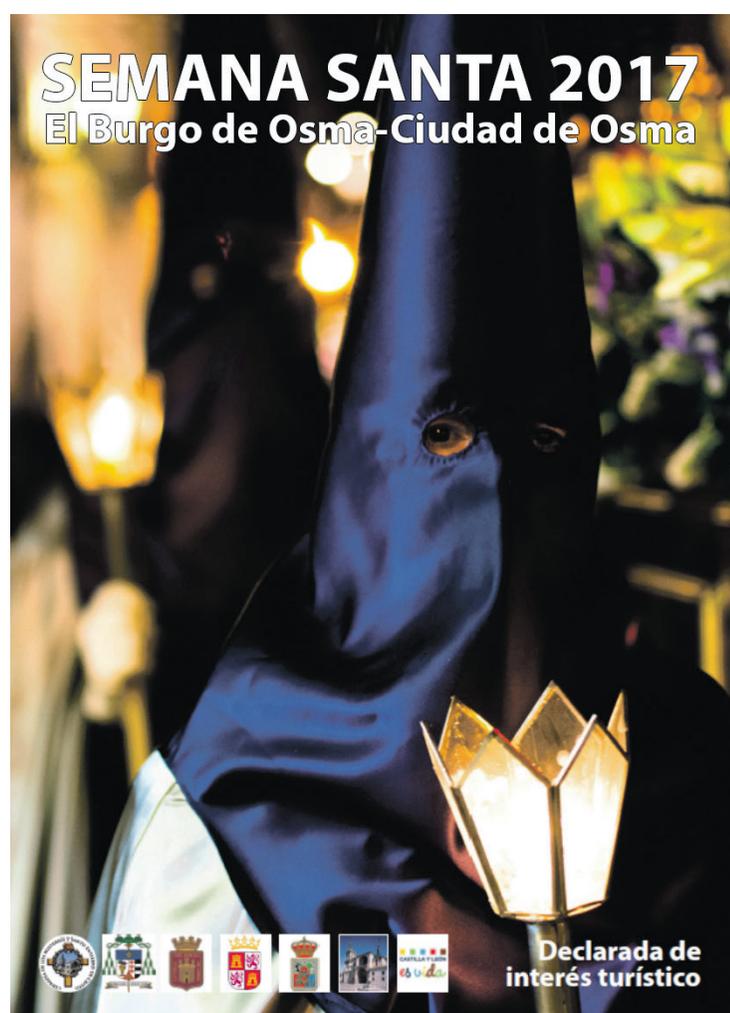
Arganza Trail

San Leonardo de Yagüe celebra una edición de su carrera más prestigiosa, la Arganza Trail, que recorre 33 km. con un desnivel de más de 1.700 metros o 10 km. con un desnivel de más de 600. La carrera comenzará el domingo día 2 a las 9:00 para aquellos que participen en los 33 km., y a las 10:00 para los que vayan a hacer la versión más corta. Habrá un sorteo de diferentes productos y a las 14:30 horas se hará la entrega de trofeos.

FECHA: 2 DE ABRIL
LUGAR: SAN LEONARDO DE YAGÜE



Viernes Santo declarado de Interés Turístico en Castilla y León



Declarada de interés turístico

