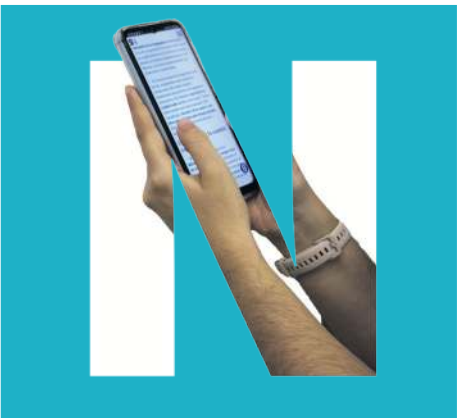
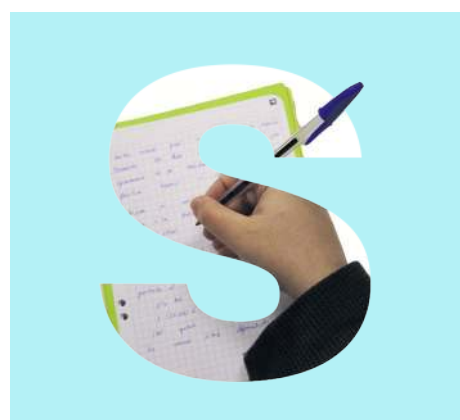


SORIANoticias.com

DISTRIBUCIÓN GRATUITA / NÚMERO 150 / ABRIL 2024



Soria Noticias está de celebración.
El periódico que usted tiene en sus manos alcanza las 150 ediciones.
¿Aprovechamos la ocasión para conocernos mejor?



Ven a disfrutar

Vibra con nosotros

El cielo gira

Ctra. Madrid, 4-6, 42005 Soria - 975 21 21 02

NOS CONOCES Y TE SOBРАН MOTIVOS
Y TE SOBРАН MOTIVOS *para elegirnos*



UN EQUIPO
QUE TE COMPRENDE

Cuando tengas dudas, plantéanoslas y te explicaremos **paso a paso hasta resolver tus preguntas.**

Caja rural de Soria

contigo
donde estés

SORIANoticias.com

COMPROMETIDOS CON LA PROVINCIA

Accede a la sección 'TU PUEBLO'  www.sorianoticias.com/tu-pueblo

ENCONTRARÁS TODA LA ACTUALIDAD DE:



ÁGREDA



ALMARZA



ALMAZÁN



ARCOS DE JALÓN



BERLANGA DE DUERO



CABREJAS DEL PINAR



COVALEDA



DURUELO DE LA SIERRA



EL BURGO DE OSMA



GOLMAYO



MEDINACELI



MONTEAGUDO DE LAS VICARIAS



MORÓN DE ALMAZÁN



ÓLVEGA



SAN ESTEBAN DE GORMAZ



SAN LEONARDO DE YAGÜE



SAN PEDRO MANRIQUE



TARDELCUENDE



VILLAR DEL RÍO



VINUESA



SIN
150



ALFONSO FERNANDEZ MAÑUECO PRESIDENTE DE LA JUNTA

La publicación de este número 150 de Soria Noticias es, sin duda, un motivo de celebración para todas las personas que valoramos un periodismo riguroso y cercano. Os felicito por ello a todos los trabajadores que conformáis Soria Noticias, y os animo a seguir consolidando vuestro compromiso con la sociedad soriana.



UN NÚMERO, PERO NO CUALQUIERA

Como medio independiente tenemos el privilegio de poder confiar en nuestro criterio como guía. Un criterio que, obviamente, no está a salvo de errores, pero si esto ocurre será siempre única responsabilidad del equipo de Soria Noticias, en este caso de las personas que lo encabezamos.

Conocemos las reglas del juego. En el periodismo de cercanía, el compromiso debe doblarse. Las noticias suceden a corta distancia y esto amplía el conocimiento sobre la materia, pero obliga a separar lo profesional de lo personal, que no siempre es fácil. También en esta relación entran las fuentes, que muchas veces no logran comprender que sea un conocido, compañero o amigo el que esté intentando alterar su zona de confort. Porque sí, una de nuestras principales funciones es incomodar, y esto no es sencillo cuando la relación va más allá de lo profesional.

Tampoco se puede olvidar el factor tiempo. La inmediatez que exige la sociedad actual demanda estar en forma y vigilantes, dispuestos a salir corriendo con el ordenador bajo el brazo. Pero en la era de las fake news, y volviendo al eterno García Márquez, “la mejor noticia no es siempre la que se da primero, sino muchas veces la que se da mejor”. Tienen nuestra palabra, Soria Noticias intentará llegar primero pero, sobre todo, nos dejaremos al alma por ajustarnos a la verdad.

Antes de volver a ser los de siempre pero como nunca, ponemos a su disposición las siguientes páginas. Un especial con el que podrán conocernos mejor, descubrir cómo hemos crecido y comprobar que nuestra ilusión es, y seguirá siendo, acercarnos todo (lo bueno y lo no tan bueno) que sucede en Soria.

En estos 150 números, Soria Noticias ha crecido sustentado por la confianza de nuestros lectores. En el camino, múltiples agentes políticos, económicos, sociales, culturales y deportivos han apoyado al medio. Como representación, hemos destacado 14 nombres para que nos acompañen en esta particular celebración. Desde aquí nuestro más profundo agradecimiento y el deseo de que la relación continúe muchos años. Tan solo existe un pero que, como subdirectora y como mujer, no puedo pasar por alto. La paridad en esta lista brilla por su ausencia. Actualmente, en Soria, los hombres copan los altos cargos, e intentar hacer trampas a la realidad forzando la presencia femenina sería no solo engañarnos a nosotras mismas, sino traicionarles a ustedes. Ojalá en un futuro, cuando otra conmemoración llame a la puerta, sean o seamos más. Por méritos propios y porque la sociedad, realmente, haya evolucionado. **Aquí estaremos para contárselo.**

ENCARNA MUÑOZ



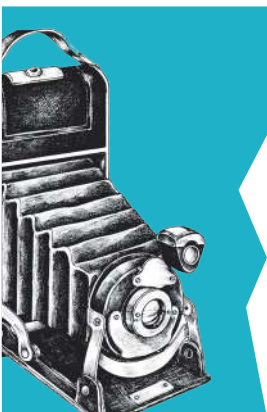
“El periodismo es el mejor oficio del mundo”. El genio Gabriel García Márquez no albergaba ninguna duda respecto a esta profesión, y en Soria Noticias tampoco las tenemos. En 2011 arrancamos una aventura única, darle a la provincia su primer medio digital y proporcionarle una herramienta de información que rompía las barreras físicas y temporales. Pronto comprendimos que el esfuerzo merecía un soporte físico que acercase el trabajo a cada rincón de la provincia y permitiese, además de un análisis más profundo y pausado, la lectura sosegada y la reflexión posterior. En diciembre de 2015 vio la luz nuestro primer periódico en papel y ahora queremos celebrar con todos nuestros lectores el número 150.

El día a día, con todo su ajetreo rutinario, nos absorbe y en el periodismo todo sucede rápido, demasiado rápido. Quizá por eso la celebración de un número (pero no uno cualquiera) no está de más. Porque un aniversario debe servir no solo para sacar pecho y recordar que seguimos vivos, algo por cierto nada sencillo; también tiene que convertirse en la excusa perfecta para repasar el camino recorrido, y recordar cada piedra en la

que se ha tropezado y, por qué no, cada logro conseguido. Pero sobre todo tiene que ofrecer un respiro para recuperar el pulso. Para reconducir la dirección. Enfocarnos en lo que queremos ser y alejarnos de aquello que sabemos que es preferible evitar.

La primera pregunta es casi obligada: ¿Cuál debe ser la función del periodismo? La respuesta que más se acerca a nuestro modo de comprender el trabajo la encontramos en las palabras del periodista colombiano Javier Darío Restrepo: “El periodismo que dignifica la profesión es aquel que sirve a la parte más noble del ser humano y aporta a la vida de la sociedad, que impulsa cambios y hace mejores a las personas”. Compartimos, por supuesto, que la prensa debe servir como instrumento de control de los distintos poderes. Por y para ello trabajamos cada día desde hace más de 12 años. No obstante, con una idiosincrasia local y provincial, nuestra razón de ser y lo que nos motiva a seguir creciendo es hacer brillar lo mejor de Soria y servir a nuestros vecinos con información veraz, contrastada y de calidad.

Disponemos de la mejor herramienta para ello: la libertad. Porque, y siguiendo con las citas, “el periodismo es libre o es una farsa” (Félix Urabayan).



2MÓ 79€
gafas blue stop
sin graduar

MULTIÓPTICAS

SIN

150


BENITO SERRANO
PRESIDENTE DE LA DIPUTACIÓN

Tanto en la edición impresa como en cada 'click' aportáis una visión diversa, fresca y libre de la actualidad, sin olvidar la crítica constructiva, que es crucial para el aprendizaje y el desarrollo. 150 números informando a la sociedad soriana desde el corazón, la responsabilidad, la valentía, la independencia, el rigor y la veracidad. ¡Enhorabuena por este aniversario!

EMPRENDER, LA AVENTURA DE CRECER JUNTOS

Mercedes del Río, fotógrafa que simbolizó el nacimiento de Soria Noticias, lleva 9 años como autónoma en un sector expuesto a modas, tecnologías y redes sociales. Tiene claro que esta aventura vital "compensa".

SERGIO GARCÍA CESTERO

Emprender es una aventura donde la ilusión vence a la incertidumbre. Un camino plagado, a parte iguales, de aprendizajes, relaciones personales e impuestos que compensa en lo material, por lograr ganarte la vida

haciendo lo que te gusta, y en lo espiritual, por una libertad abrumadora que, si sabes navegarla, ofrece millones de alternativas.

Conciliar la vida familiar y laboral, superar la pandemia, aprender las volátiles tendencias de la era digital, lidiar con un mundo de burocracia e

impuestos, sobreponerse a las desventajas logísticas de estar implantado en un territorio poco poblado o competir contra aquellos que son más compañeros que rivales. Ese es el mundo al que se enfrenta Mercedes del Río, y otros miles de emprendedores sorianos, cada día en Soria. Mercedes del Río abrió su estudio de fotografía en el verano de 2015 en Garray y, apenas unos meses después, fue una de las protagonistas del primer ejemplar de Soria Noticias, con el que también nosotros empezábamos nuestra propia aventura emprendedora.

UNA VIDA

"El balance es positivo, la gente ha respondido bien a mi idea de negocio y tuve muy buena acogida", nos cuenta del Río casi una década después de dar el gran paso. La gente, los clientes, son la parte más positiva de su trabajo, del que también valora mucho la libertad



Mercedes del Río en su estudio fotográfico de Garray. A la derecha, junto a Mario, mismos personajes y mismo escenario que la primera portada en diciembre de 2015.
FOTOS: MARÍA FERRER

de horarios que le ofrece. La desventaja la ve en la excesiva carga impositiva y en la falta de ayuda de las administraciones. La responsabilidad, el estrés y la asunción del riesgo son inherentes a la figura del emprendedor, pero Mercedes tienen claro que "aunque nos quejamos mucho, es verdad que compensa porque si no, no estaríamos en ello".

La emprendedora pide a las administraciones que no se olviden de ellos

cuanto pasan los primeros años y aprovecha para reclamar la mejora de la fiscalidad diferenciada. "No podemos pagar lo mismo que un autónomo

Pide que no se olviden de los autónomos pasados los primeros años

de Madrid", y ejemplifica momentos del día a día que van más allá de la economía de escala y del número de clientes. "Si se me rompe algo no puedo ir a la tienda a por un repuesto", nos cuenta. Sin servicio técnico, tiendas especializadas o posibilidad de alquiler, tiene que tirar de sus compañeros para "salvar las sesiones" y, posteriormente, mandar el equipo a Madrid "y esperar".

Mercedes reconoce el apoyo recibido, sobre

1ER SORIA NOTICIAS
DICIEMBRE 2015


MERCEDES DEL RÍO fotógrafa de niños

"Tenía claro que era mi sueño"

Mercedes del Río tiene un estudio en Garray, con un gran ventanal que permite la entrada de luz natural, donde se ha especializado en fotografías de bebés. Señala que lo más difícil es ganarse la confianza de los padres para que "te dejen" su bebé de días o meses para realizar una sesión fotográfica. "He tenido mucha suerte y de momento me están conociendo y hablando bien de mi trabajo", resalta. "Tenía claro que quería hacerlo, que era mi sueño", subraya.

E.Leclerc
LAS ALIANZAS LOCALES
**LO LOCAL ES
LO NUESTRO**
E Leclerc SORIA

www.made-in-soria.com

**Ayuntamiento de
BURGO
DE OSMA**
MMJ
**MECANIZADOS Y
MANTENIMIENTOS
JIMENO, S.L.U.**
NUETROS SERVICIOS

- Trabajos de torno y fresa
- Electroerosion
- Trabajos de molde
- Mantenimiento
- Movimiento de maquinaria

975 21 46 01 - 639 36 26 96
Polígono industrial las casas
Parcela 20, 42005 Soria



CARLOS MARTÍNEZ MÍNGUEZ

ALCALDE DE SORIA

150 ejemplares son el resultado de un compromiso empresarial a largo plazo con esta tierra, algo realmente importante en tiempos de inmediatez y clicks que en poco o nada alimentan la reflexión. Adaptarse a las nuevas formas de comunicación no es fácil, pero, en este escenario, los medios de comunicación serios y rigurosos son más importantes que nunca. Enhorabuena.



todo al principio, de las instituciones más cercanas. “Tengo muy buen recuerdo del Semillero del Ayuntamiento de Soria y de la Cámara”, señala y asegura que “siempre mando allí a quien me viene con alguna idea”. Desde entonces es socia de la Cámara, que le aporta formación. También destaca el papel de la Diputación a la hora de guiarles en ayudas y subvenciones.

Camino a una década como autónoma, Merce-



des del Río ha vivido dos momentos vitales que, en su caso, se solaparon. Se trata de pandemia y de la maternidad. Nos confiesa que se arrepiente de haber pasado una parte de su baja a su marido. “Si no coges trabajo te sientes mal por no trabajar y si trabajas, mal por no estar con tu hija”, un sentimiento que comparte con muchas madres, pero a la que una autónoma suma que “si no trabajas no cobras”.

FOTO Y MODA

En 10 años el negocio de la fotografía ha cambiado, quizá más que otros por su estrecha relación con los mundos de la tecnología, las modas y las redes sociales. Por el objetivo de Mercedes, especializada en fotografía infantil, pasan cientos de familias al año. Nos cuenta cómo las redes sociales han influido en las peticiones de los clientes. “Aunque algunos se dejan guiar, se fían de tu

talento y tu creatividad”, otros vienen con ejemplos de lo que quieren sacados de Instagram.

Ella se ha formado en tres tendencias que se abren paso en las sesiones. En las familias se

“Las sesiones lifestyle, con maquillaje o mascotas son ahora las tendencias

lleva el lifestyle. “Son como los robados de las revistas, fotos que parecen cotidianas, pero que están preparadas”, nos cuenta. Los filtros de las redes hacen que, por comparación, muchas mujeres se sientan inse-

guras con su físico, por lo que muchas sesiones ahora incluyen maquillaje y peluquería para que se vean como auténticas modelos. El último curso que ha realizado es de fotografía de mascotas. “En muchas sesiones la foto más importante del bebé es la que tiene con el perro, y la gente cada vez tiene más mascotas que niños asíque...”.

Aunque ella siempre entrega fotos en papel, la mayoría las hacen para compartirlas en redes sociales. Nos cuenta que antes “todo era más natural, con luz natural y sin complementos”, ahora se ponen más accesorios en las fotos. Entre ellos destacan la micología, los tractores, los casos de moto o las equipaciones de fútbol.

¿Cuál es el momento ideal para hacerle las fotos a un recién nacido? “Los primeros 12 días, esas fotos son preciosas, pero no siempre se pueden hacer”. Pasado ese momento sugiere esperar a los 8 meses, “cuando el bebé ya se mantiene sentado, empieza a gatear, te sonríe...”.

En sus ojos y en su relato se nota la pasión de Mercedes por un trabajo que es muy especial. “Cuando los padres lo han pasado mal para quedarse embarazados, se emocionan al ver los resultados o, incluso, en la propia sesión”, cuenta. Compartir esas lágrimas de felicidad con las familias “es lo más bonito que tiene este negocio”.

1ER SORIA NOTICIAS
DICIEMBRE 2015

Mercedes salía acompañada en ese periódico de Laura (quien tras crear su propia clínica de fisioterapia en Soria se trasladó a Zaragoza con su pareja) y Pilar (de quien nos ha sido imposible actualizar su situación). Las tres formaban parte del Semillero de Empresas de la Cámara de Comercio y el Ayuntamiento de Soria.



PILAR BONILLA de arquitecta a pastelera

“Lo que más hago es repostería creativa”

Pilar Bonilla se ha reciclado, de la arquitectura a la pastelería creativa. Ha apostado por una repostería tradicional, que incluye también trabajos por encargo para celíacos. El establecimiento se encuentra en una zona nueva, en la calle León, en Soria, en la avenida de Valladolid. Realizó un curso de pastelería pero su base se asienta en lo que aprendió en su hogar, en su Ecuador natal. “Lo que más hago es repostería creativa”, apunta.



LAURA ESTERAS fisioterapeuta

“Emprender era la opción más viable”

Laura Esteras se ha creado su propio empleo con un gabinete de fisioterapia. Había trabajado en alguna empresa privada a tiempo parcial, pero lo que más le permitía desarrollar su profesión era el emprendimiento. “Al final me decidía a emprender por mi cuenta, era la opción más viable”, resalta. Su gabinete está en el vivero de empresas, en el polígono de Las Casas. “Intento ofrecer a los clientes un buen trato, una fisioterapia de calidad con unos precios no muy elevados”, apunta.



Con Climalit Plus se reduce el consumo de energía hasta un 40%, mejorando el aislamiento de tu ventana.

#aislaresahorrar #exigeClimalit www.grupovinuesa.com

Soria 975 22 24 62/Navalcaballo 975 22 01 37



CLIMALIT PLUS

La mejor marca para tu ventana



SIN
150



MIGUEL LATORRE

SUBDELEGADO DEL GOBIERNO

Muchas felicidades, Soria Noticias, por estas cincuenta ediciones impresas. Muchas felicidades a todas y todos los profesionales que hacéis posible, en Soria, llevar a toda la provincia información, artículos de opinión, reportajes, entrevistas, rutas... Todo un ejemplo de que desde una perspectiva local podemos llegar a cambiar grandes cosas.

UNAS FOTOS PARA EL RECUERDO

El niño Mario Latorre Caballero vuelve a protagonizar las páginas de Soria Noticias. Fue el bebé que simbolizó -en su portada- el nacimiento de este periódico gratuito que sigue creciendo.

PATXI VERAMENDI MORENO

Mario Latorre Caballero fue protagonista de la portada del primer número del periódico gratuito Soria Noticias, en la primera quincena de diciembre de 2015. Los dos tenían algo en común: acababan de nacer. Ahora, coincidiendo con la edición del número 150 (abril de 2024), el soriano Mariano Latorre vuelve a ser foto de Soria Noticias. Los dos continúan creciendo en una provincia que reivindica su derecho a desarrollarse, a que la atiendan, o a poder trabajar para ofrecer un porvenir y un futuro a su sociedad.

Mario Latorre Caballero, que nació el 28 de octubre de 2015, va al colegio de Fuente del Rey. Nos aseguran que es responsable y trabajador. Sus asignaturas preferidas son Matemáticas, Lengua y Educación Física. El fútbol es su pasión, juega en los benjamines de primer año del San José y es aficionado del Atlético de Madrid, como sus padres Luis Manuel y Maribel.

A Mario le gusta escri-

bir y el deporte. Así que, quizás, algún día, sea un brillante periodista deportivo. Aunque, ahora mismo, de mayor le gustaría ser futbolista. De momento, sabe que tiene que formarse, por lo que está centrado en el colegio, los deberes, aprender inglés, ir a la piscina..., o también asistir a la catequesis.

Desde 2015 han nacido 4.798 bebés en el hospital de Soria

El próximo 12 de mayo hace la comunión, un paso importante en su preparación personal, un momento iniciático del niño que empieza a fijar su personalidad al comenzar a andar su camino vital desde la infancia.

Este jovencito tiene muchos amigos y le gusta vivir en Soria, tanto en la ciudad como en Rioseco, la localidad natal de su madre, donde pasa los veranos y muchos fines

de semana. Reconoce que en el pueblo no para, que hace muchas actividades, que juega por las calles con el resto de chicos.

Soria Noticias ha querido traer a las páginas de este número especial 150 a Mario, que -como este periódico- ha cumplido ya más de ocho años y tiene todo el futuro por delante. Y este medio le seguirá contando a Mario, según vaya creciendo, lo que pasa en Soria y su provincia. Los problemas, las inquietudes, las ilusiones, alegrías y preocupaciones de los jóvenes sorianos. El panorama del futuro del Mario es, en cierta medida, el marco del futuro de Soria Noticias.

Desde el año en que se empezó a publicar este periódico, es decir, 2015, han nacido en el Hospital de Soria 4.798 bebés. El año 2015 fue el de más nacimientos de estos nueve años, con 589. El que menos 2023, con 459 nacimientos en el centro hospitalario. El descenso es continuo desde 2015, y muy lejana queda ya la cifra de los 1.140 nacimientos que hubo en Soria del año 1975.



ESTACIÓN DE SERVICIO - REPARTO A DOMICILIO - AUTOLAVADO A PRESIÓN - CONTENEDORES

Tlf 975 310 666 - 616 414 356

Pol. Industrial La Dehesa. C/Haya, 10 - 42200 Almazán, Soria



**MANTENIMIENTO DE JARDINES,
RIEGOS, TRABAJOS DE JARDINERÍA**

Jardinería en general y también trabajos de limpieza de pinares pequeños y desbroce de fincas particulares

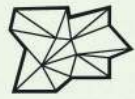
Tels.: 975 240 887 • 669 934 462

Paseo La Florida, 36 - 42002 SORIA



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



CASTILLA Y LEÓN

NADA QUE SE PAREZCA A TI

Turismo en
CASTILLA Y LEÓN



VÍDEO
PROMOCIONAL
DE CASTILLA
Y LEÓN
CON SILOÉ

www.turismocastillayleon.com

cylesvida  cylesvida  castillayleonesvida 
visitacastillayleon


**Junta de
Castilla y León**

SIN

150


ARSENIO ESCOLAR
PRESIDENTE DE CLABE

Feliz aniversario, Soria Noticias. Cumplir 150 ejemplares de periodismo cercano y de calidad demuestra vuestro compromiso con los lectores y el de los lectores con vosotros. En nombre de CLABE (el Club Abierto de Editores), os deseo un futuro lleno de éxitos, porque contar con empresas periodísticas fuertes y con futuro es esencial para nuestra democracia.

Los más pequeños tratan de averiguar dónde se realiza cada edición la 'Foto del Mes'.
FOTOS: MARÍA FERRER



Andrés Soto del Águila (10), Ivana Naidenova (10), Ares Rego Tabernero (7), Geri Naidenova (7), Tsveti Naidenova (7), Valentina Naidenova (6), Zoe Rego Tabernero (5) y Jim Hyuk Soto del Águila (4) son los usuarios de la ludoteca que más trabajan con los ejemplares.

PRINCIPALES SECCIONES

La primera actividad que Ana Belén Vicente llevó a cabo con sus alumnos estuvo centrada en la manera en la que se lee un rotativo de estas características. "Al principio volaban las hojas. Por ello, me centré en explicarles cómo hay que cogerlo y cómo hay que abrirlo. El siguiente paso consistió en enseñarles la importancia de los titulares de las noticias", señala.

Una vez adquirieron estos conceptos básicos, comenzaron a adentrarse en los diferentes temas que se tratan en cada edición. La sección de 'Provincia' y la de 'Mi Pueblo' son dos de la más utilizadas por ellos para conocer la actualidad de los diferentes municipios, y para introducir a los más pequeños en el mundo cultural soriano. Entre los artículos que más les gustan a los estudiantes de la ludoteca aparecen los relacionados con el medioambiente y las energías renovables.

En esas secciones, también les hace especial ilusión las noticias de Morón de Almazán o alguna entrevista con personalidades de la lo-

APRENDER CON SORIA NOTICIAS

14 niños de Morón de Almazán descubren pueblos e historias de la provincia y disfrutan de los pasatiempos de nuestro periódico.

■ PEDRO LAFUENTE MIÑANA

Soria Noticias viaja cada mes por los pueblos de la provincia con su edición de papel. Con miles de lectores por toda la geografía soriana, nuestros ejemplares tienen una parada muy especial en

Morón de Almazán. Esta localidad, que cuenta en la actualidad con 200 habitantes, reparte los periódicos en el bar y en el Ayuntamiento, además de buzonearlos en las casas de las personas más mayores. Una de las vecinas que acude religio-

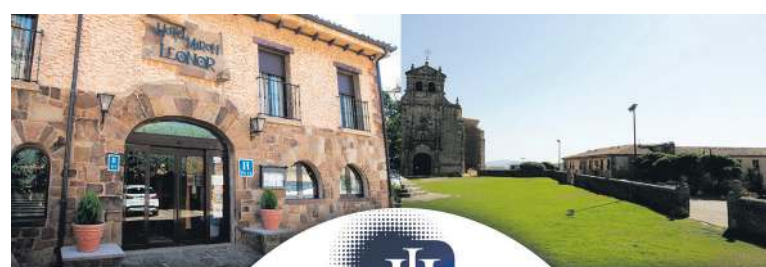
samente a recogerlo es la animadora sociocultural del municipio, Ana Belén Vicente. Esta, fiel a su cita cada comienzo de mes, emplea las diferentes secciones del periódico para trabajar con los 14 niños que acuden a la ludoteca los martes y los

jueves de 17:00 a 18:30 h. "Llevamos haciendo esta rutina desde hace un año y medio", manifiesta.

De esa manera, lo que empezó como algo puntual se ha convertido en una actividad que tiene "un rotundo éxito". En ese sentido, la trabajadora municipal explica que eligieron Soria Noticias porque es "diferente al resto, con temas muy interesantes y cercanos que no cansan a los alumnos porque tan solo llega una vez cada 30 días". Pasando prácticamente por todas las secciones, los niños de entre 4 y 19 años aprenden cada día algo

nuevo de su provincia relacionado con la naturaleza, las tradiciones de los pueblos o el deporte, entre otras muchos asuntos. Leticia Soto del Águila (19 años), Farid Soto del Águila (16), Valeria Neveroa (11), Adrián

Es una publicación cercana y diferente con la que adquirir conocimientos



HOTEL LEONOR
MIRÓN

Carta - Menú - Grupos
Deguste en nuestros restaurantes las especialidades sorianas.
www.hotelesleonorsoria.es

CONSTRUCTO, S.A.

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

Placo
Keraben
weber
KERAKOLL
TAU CERAMICA

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

Campsa gasolina
REPSOL

GAS home SL
EV2 POWER

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

SIN
150



CARLOS MARTÍNEZ IZQUIERDO PRESIDENTE DE CAJA RURAL

Soria Noticias ha sido clave en conectar Soria y su gente, informando diariamente en digital y periódicamente en papel durante estos 9 años. Un esfuerzo editorial que merece nuestro reconocimiento. Desde Caja Rural de Soria, felicitaciones por estos 150 ejemplares informando a quienes desean conocer lo que ocurre en nuestra tierra.



Los jóvenes de la localidad adoran a Ana Belén, su "profe" dos días a la semana.

calidad. Y no hay ningún mes en el que no busquen el escudo de su pueblo. Por poner un ejemplo, en el especial de las elecciones del pasado mayo, la animadora sociocultural utilizó las entrevistas a los candidatos a las diferentes alcaldías para explicar qué es un alcalde y qué funciones tiene en el Consistorio.

Las rutas aportan también mucho a estos jóvenes. Al proceder la mayoría de ellos de otros países, les permite conocer numerosos rincones de la provincia en unos recorridos que Itziar Ortega transita con delicadeza. "Nos gustó mucho la de Calatañazor", "Cuando las leo me dan ganas de ir allí de inmediato" o "Yo fui a Monteagudo de las Vicarías con mi madre tras verlo en el periódico", fueron algunos de los comentarios que se escucharon en el aula de la escuela

de Morón, en la conversación que Soria Noticias mantuvo con los usuarios de la ludoteca.

En 'Deportes', les encanta conocer historias de superación como la

Muchas veces se sienten identificados con los artículos

de Las Celtíberas. Al conocer cuánto han tenido que luchar por llegar a lo más alto del atletismo nacional, Farid Soto propone que le ayudemos a crear un equipo de baloncesto en Morón con un artículo sobre la importancia que tiene el basket en el medio rural.

A su vez, se acuerdan de reportajes de sociedad que les han marcado como 'El cumpleaños de la eterna juventud'. En él, Soria Noticias mostró cómo cuatro sorianos ce-



Los niños de Morón esperan con ilusión este periódico para verse en él.



A los usuarios de la ludoteca les encanta ver reportajes sobre fiestas de pueblos. En especial, si son de Almazán o de Morón.



lebran cada cuatro años su cumpleaños al haber nacido el 29 de febrero. "A muchos les sorprendió, ya que no sabían lo que era un bisieito", indica Ana Belén, mientras los más pequeños se ríen al recordar anécdotas de ese día.

Después de las carcajadas, estos tienen un momento de seriedad para recordar a su 'profe' que lo que más les gusta del periódico son los pasatiempos de María Sierra. Mientras Jim hace hincapié en que le encanta buscar las siete diferencias,

Valeria se queda con los 'Juegos Kids' en los que tiene que colorear. "A los más pequeños les apasionan los laberintos y a los más mayores las sopas de letras", apunta la animadora sociocultural.

Con los pasatiempos, los jóvenes morones sacan lo mejor de sí, sobre todo, los que tienen más años. Estos ayudan a los pequeños cuando se les atragantan los laberintos o sufren algún problema a la hora de leer textos del periódico. Para Ana Belén, sin duda, esa sección es la

que más hace disfrutar "por lo bien que está distribuida y por la variedad de pasatiempos, adaptados a todas las edades".

FUTURO DE MORÓN

La ludoteca es el punto de encuentro de un pueblo que mira al futuro con optimismo gracias a sus jóvenes. Estos disponen de numerosas actividades extraescolares durante otoño e invierno (como el servicio de biblioteca, diversos talleres, excursiones o diferentes propuestas deportivas) que demuestran que "tenemos vida más allá del verano, época en la que se dispara la población de la provincia".

Y Soria Noticias colabora en esa dinamización, consiguiendo varios de los objetivos que se marcó hace tiempo: ayudar a avanzar a Soria, fomentar un sentimiento de pertenencia y mostrar a los más pequeños que sus pueblos no están vacíos, si no que están llenos de vida, con personas que hacen cosas que merecen ser contadas.

Financiación 24 meses sin Intereses.



Muebles
Piso Completo

1990 €

Salón + 2 dormitorios

C/ Puertas de Pró, 11 - Soria - 975230078

SIN

150


ENRIQUE GUIU
PRESIDENTE DE CSIF

Enhorabuena a Soria Noticias por su periódico número 150 en papel, que además distribuye gratuitamente por toda la provincia. La información local es una herramienta fundamental y muy necesaria en Soria, por lo que hay que agradecer el esfuerzo y la apuesta que se realiza para editarlo. Un reconocimiento muy especial para los trabajadores del joven equipo de redacción.

Denys Casaled guía a los residentes en una sesión de lectura.
FOTOS: MARÍA FERRER



UNA VENTANA DE PAPEL EN LA BURBUJA

Los usuarios de la residencia de mayores Geroconfor mantienen su vínculo con la actualidad leyendo Soria Noticias. Una conexión con el mundo exterior que evita que se “queden atrás”.

ITZIAR ORTEGA SASTRE

Se ha abierto el debate en Fuentetoba. En la residencia de mayores Geroconfor, Marina y Lucía discuten las causas del olvido institucional que sufre La Monjía. Un monumento que ven todos

los días desde su ventana, por ocupar un espacio un poco más arriba que ellos en las faldas del Pico Frentes, pero que hoy estudian también desde una ventana de papel. Como cada miércoles y viernes por la tarde desde hace tres

años, abren Soria Noticias guiados por Denys Casaled, responsable de la residencia. Los que pueden leer, y los que no, escuchan, pero todos disfrutan de la prensa. Denys da voz a las palabras escritas por el equipo del periódico para permitir

que los residentes sigan en contacto con el mundo. Esta vez nos invitan a acompañarles y dejan de ser lectores para convertirse en protagonistas.

DEBATIR

“Es importante que ellos sepan cómo está todo.

Aquí están como en una burbuja, porque no están activos en la sociedad, así que no estarían informados de lo que ocurre sin esta actividad”, explica el responsable de la residencia. Y aunque algunos no puedan leer por sí mismos, todos están invitados a participar en los debates que más preocupan a la sociedad en la actualidad. Porque esta actividad es, en palabras de Denys, “informativa e interactiva”, siendo esta segunda parte la más importante: “Son receptores de información y emisores de feedback, me importa mucho que

den su opinión, que razonen entre todos”.

Además de permitirles conectar con el mundo, esta actividad busca favorecer la estimulación cognitiva complementando las actividades que realizan con la terapia ocupacional -que, confiesan, también utiliza

La actividad les ayuda a combatir el deterioro cognitivo

Saminhaän
PANADERÍA, PASTELERÍA Y TERRAZA

- Monteagudo de las Vicarías, Soria
- 644 11 82 39
- saminhaan.es

Saminhaan
@saminhaan

Grupo Hoteles Wlfire

Hostal La Vitorina | Hotel Castilla | Hostal Centro | Hotel Alba

www.soriadormir.com
Más información: 608 83 40 77 - 975 22 61 22

LIMALEE LIMPIEZAS

SERVICIO DE LAVANDERÍA
Profesional para empresas
Recogida y Entrega en Soria y Provincia

646-192-132

SIN
150



SANTIAGO APARICIO

PRESIDENTE DE FOES

Sin prensa local, la vida de miles de sorianos sería aún más silenciosa que la que describe Unamuno con el término 'intrahistoria'. Soria Noticias ha recogido la intrahistoria de la provincia en cada uno de sus 150 ejemplares y quedan escritos en ellos los anhelos, individuales y colectivos, de un pueblo, el soriano, que tiene mucho que decir. Enhorabuena y ilarga vida!

PARTÍCIPIES DE LA ACTUALIDAD



Julio Pérez Gonzalo

Es un apasionado de la política porque se considera muy crítico. Lamenta que los políticos ya no se centren tanto en sus ideales como hacían antes.



Leonor Lagunas Estepa

Le gusta estar al día de todo lo que pasa en los pueblos y los reportajes sobre tradiciones del mundo rural, porque todavía recuerda cómo era su vida en Velilla.



Marina Delgado Marquina

Le inquieta todo lo relacionado con la actualidad. Está al día del panorama institucional e incluso se atreve a opinar un poquito sobre las redes sociales.



Ovidio Abad Campos

Lo que más le preocupa en este momento es el estado del campo y sus reclamaciones al Gobierno. Como no le gustan, no le presta atención a los deportes ni a los toros.

nuestro periódico en papel, pero para hacer manualidades cuando terminan de leerlo-

PRESENTES

Para Marina, lo mejor de estar informada es tener más cosas de las que hablar con su familia:



“Cuando vienen mis hijos les digo que va a pasar esto, va a pasar lo otro, y se acaba cumpliendo. Me dicen ‘qué puesta estás’, pero es que tenemos que estar así porque si no se

nos va la olla”. Ella es una de las residentes más activas en los debates. Nos cuenta Julio Pérez que suele discutir con ella sobre política cada vez que las noticias lo permiten.

Ovidio Abad es otro de los usuarios más entregados y en nuestra visita le pillamos disertando sobre las revueltas de agricultores. Aunque por circunstancias de la vida no pudo descubrir su afición por la lectura hasta hace poco, desde que empezó no ha podido parar y Soria Noticias es sólo uno de los textos que devora: “He empezado a leer de mayor, pero he leído una barbaridad”.

Lucía García y Leonor Lagunas prefieren la actualidad del mundo rural. Leonor se sabe viviendo al margen del ritmo exterior y aunque tiene interés por reconectar con

lo que pasa fuera de la residencia, lo que más le interesa es volver a recorrer, aunque sea gracias a las líneas de una noticia, las calles de su querida Velilla de la Sierra. “Los años pasan y es importante no olvidar”, añade.

“Si no leyéramos las noticias, nos quedaríamos atrás”

Y Lucía, a pesar de llevar “muchos años fuera del pueblo”, sigue acordándose de “las labores del campo”, y en cada noticia le sorprende cómo “ahora llevan entre dos o tres lo que antes llevábamos

entre una veintena”. Pero por mucho que les guste recordar su pasado a través de los reportajes, esta actividad debe mantenerles conectados con el presente y el futuro. “Si no leyéramos las noticias, nos quedaríamos atrás”, destaca Marina.

EN PAPEL

Eso sí, la información sobre tecnología o Inteligencia Artificial no les interesa demasiado. “No lo entendemos”, cuentan, entre risas. Es por eso que el soporte importa. Además de su clara preferencia por leer en papel y sentir las noticias en sus manos, les resulta muy complicado manejar un medio digital de forma autónoma. “Con el periódico lo veo mejor y lo puedo leer todas las veces que quiera”, explica Leonor.

En esta actividad, Soria Noticias es, según Denys, “lo que inicia todo” y les permite ver más allá de las paredes de la residencia. Algo vital para un colectivo que, los que estamos fuera de esta burbuja, tendemos a olvidar. Por eso, Denys

concluye con una llamada de atención: “La tercera edad está muy abandonada por la sociedad, que sólo se preocupa por el momento y deja a este sector atrás. Que sean mayores no significa que no tengan que participar de la actualidad”.



Los residentes, en círculo, disfrutaron de la actividad.



VENTA
NUEVA

LA CASA DEL TORREZNO

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

ENCARGUE SU MENÚ PARA LLEVAR



SIN
150



JAVIER MORENO

SECRETARIO GENERAL CCOO

Cuando los recortes a la clase trabajadora llegan desde las Instituciones, se antoja fundamental que se escuche la voz de los trabajadores y trabajadoras de nuestra provincia, a través de medios de comunicación que contribuyan al fortalecimiento de la libertad de prensa. Nuestra felicitación a Soria Noticias, tiene mucho mérito mantener una revista gratuita durante tantos meses.

ALIADO SOBRE RUEDAS PARA LLEGAR A TODOS

El Bibliobús logra que cultura y entretenimiento lleguen a toda la provincia. También la información viaja, gracias a la colaboración con Soria Noticias. Descubrimos el servicio desde dentro, dando voz a profesionales y usuarios.

ENCARNA MUÑOZ

Soria Noticias nació con el firme objetivo de convertirse en el medio de comunicación de Soria y para Soria. La meta siempre ha sido alcanzar cada rincón de la provincia, tanto en la versión digital como con el formato físico, y hacer provincia fomentando la cohesión y sin olvidar a nadie. Soria Noticias cuenta actualmente con 456 puntos de reparto en 42 pueblos, pero el periódico llega mucho más lejos. Cada mes se imprimen 9.000 ejemplares y se cuenta con un aliado perfecto para que estos viajen por toda la geografía soriana. El Bibliobús de la Diputación consigue que la información, la formación y el entretenimiento en papel hagan parada en 121 localidades, las más pequeñas de Soria y que no disponen de biblioteca pública.

UN POCO DE HISTORIA

Normalmente se habla de él en singular, pero Soria tiene a su disposición dos bibliobuses. La



El Bibliobús apoya a los colegios rurales en sus rutas.

Diputación Provincial comenzó a prestar servicio de biblioteca móvil hace más de 30 años. En 1988 comenzó a circular el primero de estos vehículos y en 1991 se sumó un segundo bibliobús en colaboración con el servicio de bibliotecas públicas de la Junta de Castilla y León. En el año 2020 un nuevo bibliobús,

decorado con frases de los poetas ligados a la provincia, sustituyó al más antiguo.

Este bibliobús, profesional y regular, es el resultado de la iniciativa de José Antonio Pérez Rioja. El director del Centro Coordinador de Bibliotecas de Soria organizó en 1949 un servicio de 'bibliotecas viaje-

ras' con el que convirtió a la provincia en pionera en el panorama nacional. Las seis primeras maletas contenían lotes de 50 libros que se enviaban a diferentes puntos de la provincia. Cuatro años más tarde, en 1953, el número de bibliotecas viajeras había ascendido a 24, y los lotes eran también más amplios.

Desde entonces, las cosas han cambiado un poco. Ahora prestan servicio simultáneo de vehículos que, con 10 rutas, recorren la geografía soriana cargados con más de 3.500 documentos (libros, vídeos, DVDs, revistas, cds...) para niños y adultos ordenados según secciones por colecciones o materias para facilitar su búsqueda. Además, el fondo se renueva periódicamente para ofrecer siempre una colección renovada.

Actualizado y sin la obligación de devolución, los usuarios también tienen a su disposición decenas de ejemplares de Soria Noticias.

VIDA SOBRE RUEDAS

Este número especial sirve para acompañar al periódico en este viaje alrededor de la geografía provincial. Un equipo de Soria Noticias nos subimos al Bibliobús B para conocer la ruta número 1; la que hace parada en Las Cuevas de Soria, Mata-



Niños y mayores comparten espacio. El Bibliobús guarda títulos para todos los gustos.

FOTOS: MARÍA FERRER



SORTEAMOS 10 IPADS air

ESCANEA EL CÓDIGO QR

Scan me

Y ya sabes por sabor y calidad... elige Soria, elige **Real**

EMBUTIDOS LA MATANZA

EMBUTIDOS ARTESANOS SORIANOS DE ALTA CALIDAD

Calle la-Iglesia, 1D, 42164 TERA (Soria)

SORIA CONSULTORES

Avenida Valladolid, N°8, Entreplanta (Soria)

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

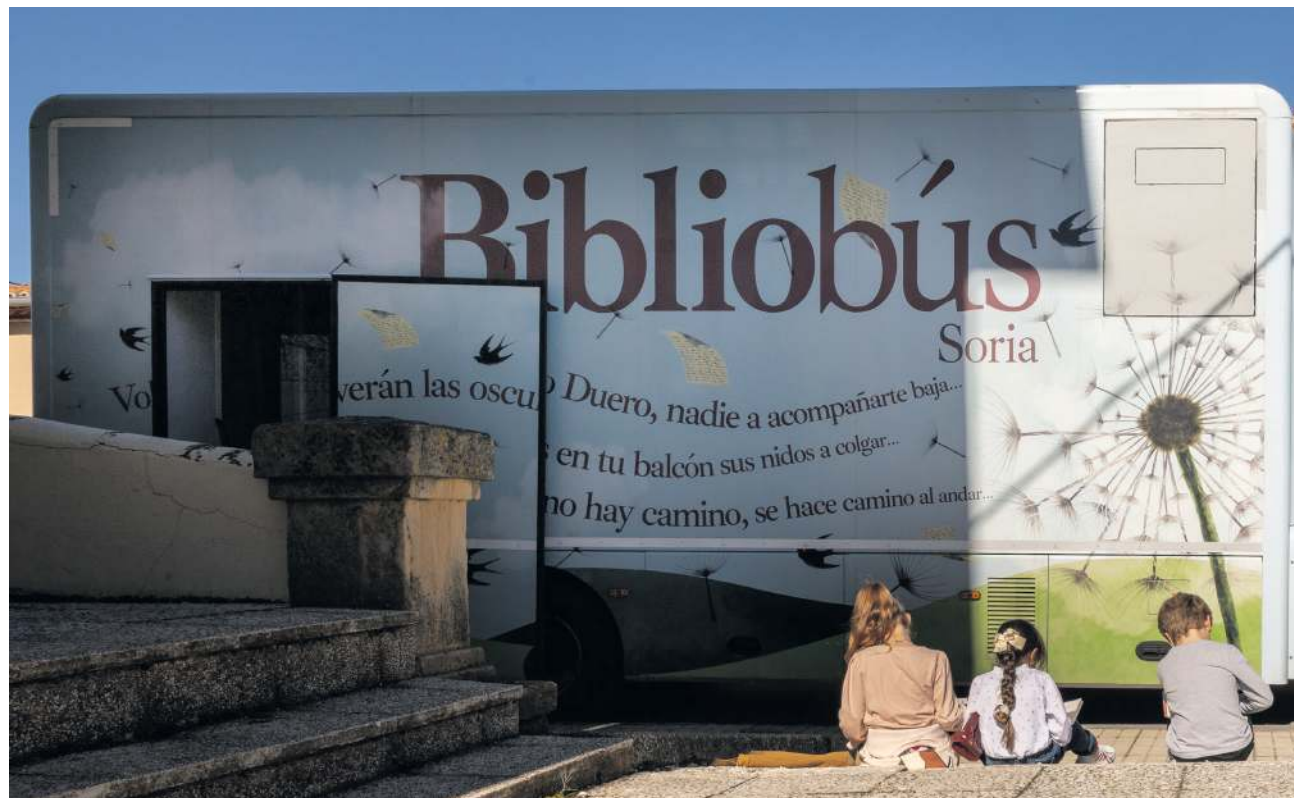
SIN
150



ALBERTO SANTAMARÍA

PRESIDENTE DE LA CÁMARA

Enhorabuena por estos 150 números de trabajo, ilusión y contribución a la pluralidad informativa, esencial para que la sociedad acceda a una amplia gama de opiniones y perspectivas que la enriquecen. Aportáis una visión diversa, fresca y rigurosa de la realidad soriana, sin olvidar la crítica constructiva, que es crucial para el aprendizaje y el desarrollo. ¡Por muchos años más!



El Bibliobús aparca en Quintana Redonda y los más pequeños no pueden esperar a abrir los libros.

mala de Almazán, Matute de Almazán, Navalcastro, Quintana Redonda y Tardelcuende. Cuando se apaga el motor y se abren las puertas del vehículo descubrimos en los asientos delanteros a dos personas que son el alma del servicio. Palmira García y Ursicinio Hernández acumulan entre los dos más de 40 años de experiencia, toda una vida dedicada a la cultura y a los habitantes de la España rural.

Con una amplia sonrisa nos invitan a subir a la parte trasera del Bibliobús y nos colamos en una biblioteca pequeña, pero tremendamente acogedora. De esas que animan a curiosear entre

sus estanterías. Debemos reprimir el impulso porque los primeros usuarios no tardan en aparecer. Llegan con libros bajo el brazo y se intuye en ellos las ganas de saborear nuevas historias.

Palmira García les conoce bien, esta auxiliar de biblioteca lleva 20 años en el puesto y es la mejor colaboradora necesaria del servicio. “Después de tantos años he aprendido a adivinar gustos y preferencias, aconsejo y oriento a los lectores porque puedo intuir qué libro va a engancharles”, nos confiesa. Al otro lado del mostrador, nos confirman su buen hacer: “Palmira se encarga de que tengamos

disponibles las últimas novedades, podemos incluso hacerle peticiones por whatsapp”, agradece Maricruz Corredor, una de las usuarias fieles de Quintana Redonda.

“El periódico en papel es un estímulo para conectar con el mundo”

Ursicinio Hernández es el compañero de viaje perfecto. Conductor del Bibliobús con más de dos

décadas de experiencia, ahora es mucho más que eso. Se encarga de que el vehículo esté siempre a punto y controla cada curva de las comarcas sorianas, pero también ha aprendido a colocar libros en los estantes y es de los mejores conversadores para los ratos de espera. “También somos una especie de psicólogos sobre ruedas porque en los pueblos cada vez quedan menos vecinos, y este punto de encuentro les viene muy bien para hablar y compartir ratitos agradables”, refiere. Es conductor, terapeuta y también manitas, pues nos revela que “la semana pasada estuve poniendo televisiones en HD”.

Dos bibliobuses, con 10 rutas, para llegar a 121 pueblos

En los corrillos que se forman a la entrada y a la salida las conversaciones son muy variadas. El tiempo, las obras en el pueblo de turno, esa película que sacaron en la televisión anoche o el panadero que hoy se ha retrasado son temas recurrentes. También se cuelan agradecimientos a una iniciativa que atiende a mayores y pequeños llenando sus mochilas de historias increíbles. Y casi sin darnos cuenta, Soria Noticias se convierte en protagonista de los intercambios.

UN COMPAÑERO DE VIAJE “En el 90% de los pueblos nos piden el periódico”, asegura Ursicinio. “Exacto, saben que se publica a primeros de mes y están esperando a

que lo traigamos”, corrobora Palmira. “Muchos de los que venimos estamos jubilados, pero nos gusta estar al día y queremos saber lo que pasa en nuestros pueblos y en los vecinos”, asegura Pedro Corredor, vecino de Tardelcuende que hojea el último ejemplar haciendo parada en las noticias.

María Jesús López, de Quintana Redonda, resalta la importancia del formato físico porque “las personas mayores echan de falta el papel”. Explica que ella lee Soria Noticias con su madre, que supera los 90 años: “Pasa las páginas y ve las letras grandes y las fotos, es un estímulo que necesita para conectar con el mundo”, señala. También agradece el trato del medio con los pueblos más pequeños. Es consciente de que la capital genera más información, pero para ella es importante “la atención que nos dais cubriendo los eventos del pueblo. Habéis vecino a los quintos, a las matanzas, nos hacéis caso y eso se valora”.



Soria Noticias también hace provincia con el Bibliobús.



TU APARCAMIENTO EN EL CENTRO DE SORIA

ABONO DIURNO
65,00€/MES

(21% IVA incluido)

ABONO 24 HORAS
80,00€/MES

(21% IVA incluido)

BRILLA CON NUESTROS LAVADOS DE COCHE

LAVADO MANUAL
DESDE 30€

Bajo cita previa (IVA incluido)

AUTOLAVADO
DESDE 1€

Lanzas y Aspiradores (IVA incluido)

975 22 17 82

OPINIÓN



DE IDA Y VUELTA

**VANESSA
GARCÍA**

Procuradora Soria ¡YA!

Compromiso (I)

El pasado 13 de marzo, el presidente de la Junta anunció en el pleno de las Cortes la compra del acelerador lineal y las obras de la unidad satélite de radioterapia del Hospital Universitario Santa Bárbara. Algo largamente reivindicado y esperado. Al día siguiente publicaba en su cuenta de X: “En @jcyl protegemos a las personas de nuestra tierra [...] 1.-Cumpliendo nuestro compromiso, ponemos en marcha la radioterapia del Hospital de Soria, con una inversión de 8,4M€, evitando desplazamientos a los pacientes y prestándoles una atención de calidad”. Una medalla que se auto otorga y que lleva grabadas tres palabras que para Fernández Mañueco no significan nada: proteger, cumplir y compromiso.

¿Se puede hablar de cumplir un compromiso cuando esta unidad va a llegar 18 años tarde? En febrero de 2007, Juan Vicente Herrera prometió “implantar aceleradores lineales para el tratamiento de radioterapia de enfermedades cancerosas en todas las provincias de Castilla y León”. El señor Herrera mintió y el PP de Soria calló para siempre. Es un hecho. Por mentir y carecer de palabra, los sorianos han castigado en las urnas a Fernández Mañueco y al Partido Popular en las dos elecciones en las que ha sido candidato a presidir la Junta.

En la última visita de Mañueco se aseguró que la unidad realizará alrededor de 4.000 sesiones anuales y atenderá a unos 200 pacientes. Si hacemos caso a estos datos y los tomamos como referencia, desde febrero de 2007 esta falta de palabra, este retraso que supera los tres lustros, ha supuesto que más de 3.400 pacientes oncológicos se hayan tenido que trasladar desde la provincia de Soria a Burgos para realizar unos 68.000 tratamientos de radioterapia. Incalculables los miles de kilómetros que, en duras condiciones por carreteras en pésimo estado, han tenido que recorrer los enfermos sorianos de cáncer para recibir, muy lejos de casa, un tratamiento que les curase. Desde luego que no han protegido a las personas. Y luego nos hablan de igualdad entre ciudadanos.

En la época de la polarización política, las notas de prensa comerciales y los titulares engañosos, ser periodista no es fácil. En un momento donde los principales ingresos de los medios de comunicación vienen de las administraciones públicas mediante contratos publicitarios cuantificados de forma subjetiva y donde las redacciones están repletas de jóvenes periodistas que, para cuando quieren coger algo de background, ya habrán encontrado, al menos los mejores, una vía de escape de este negocio, la tarea de ser un medio de comunicación no es fácil. Vivimos en la era de lo superfluo, donde el cómo no parece tener valor y solo importa el dato de impactos. La era en la que el análisis sosegado ni está ni se le espera, y el contenido queda viejo tan pronto como se publica.

Con esto no pretendemos darles pena, sino ponerles en contexto para que entiendan la alegría que siente este grupo de profesionales al alcanzar estos 150 ejemplares en papel. Contra todos esos elementos y contra todo pronóstico. Es cierto que el papel no sufre algunos de los males que acechan al periodismo di-

EDITORIAL

Disculpe que haga mi trabajo

SORIA NOTICIAS

gital y, tal vez por ello, nos encanta en la redacción. Nos permite tratar temas en profundidad, apartarnos del endiablado ritmo de la web y recrearnos en aquello digno de ser contado y ser leído con calma, con atención. Leído de verdad.

En el papel no tenemos que forzar los titulares, tampoco que abordar temas que nos parecen superficiales. Y eso es una maravilla. Por ello, hoy aquí celebramos y renovamos nuestro compromiso con este soporte, con el objetivo de seguir ofreciéndole a todos los sorianos un oasis de 40 páginas puramente sorianas para disfrutar con su lectura.

Nuestro compromiso se asienta en un valor que tratamos de anteponer en todas las ocasiones, aunque no siempre se logre: defender el interés de Soria. Apostamos por lo que nosotros enten-

demostramos que es bueno para la provincia. Ya sea que hagamos otros 150 números (nos iríamos a finales de 2037) o solo unos pocos más, usted podrá estar seguro de que siempre encontrará un periódico amable, historias que traten de construir en positivo y que, con el punto necesario de crítica, permitan mostrar lo mejor de Soria.

Por eso hoy le hacemos partícipe de nuestra alegría por haber llegado hasta aquí y le queremos hacer cómplice de una batalla por la que, aunque en ocasiones parezca ya perdida, bien merece la pena luchar. Una batalla por la libertad, una batalla por Soria. Usted puede librarla cada día exigiendo a los políticos, empezando por ‘los suyos’. Una batalla que se empieza a ganar no dejándose arrastrar por la confrontación, pisando el freno, bajando revoluciones. Una batalla que se libra cuando usted no solo lee un medio, cuando usted contrasta, cuando usted decide ser un ciudadano crítico. Un cambio de paradigma y una conciencia crítica de la realidad. En definitiva, un periodismo libre, que es lo mismo que decir una política más digna, que implica sin solución de continuidad una Soria mejor.

Peor sería tener que trabajar

 La frase del mes
Ben Bradlee

“



LA QUINTA COLUMNA

Este es el tiempo del cambio

Patxi Irigoyen

Soriano

ve. El neumático que nos da la vuelta una vez sí y otra también, se empeña en que cada uno de esos giros implica nuevas fórmulas. Cada uno de los movimientos tiene una consecuencia. Cada uno de los pestaños, por pequeños que parezcan, contienen un mensaje.

Cuando hace 150 números, Soria Noticias se vestía de largo, todos pensamos que iba a ser algo interesante, pero pasajero. Podía ser el sueño de unos cuantos ilusos, pero no el medio de comunicación versátil, rápido, ágil, y sobre todo interesante que todos los lectores han demostrado apreciar, día a día, y mes a mes.

La inmediatez con que las noticias saltan y se llevan a la redacción de Soria Noticias no son sino fruto del cambio que ha experimentado la prensa y su funcionamiento. Hubo una época en que algunos comentaban que los periódicos eran el mejor medio de comunicación para las noticias del día anterior. Y ciertamente, la forma de trabajar y las ediciones impresas de los periódicos no podían hacerse de otra forma. A lo mejor, una edición especial que po-

día ser absolutamente extraordinaria y por acontecimientos extremadamente importantes.

Hoy, Soria Noticias ofrece a todos sus lectores, online, una noticia en menos de cinco minutos desde que ésta se ha producido. Salta a la redacción, joven y dinámica, un asunto que pocos segundos después está transcrito, comentado, pero sobre todo presentado en el periódico digital. Y, por si alguien tuviera el deseo de conservar y archivar, de modo tangible, los textos más largos y trabajados, Soria Noticias se pone de modo gratuito en manos de todos de modo mensual.

Para sorianos como yo, poder expresarnos y contar a los nuestros -y a los foráneos-, opiniones y comentarios de los que somos partidarios, no es sino un lujo que debemos apreciar. Y en este número, el 150, quiero hacerlo, como mínimo, las mismas veces que ediciones llevamos.

Felicidades y agradecimiento a todos ustedes, lectores, y felicidades y agradecimiento a toda la redacción de Soria Noticias.

OPINIÓN

EL ACENTO

¡A por otros 150!

El periodismo debería llevar siempre el apellido independiente. Cuando un gobierno estatal, autonómico y, por su-



ALEJANDRO RAMOS

Profesor universitario y secretario de NNGG Soria

puesto local, empieza a controlar las noticias está evitando que los ciudadanos tengan una conciencia realista de las políticas que se están llevando a cabo en ese territorio. Por lo tanto, no

existirá una democracia plena sin periodismo independiente.

Cuando hojeamos un periódico, veremos que la información sea veraz y venga acompañada de testimonios, relatos o cifras reales. Si bien es cierto, en los últimos tiempos, y especialmente en los medios de mayor tirada, proliferan las llamadas "Fake News" que provocan que los lectores apostemos por un periodismo de cercanía o proximidad.

Pero sin duda, este concepto de periodismo local, lleva aparejado una serie de retos que no presentan los grandes medios de comunicación. Dejando de lado las propias dificultades económicas, se hace casi necesario que, día a día, tengan que buscarse nuevos enfoques y canales para que las noticias sean atractivas y generen un cierto va-

lor añadido a los lectores.

En este contexto, Soria Noticias está de celebración. Independencia e imparcialidad en la publicación de artículos sobre asuntos de actualidad y de interés general para todos los ciudadanos de Soria, ya sean capitalinos o rurales, como son, entre otros, la política, los eventos culturales, el deporte o nuestras tradiciones.

Pero me van a permitir que ponga El Acento en la sección que más conozco. Desde hace ya unos años, vengo colaborando con este periódico a través de la opinión. Desde el primer momento, siempre he tenido libertad de expresión y un pensamiento libre, creativo y personal para elegir el tema y elaborar todos los artículos. Cosa que es de agradecer.



EL PESO DE LAS PALABRAS

EDER GARCÍA

Concejal socialista

Al otro lado de la barrera

No es fácil ser político en tiempos de descrédito y desconfianza. Cuando la ciudadanía duda de todo y de todos y todas. Pero si es complicada la defensa de nuestra vocación por la cosa pública, con la necesaria auto-crítica que debemos realizar, no es más sencillo ser periodista y promover un medio de comunicación plural, objetivo y, en este caso, de información provincial, superando crisis estructurales y coyunturales.

Entre 'gremios' que entendemos el enfado de una sociedad disconforme y que sufrimos su vertiente más 'hater' bajo el anonimato de las redes sociales, quiero reconocer el esfuerzo de la prensa local, y en este caso de Soria Noticias especialmente, con una apuesta empresarial y profesional pegada al territorio y sostenida en el tiempo.

Son ya 150 números y 9 años y son, sobre todo, miles de días de noticias, reflexiones diversas, información servicio, críticas, reivindicaciones... En definitiva, son años de trasladar la voz de muchos y muchas sorianos y sorianas, desde la capital, desde la provincia y también la de aquellos que están lejos de esta tierra. Años de intentar contribuir a que la ciudadanía pueda formarse su propia opinión de la mejor manera posible.

Adaptarse a los tiempos actuales, sortear esa mal entendida inmediatez informativa, competir con el reloj de la actualidad sin renunciar a la meditación... es un desafío importante que hay que reconocer.

A nivel personal, por supuesto, también es justo destacar ese buen trato que día a día recibo como columnista y esa ventana que me ofrecen para asomarme a Soria y para que sus lectores y lectoras también se asomen a diferentes miradas de la realidad.

Gracias por la oportunidad que me dáis y gracias por el trabajo que hacéis. Gracias extensivas a todos y todas las que en cualquiera de sus funciones hacéis realidad este proyecto llamado Soria Noticias. Enhorabuena y os deseamos muchos años más disfrutando esta aventura compartida.

GRACIAS, DE NADA



VOX populi

¡Qué difícil!

En un tiempo donde la noticia tiene un recorrido de apenas horas, donde el periodismo de investigación sencillamente no es habitualmente rentable en la relación noticia/visitas, donde incluso basta una orden para que ese trabajo se archive o donde ejércitos de bots digitales pueden controlar la tendencia de opinión o ensuciar la verdad hasta hacerla indistinguible... Construir y sostener un medio de información es una arriesgada empresa desde el punto económico y un aventurado ejercicio de fe.

Vaya por delante que la profesión periodística está sometida a opiniones



FERNANDO CASTILLO

Concejal de Vox en el Ayto de Soria

y presiones sísmicas; en parte por la batalla que han perdido con el nuevo soporte de las redes sociales, en parte por la crisis económica que subyace, sobre todo después de la pandemia que ha reducido la contratación de publicidad privada y ha incrementado el riesgo de no poder mantenerse sin la contratación de espacios por parte de las distintas instituciones públicas. Esto, sin duda, compromete la objetividad y, como no, porque los partidos del bipar-

tidismo buscan crear sus estructuras mediáticas.

Con todo esto, con el rentable periodismo de clickbait, y que el periodismo crítico al estilo anglosajón no se estiló nunca demasiado en este país, es de aplaudir cada día que sobrevive un medio de comunicación, y más si cabe cuando tras 150 números es capaz de consolidarse informando de la actualidad en cada momento y dar voz de una manera plural a las distintas sensibilidades políticas del momento.

Tan "cuarto poder" como servicio esencial, el periodismo es imprescindible, el hombre es comunicación.

Enhorabuena SoriaNoticias por llevar adelante este gran reto diario con profesionalidad y por este nuevo aniversario.

OPINIÓN



LA CARTA DEL DIRECTOR

SERGIO GARCÍA CESTERO (18)
Director de Soria Noticias

Dolores de cabeza y poco dinero

Era una jornada cualquiera de ya lejano abril de 2017. Subía a comer acompañado por mi jefe, **Jesús Esteras (1)**, y al despedirnos en aquel portal de la calle Numancia me hizo una propuesta que cambiaría mi vida para siempre. Quería que fuera el director de Soria Noticias, la empresa de la que él era copropietario y de la que iba a asumir la gerencia. “Solo puedo prometerte muchos dolores de cabeza y poco dinero”, me espetó con esa sinceridad suya que abrumba, pero a la que te vuelves adicto. Desde aquel día, mi ya de por sí inquieta cabeza no ha parado de dar vueltas. En ocasiones, demasiadas.

Yo apenas tenía experiencia en los medios y sobrevivía, retornado de mi fracasada experiencia madrileña, optimizando páginas web para SEO y llevando redes sociales. Se podría decir que la apuesta era, cuanto menos, arriesgada. Pero Jesús, ‘el Chus’, siempre ha apostado por el talento (dejaremos la falsa modestia para otros) y por Soria. En esta provincia no llegas a crear cuatro empresas y sostener todos los meses una veintena de nóminas si no crees irremediablemente en las capacidades de quienes eliges rodearte, tienes una arrolladora capacidad de trabajo y sacrificio, un punto necesario de arrogancia, y una visión clara de tu idea. Él lo tiene todo.

La situación no era sencilla. Soria Noticias era un medio joven y únicamente digital y salía de una fusión breve, pero tormentosa, con El Mirón de Soria. Desde fuera, aquella experiencia de apenas medio año pudiera parecer un fracaso, pero dio a Soria Noticias dos cosas con las que nunca había soñado; este periódico que hoy tiene en sus manos y el mejor comercial de toda Soria. **Juan Carlos Díaz (2)** tenía en aquel momento todo lo que nos faltaba: la experiencia y los contactos. ‘El Burrero’ siempre ha sido mucho más que ‘el que trae la pasta’ y pronto se convirtió en el mentor que la empresa, Jesús y yo necesitábamos. Hago examen de conciencia para reconocer aquí que, seguramente, él sea la persona con la que más haya discutido en estos años. Es probable que esa tensión sea la que nos ha permitido mantener el pulso. Recuerdo largas charlas al teléfono, conversaciones infinitas sobre Soria y sus

gentes, sobre la política, sobre el pasado y sobre el futuro. En definitiva, sobre la vida. Una vida nueva a la que yo me enfrentaba sin colmillo y en la que él se mueve como pez en el agua. “Vamos a sacar esto adelante por corazón, cabeza y cojones”. Esa era su arenga. Y a fe que lo hemos hecho.

Cuando llegué formaban parte de Soria Noticias un Luís Romera ya de salida y dos personas que aún hoy siguen siendo pilares fundamentales del periódico y de la empresa. Veramendi y Calavia eran dos veteranos del periodismo soriano que superaban los 50 años y a los que yo, sin experiencia y con la mitad de primaveras, tenía que dirigir. Fue más fácil de lo que suena, afortunadamente.

Patxi Veramendi (3) se convirtió, durante mucho tiempo, en una especie de confesor. A día de hoy, sigue siendo a quien recorro para que me quite de la cabeza alguna que otra idea demasiado loca, y también es quien se aferra a la RAE para no dejarme llenar Soria Noticias de mayúsculas ‘estéticas’. **Pedro Calavia (4)** es el hombre de la web, el picapedrero que todo proyecto necesita. Batalla con unos cambios tecnológicos que descolocan al más pintado y pone al servicio del periódico su amplia experiencia, un conocimiento de la falda oeste del Moncayo que solo alcanza quien ama algo de verdad, y un oído infalible para las sirenas.

Recuerdo a la perfección mi primera portada. La foto de Valonsadero, el monte sagrado de las Fiestas de San Juan, y el titular ‘Cuando junio se viste de flores’. Me pareció tremendamente original, estéticamente bella y sanjuaneramente impecable. Sí, así soy yo, enamoradizo de mis propias ideas. Durante esos primeros números hicimos de todo. Cada cierre era una auténtica odisea de sobresaltos y juramentos. El Demi era nuestro diseñador, aunque mis peticiones chocaban con demasiada frecuencia con su libertad artística. Repartió el periódico un tiempo, algo que también hicimos Jesús y yo un mes. Aquella aventura, que terminó -no pregunte cómo-, rebuscando en un contenedor de basura, nos reveló que repartir Soria Noticias no era una tarea fácil. Siempre se subestima aquel trabajo que no se conoce. Lección aprendida.

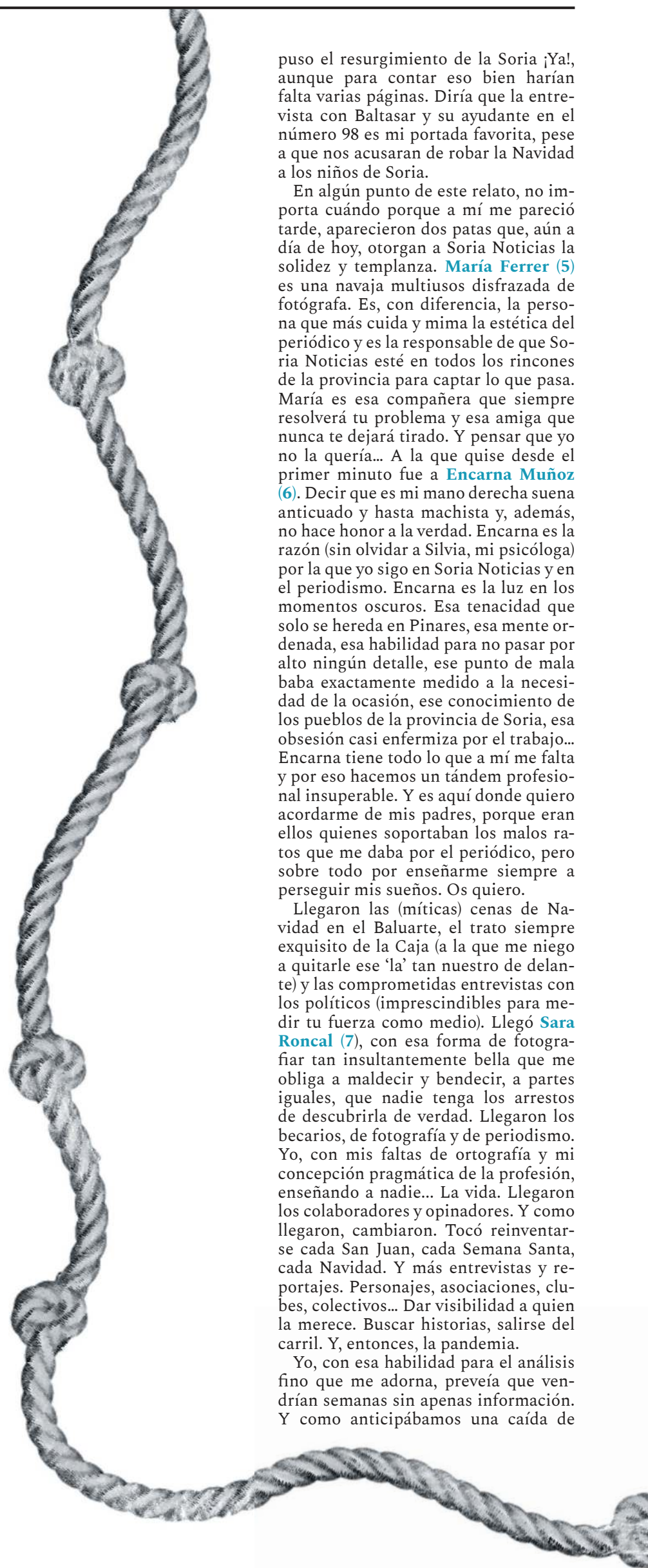
Llegó el proyecto fallido de EPECYL. Nada que realmente merezca la pena en esta vida (en el trabajo, en el amor, en el deporte o donde sea) se consigue sin haber fracasado antes un buen puñado de veces. Llegaron las primeras elecciones, las entrevistas, los fotorreportajes de fiestas por la provincia. Llegó esa desolación a la que uno no termina de acostumbrarse nunca cuando un político te miente a la cara. Llegó el ‘Lo Damos Todo’. Y más reportajes y entrevistas. Desembarcó Vero, la comercial que siempre necesitaba más producto. Y Bernat, el periodista que trataba de convertir en poesía el deporte soriano. Y David y Carmen, los fotógrafos artistas. Y se fue Chusja, el hombre orquesta que siempre quería sacar más caras en la portada. Y Eva y Patricia. Llegó la portada de noviembre de 2017 que su-

puso el resurgimiento de la Soria ¡Ya!, aunque para contar eso bien harían falta varias páginas. Diría que la entrevista con Baltasar y su ayudante en el número 98 es mi portada favorita, pese a que nos acusaran de robar la Navidad a los niños de Soria.

En algún punto de este relato, no importa cuándo porque a mí me pareció tarde, aparecieron dos patas que, aún a día de hoy, otorgan a Soria Noticias la solidez y templanza. **María Ferrer (5)** es una navaja multiusos disfrazada de fotógrafa. Es, con diferencia, la persona que más cuida y mimosa la estética del periódico y es la responsable de que Soria Noticias esté en todos los rincones de la provincia para captar lo que pasa. María es esa compañera que siempre resolverá tu problema y esa amiga que nunca te dejará tirado. Y pensar que yo no la quería... A la que quise desde el primer minuto fue a **Encarna Muñoz (6)**. Decir que es mi mano derecha suena anticuado y hasta machista y, además, no hace honor a la verdad. Encarna es la razón (sin olvidar a Silvia, mi psicóloga) por la que yo sigo en Soria Noticias y en el periodismo. Encarna es la luz en los momentos oscuros. Esa tenacidad que solo se hereda en Pinares, esa mente ordenada, esa habilidad para no pasar por alto ningún detalle, ese punto de mala baba exactamente medido a la necesidad de la ocasión, ese conocimiento de los pueblos de la provincia de Soria, esa obsesión casi enfermiza por el trabajo... Encarna tiene todo lo que a mí me falta y por eso hacemos un tándem profesional insuperable. Y es aquí donde quiero acordarme de mis padres, porque eran ellos quienes soportaban los malos ratos que me daba por el periódico, pero sobre todo por enseñarme siempre a perseguir mis sueños. Os quiero.

Llegaron las (míticas) cenas de Navidad en el Baluarte, el trato siempre exquisito de la Caja (a la que me niego a quitarle ese ‘la’ tan nuestro de delante) y las comprometidas entrevistas con los políticos (imprescindibles para medir tu fuerza como medio). Llegó **Sara Roncal (7)**, con esa forma de fotografiar tan insultantemente bella que me obliga a maldecir y bendecir, a partes iguales, que nadie tenga los arrestos de descubrirla de verdad. Llegaron los becarios, de fotografía y de periodismo. Yo, con mis faltas de ortografía y mi concepción pragmática de la profesión, enseñando a nadie... La vida. Llegaron los colaboradores y opinadores. Y como llegaron, cambiaron. Tocó reinventarse cada San Juan, cada Semana Santa, cada Navidad. Y más entrevistas y reportajes. Personajes, asociaciones, clubes, colectivos... Dar visibilidad a quien la merece. Buscar historias, salirse del carril. Y, entonces, la pandemia.

Yo, con esa habilidad para el análisis fino que me adorna, preveía que vendrían semanas sin apenas información. Y como anticipábamos una caída de



OPINIÓN

Que el periodista no debe ser el protagonista es una máxima de esta profesión, aunque cada vez está más en desuso. Hoy nosotros hacemos una excepción para que ponga cara al equipo de Soria Noticias. Un nutrido grupo de profesionales de diferentes campos a los que nos une la pasión por lo que hacemos, el compromiso con nuestra tierra y un enfoque positivo y diferente de la vida.



los ingresos por publicidad decidimos ajustar la estructura, redimensionar el proyecto. Vamos, meter tijera. El Covid se llevó profesionalmente a Ana y a los dos Jorges. No llevaban mucho tiempo y ya nadie sabrá cómo habría acabado aquello. Lo que sí sabemos es que la pandemia trajo un par de cambios importantes y positivos para Soria Noticias. El periódico pasó de quincenal a mensual. Era algo que necesitábamos, pues los cierres cada 15 días condicionaban a la web en demasía. A cambio, nos prometimos -y creo que hemos cumplido-, más páginas en cada ejemplar y sacar más temas propios cuidando mucho más la información. El otro cambio fue en la web, que pegó un subidón de visitas que hemos logrado mantener gracias al callado, brillante e irónico **Ángel Ortíz (8)**. Él es ese amigo que siempre querrías llevarte de acampada porque, aunque no sabes cuándo ni cómo, te acabará sacando de un apuro. Él, ahora escudado por **Dani Guillorme (9)**, es nuestro técnico. Ellos son quienes tratan de atender todas nuestras peticiones, que les aseguro que no son pocas, quienes levantan la web cuando nos la tiran y quienes bucean para averiguar hacia dónde se mueve ese grial endiablado que damos

en llamar SEO. La pandemia no solo nos dio visitas, también relevancia. Al regionalizarse la información (mascarillas, confinamientos, toques de queda...) ganamos peso en Castilla y León, y más cuando Igea decidió abrirnos de par en par las puertas (digitales) de los consejos de Gobierno de la Junta.

Después del Covid, el periódico volvió con entrevistas más potentes, con más análisis y con más literatura. Aparecieron quienes hoy son el presente y el futuro de Soria Noticias. Primero **Pedro Lafuente (10)**, Pedrete para no confundirlo con el otro Pedro y 'el Maño' para mí. ¡Qué fuerza, qué vitalidad, qué ganas! Qué envidia. Con ese descaro que solo se les consiente a las buenas personas se ha metido en el bolsillo al deporte soriano y ha logrado unir a todos los periodistas jóvenes de la ciudad en un grupo que ya hubiera querido para mí en mis comienzos. Después llegó **María Sierra (11)**, la dulzura hecha maquetadora. Tras una breve experiencia con Tito, ella trajo paz al diseño de Soria Noticias. No entiendo cómo una mente puede ser estructurada y creativa a la vez, pero ella lo tiene. Su magia hace nuestro trabajo infinitamente más fácil y es capaz de levantar cualquier tema de esos que no quedan como te esperas. Y luego está **Itziar Ortega (12)** que aporta la alegría, la cultura y ese

toque moderno que toda redacción de periódico necesita. 'Itzi', aunque perfeccionista hasta la desesperación, es de esas personas que uno no sabe cómo ha terminado trabajando a tu lado, pues su talento, intuición y colmillo no son fáciles de encontrar. Súmenle una curiosidad de las que devora todo lo que pilla y una ética de trabajo desbordante y obtendrán un diamante al que le queda muy poco por pulir.

Con todo lo que ello significa, para lo bueno y para lo malo, por Soria Noticias ha pasado mucha gente; Marina, Belén, Sara, Silvia, José Luis, María... Me gustaría no dejarme a nadie, pero no puedo prometerles nada. Hemos crecido y lo seguiremos haciendo porque es la única manera en la que entendemos estar vivos en este periódico.

Para poner orden entre tanta mente pensante, aterrizó **María González (13)**, quien ha tomado el toro por los cuernos para demostrar que con un buen administrativo puedes ir al fin del mundo. Junto a ella, **Mercedes Fernández (14)** para atestiguar que un correo o un programa de gestión pueden convertirse en una sonrisa. La última en llegar es **Ana Barbero (15)** un todoterreno con el que afrontar cualquier trabajo.

Ella es esa trabajadora abnegada y silenciosa que parece que no está hasta que le preguntas si hizo aquello que le pediste. Y sí, obviamente lo hizo.

Realmente Ana es la penúltima, pues según escribo esto me están presentando a **Vanesa Abad (16)**, nuestra nueva comercial que viene a hacer tandem con **Sonia García (17)**.

Creo que, en este exhaustivo repaso, que confieso que es más para mí que para usted, he nombrado a todo aquel que ha sido importante en la historia de Soria Noticias. Pero me faltan dos pilares fundamentales, sin los cuales no habríamos podido llegar a este 150 ni ser el medio más visitado en digital de la provincia; los lectores y los anunciantes. Estos últimos nos han permitido crecer y nos permiten cada día ganarnos la vida a una docena de profesionales haciendo lo que más nos gusta. Y, además, han regalado a su tierra algo que -y lo digo tal y como lo pienso- es bueno para Soria. Luego están ustedes, los lectores. Usted que nos lee, nos busca, nos comparte, nos pide y nos exige. No tengo palabras para agradecerle todo lo que nos han dado, todo lo que me han dado. Y así, sin palabras, pero con el alma calentita de humanidad y el corazón contento de recuerdos terminaré este repaso con un simple pero sincero **GRACIAS**.



OPINIÓN



LÓGICA RURAL

**ENRIQUE
RUBIO**

Desde Berlanga

150 Utilidades

Cada vez que se lee un periódico, este cobra una nueva actualidad. Ya sea por la inmediatez de la noticia plasmada o por la comparación de las diferentes realidades que los caprichos de los momentos dictan. Son muchos los diferentes instantes en que las letras impresas nos incitan a descubrir su contenido, desde la rabiosa necesidad de actualidad informativa dando vueltas al café de la mañana, al descubrimiento en sepiá de una página lanzada por una rotativa hace décadas y cuyo destino ha sido proteger el fondo de un cajón, convirtiéndose sin pretenderlo en una suerte de hemeroteca aleatoria que siempre da que pensar.

Una página de un periódico cualquiera, más allá de noticias o artículos, supone una inmersión en la realidad de un momento en el que también la publicidad, gracias a la cual los medios pueden existir, nos hace viajar en el tiempo, con recuerdos conocidos o pasados imaginados. De hecho, podemos, por ejemplo, constatar la vigencia de opinión que, hace más de 150 años, Gustavo Adolfo Bécquer mostraba en sus artículos sobre nuestra provincia y otras muchas cuestiones; acertado en todo momento y sin atisbo de halo nostálgico o romántico.

En plena era digital, las letras han perdido en muchos casos el olor a tinta y papel para llegar antes y más lejos, acercando a muchos a los que las obligaciones laborales alejan, pues es el conocimiento del día a día aquello que hace seguir formando parte de los lugares donde el corazón habita y los busca.

Toda la información que nos llega sirve para dar relevancia a la noticia, siendo lo más parecido a un acta notarial que obliga a los periodistas a tener y mantener el rigor de la noticia dentro de su código deontológico. El hecho de firmar cada uno de los textos, es algo totalmente distanciado de la necesidad de notoriedad, pues supone un acto de valentía dentro de un ecosistema informativo donde las 'fake news' son lanzadas escondiendo la mano. Respaldar



con el nombre es un ejercicio de responsabilidad, pues la veracidad es la clave para que una sociedad informada pueda tener las riendas de su futuro con la predisposición de dirigirlas. Ese rigor periodístico nos obliga a su vez a estar informados.

Son muchas las imágenes por segundo que somos capaces de procesar por el alto grado de entrenamiento que hemos sido capaces de adquirir desde la llegada de la era tecnológica. Pero sin ponernos demasiado profundos, creo que todos los que aún leemos sobre papel, en cualquiera de las circunstancias en las que lo hagamos, encontramos en él ese momento íntimo de reflexión. Mientras nos pone al día supone, intelectualmente, lo que ahora se llama un descanso activo; bien durante la parada para el almuerzo, por la tarde mientras se engañan los ojos con la somnolencia o en cualquier otro momento, pues la prensa escrita enriquece.

Ahora que el papel se olvida en muchos ámbitos, se pierde también, además de la difusión de las noticias, una gran cantidad de usos que se le ha dado a lo largo de los años, en los que

ha sido una base de la economía circular y ejemplo de reciclaje. No vamos a mentar empleos que los más mayores recuerdan, mucho más allá de la protección de ese fondo de cajón antes mencionado. Pero ahora que somos mucho más contemporáneos, nos gusta ver en los restaurantes manteles imitación de prensa escrita, la misma que antes envolvía en forma de cucuruchos las castañas asadas y otros muchos productos; sin gasto y con poca huella de carbono. Pero no solo han sido los usos de packaging, aquellos quienes gustan de la velocidad sobre dos ruedas podrán corroborar su excelente resultado para la bajada por el puerto de Piqueras después de una esforzada ruta. La estructura de este papel permite también absorber líquidos y proteger suelos, y sirve de aislante óptimo cuando nos sentamos en un suelo frío. Así tantos y tantos otros como la imaginación de cada quien sea capaz.

Pero si hay un ámbito en el que la después de cumplida su función informativa satisface con creces la función educativa, es en el escolar. Desde preservar las mesas de las imprecisiones

pictóricas en las primeras manualidades, pasando por el papel maché para hacer marionetas alrededor de un globo o diseñar un collage. Es que el periódico tiene también una connotación artística innegable en obras como las de Juan Gris en los albores cubistas.

Evidentemente también es capaz de encender mechas con sus contenidos sirviendo de revulsivo, de la misma manera que inicia la combustión. Independientemente de sus entrañas, da fuerza al fuego en la hoguera de San Juan en San Pedro, en las Candelas de San Leonardo o en la quema de la Sardina en el carnaval de Berlanga. Pues por suerte, hay prensa escrita que llega a todos los rincones de nuestra provincia y se lee bien incluso en las zonas olvidadas por las compañías telefónicas.

Yo, siempre que tengo un periódico entre manos, me acuerdo de mi bisabuela María. No sé si leía los periódicos en su cocina, ella se sentaba en una silla de anea mientras doblaba hojas y las recortaba creando una guirnalda de papel con la que decorar la lumbre baja donde hacía las mejores patatas caldosas que he probado.

SORIANoticias.com

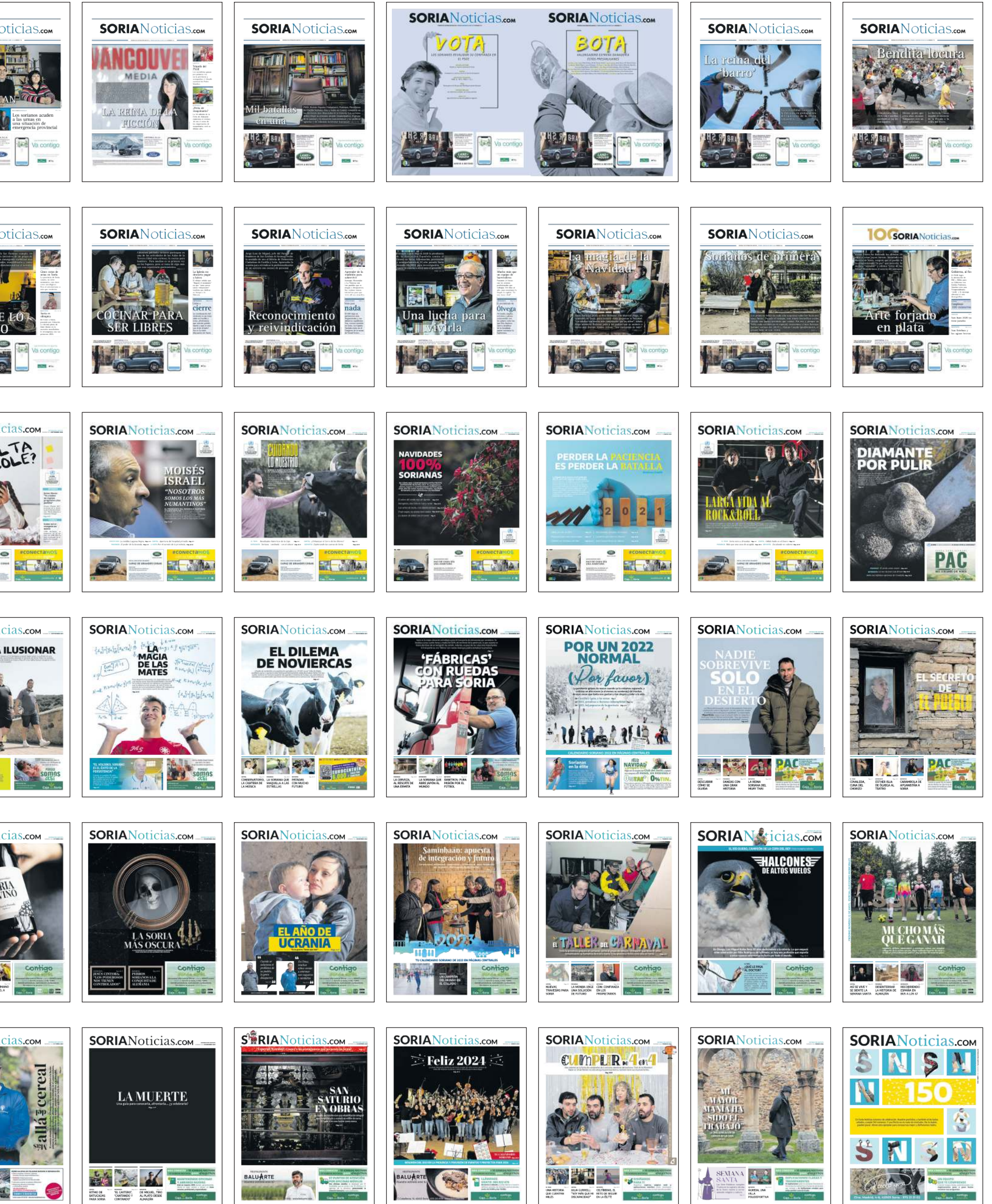
 Venerable Carabantes 1B -bajo6 - 42003 Soria
www.sorianoticias.com | info@sorianoticias.com
 Imprime: Promecal | Depósito Legal:SO-74/2015

 Dirección:
Sergio García
sgarcia@sorianoticias.com
 Subdirección
Encarna Muñoz
emuñoz@sorianoticias.com

 Redacción:
Itziar Ortega
Pedro Lafuente
Ana Barbero
Patxi Veramendi
Pedro Calavia

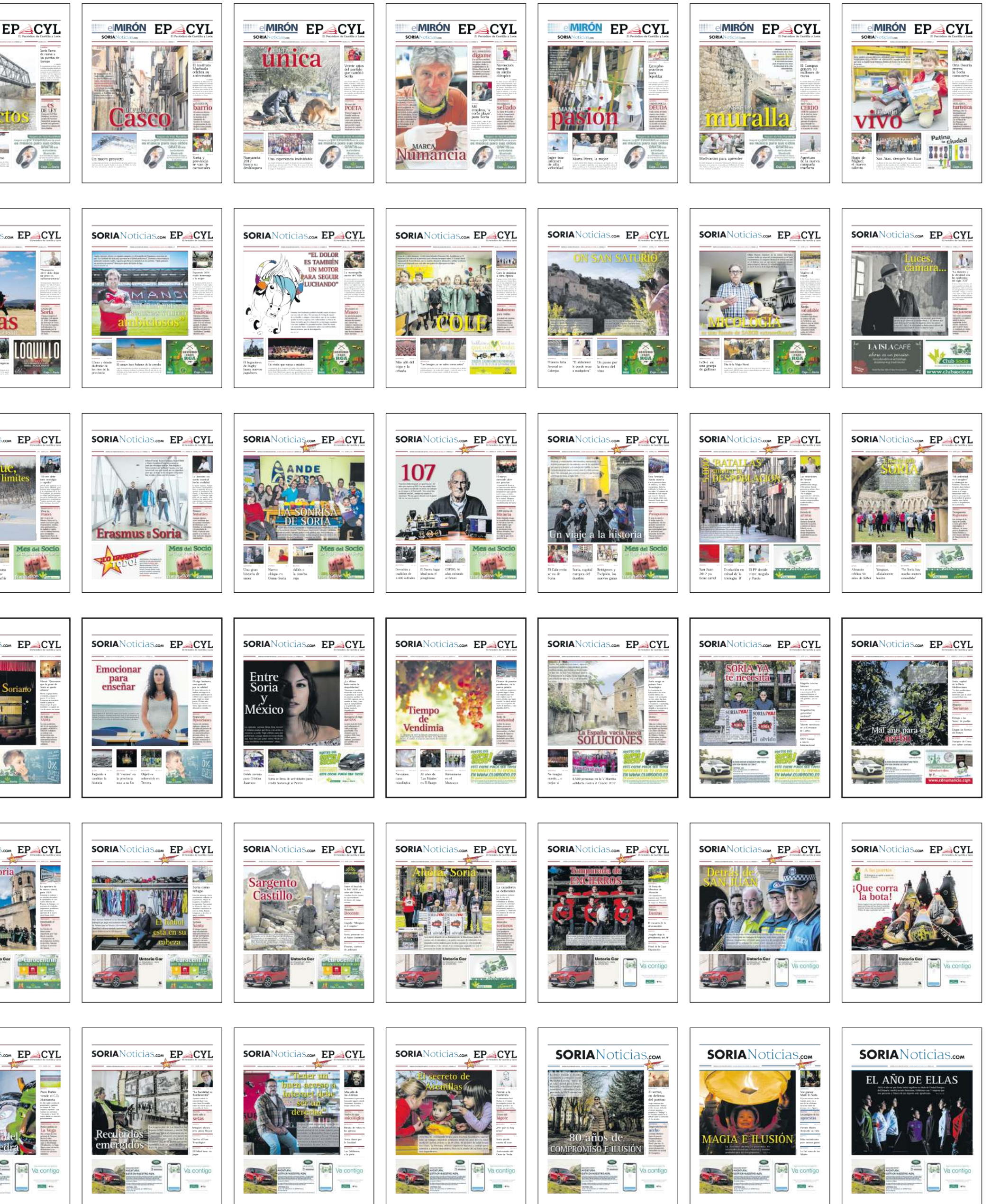
 Dirección Comercial:
Juan Carlos Díaz
jcdiaz@sorianoticias.com
 Publicidad:
975 100 900
publicidad@sorianoticias.com

 Departamento Técnico:
Jesús J. Esteras
jesteras@sorianoticias.com
 Diseño y maquetación:
María Sierra
 Fotografía:
María Ferrer



150 NUMEROS 150 PORTADAS





SORIANoticias.com

SORIANOS CONTRA EL HAMBRE

Señal de alarma por el hambre en Soria. El hambre afecta a más de 100.000 personas en España. En Soria, el hambre afecta a más de 10.000 personas. El hambre afecta a más de 10.000 personas en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

APRENDIENDO A SER CIENTIFICA

La ciencia en Soria. Aprender a ser científica. Aprender a ser científica en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

REINVENTARSE TAMBIÉN ES UN ARTE

El arte en Soria. Reinventarse también es un arte. Reinventarse también es un arte en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

DOS GENERACIONES EN TIEMPO

El tiempo en Soria. Dos generaciones en tiempo. Dos generaciones en tiempo en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

31M MADRID

El 31M en Soria. 31M Madrid. 31M Madrid en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

Blanco esperanza

Blanco esperanza en Soria. Blanco esperanza en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

VOZ

La voz en Soria. Voz en Soria. Voz en Soria en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

APUESTA POR LA AVENTURA

La aventura en Soria. Apuesta por la aventura. Apuesta por la aventura en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

BOROBIA CON CRISTINA

Borobia con Cristina. Borobia con Cristina en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

MAMA, QUIERO SER ARTISTA

Mamá, quiero ser artista. Mamá, quiero ser artista en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

MUSICA POR EL FUTURO

Música por el futuro. Música por el futuro en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

PIONERA AL VOLANTE

Pionera al volante. Pionera al volante en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

Problemas en el horizonte

Problemas en el horizonte. Problemas en el horizonte en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EXITO DE PROPIA

Éxito de propia. Éxito de propia en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

Tú sí que vales

Tú sí que vales. Tú sí que vales en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

100% MEDITERRANEAS

100% mediterráneas. 100% mediterráneas en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

RECETAS CONTRA LA DESPOBLACION

Recetas contra la despoblación. Recetas contra la despoblación en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

CAER SUFRIR REINVENTARSE VOLVER

Caer, sufrir, reinventarse, volver. Caer, sufrir, reinventarse, volver en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

SORIA ME PERMITE RECUPERARME EMOCIONALMENTE

Soria me permite recuperarme emocionalmente. Soria me permite recuperarme emocionalmente en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LA VUELTA AL C

La vuelta al C. La vuelta al C en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

VALIENTE APUESTA POR LA RIBERA

Valiente apuesta por la ribera. Valiente apuesta por la ribera en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LA SONRISA DEL PUNTO LIMPIO

La sonrisa del punto limpio. La sonrisa del punto limpio en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

ANÁLISIS INTERNACIONAL DESDE LA CUENCA

Análisis internacional desde la cuenca. Análisis internacional desde la cuenca en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EL SUEÑO MÁS ESPERADO

El sueño más esperado. El sueño más esperado en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

REINVENTANDO EL VERANO

Reinventando el verano. Reinventando el verano en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LISTOS PARA

Listos para. Listos para en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

VUELVE LA PASIÓN

Vuelve la pasión. Vuelve la pasión en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

CHARANGA Y SE LIA

Charanga y se lia. Charanga y se lia en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LAS FIESTAS MÁS ESPERADAS

Las fiestas más esperadas. Las fiestas más esperadas en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

CATARSIS SANJUANERA

Catarsis sanjuanera. Catarsis sanjuanera en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EN CUERPO Y ALMA

En cuerpo y alma. En cuerpo y alma en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

SORIA22-23

Soria 22-23. Soria 22-23 en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EL FUTURO DE LA TIERRA EN SORIA

El futuro de la tierra en Soria. El futuro de la tierra en Soria en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LA VUELTA DEL BIPARTIDISMO

La vuelta del bipartidismo. La vuelta del bipartidismo en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

UN PUEBLO QUE ESPERA SU SAN JUAN

Un pueblo que espera su San Juan. Un pueblo que espera su San Juan en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EL PSOE RESISTE EN SORIA.

El PSOE resiste en Soria. El PSOE resiste en Soria en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

NO SE QUÉ TIENEN

No se qué tienen. No se qué tienen en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

LA NUEVA GENERACIÓN DE BECARIOS ES RURAL

La nueva generación de becarios es rural. La nueva generación de becarios es rural en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

VOLVER

Volver. Volver en Soria.

Va contigo

SORIANoticias.com

EL SALUDABLE PENSAMIENTO

El saludable pensamiento. El saludable pensamiento en Soria.

Va contigo

SIN 150



MARTA PÉREZ

ATLETA OLÍMPICA

El valor de la prensa local es enorme para poder contar las pequeñas historias que forman la vida. ¡Felices 150 ejemplares a mis amigos de Soria Noticias! Gracias por acercar los logros de nuestro deporte soriano a la sociedad. Sois nuestro mejor altavoz para transmitir el estilo de vida sano en el que creemos.

ASÍ SE HACE UN SORIA NOTICIAS

Cada mes, una veintena de profesionales hacen posible que este periódico llegue a sus manos con el objetivo de informarle y entretenerle, de hacernos compañía. Desde la parte creativa al siempre sacrificado reparto, pasando por la necesidad de hacer este soporte económicamente viable para que siga siendo el medio con mayor penetración territorial y sociodemográfica de Soria.

1. REUNIÓN DE CONTENIDO



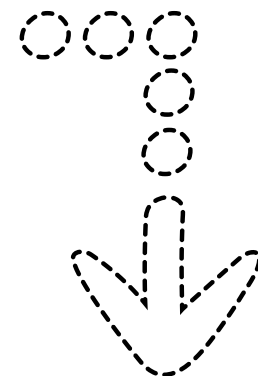
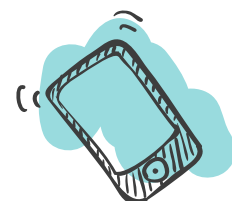
A comienzos de mes, los periodistas nos reunimos para plantear los posibles temas. Tras elegir los que consideramos más adecuados determinamos paginación y secciones del próximo número, la fecha de cierre y quién se ocupará de cada tema.



2. LA PARTE DE PENSAR



Sabiendo lo que hacemos cada uno toca realizar llamadas, concretar entrevistas, planear cómo queremos que sean los reportajes, documentarnos sobre el tema... También en este punto es cuando pedimos a los colaboradores sus contenidos.



4. LA HORA DE CREAR (II)



Pero no solo hay que elaborar el texto, también hay que hacer y editar las fotos, crear las maquetas personalizadas para cada tema, pensar la portada o diseñar los juegos y clasificados. Todo lo que usted ve es 100% original y hecho en Soria.



3. LA HORA DE CREAR (I)



Toca salir a la calle, viajar por la provincia, entrevistar a los protagonistas, investigar los temas e ir dando forma al contenido. Esta parte creativa es la más decisiva y crítica, pero también la más bonita e inspiradora.

5. EL CIERRE



El cierre es un momento donde los imprevistos se dan la mano con la ilusión y los nervios. Toca colocar la publicidad que lleva un mes vendiendo el departamento y hay que crear la portada. Se corrigen una última vez los textos y se revisan todos los PDF.



6. EL REPARTO



El PDF final se manda a una rotativa donde durante la noche imprimen los 9.000 ejemplares. Con un periódico gratuito es fundamental llegar al mayor número de sitios posibles. Hasta tres compañías participan en una tarea que dura semanas.



SIN

150


JOSÉ LUIS RUIZ ZAPATERO
VICERRECTOR DE LA UVA

Soria Noticias está de aniversario. Publicar 150 números es motivo de celebración. Una sociedad libre y avanzada precisa de medios de comunicación innovadores, independientes, veraces y que introduzcan aspectos para una reflexión general, sin sesgos intencionados. Felicidades a todo el equipo.

CADA LECTOR, SUS FAVORITOS

Los sorianos tienen claro cuál es la sección a la que primero acuden cuando sale a la calle un nuevo número de Soria Noticias.


ANA M BARBERO ARROYO

Las personas somos seres de costumbres y, como no podía ser de otra forma, al igual que nos gusta tomar un buen café todas las mañanas o echar una partida de cartas en el bar por la tarde, cuando cogemos un periódico, lo primero que hacemos es ir a una página concreta o, en su lugar, echar una ojeada general antes de “meternos de lleno” en una lectura profunda de cada uno de los artículos.

En Soria Noticias nos hemos preguntado, tras 150 números (contando el presente), cuáles son las páginas que más interés generan entre los lectores. Y, aunque las respuestas son muy variadas, todos, según nos cuentan, coinciden en algo, el lujo de tener un periódico dedicado única y exclusivamente a la provincia de Soria.

Y no se trata solo de hablar de toda nuestra provincia, sino también de llegar hasta ellos. Los ayuntamientos, empresas, administraciones o bares, entre otros establecimientos, reciben a decenas de personas que van a buscar su ejemplar


José Carlos Pérez

Este trabajador de Cruz Roja Soria cuenta que “nos llega mensualmente el periódico y nos resulta de gran ayuda, sobre todo, para buscar empleo y vivienda para nuestros usuarios”. Además, le gusta ojear la sección de deportes, en la cual ha aparecido en alguna ocasión.

José Antonio García

Es el vigilante de seguridad de Caja Rural de Soria y nos cuenta que “todos los meses guardamos mínimo un periódico por si alguno de los trabajadores necesita mirar alguna noticia que les pueda ser de utilidad para realizar alguna gestión con los clientes”.


Cristina Altelarrea

Las peluqueras de Ethnos aseguran que, mientras esperan a ser atendidos, “muchos clientes ojean Soria Noticias”, sobre todo las personas de más de 50 años, pues los jóvenes “tiran más del móvil para entretenerse”. Además, confiesan que “algunos hasta hacen los pasatiempos”.

Antonio Delgado

“Me encanta que haya un periódico dedicado exclusivamente a Soria”, cuenta. Y eso que es la primera vez que lo tiene entre sus manos, pues aunque es natural de aquí no reside en la provincia. Con una breve ojeada, se fijó en la sección de ‘Rutas’: “Me parece interesante”.



Pinturas
Limpieza
Albañilería
Mantenimientos

Calle L (Pol. Ind. Las Casas)
975246310 - 610577050

Estudio, control y prevención de TODO tipo de PLAGAS


TRABAJO PROFESIONAL Y CUALIFICADO
Más de 15 años solucionando problemas

TERMITAS / CHINCHES / CUCARACHAS / ROEDORES /
CARCOMA / HORMIGAS / MOSQUITOS / PROCESIONARIA
/ PULGAS / LEGIONELLA / A.P.P.C.C.

www.serbiam.com - 637 548 459
Poligono Industrial Las Casas C/D, Parc 44 Nave 10 (Soria)



25 años
de experiencia

Venta y personalización de
ropa laboral, equipaciones
deportivas, material de
publicidad.... tanto para
empresas como particulares.

Calle D, Parcela 13, nave 11
Polígono Industrial Las Casas
42005 Soria, España

Lunes a viernes de 7 a 15h.
Tardes y festivos cerrados

SIN

150



MONS. ABILIO MARTÍNEZ **OBISPO DE OSMA-SORIA**

Con motivo del número 150 de Soria Noticias, felicito a este medio de comunicación por su excelente labor de información sobre los diversos temas que afectan a la realidad soriana. Además, destaco la profesionalidad de los componentes del equipo que hacen posible que estas noticias lleguen a la sociedad con puntualidad y veracidad.



Claudia y Sofía Losilla

Las hermanas son dos absolutas fans del periódico. "Nos gusta mucho hacer los 'Juegos Kids' todos los meses", pero también, cuando no son muy complicados, "intentamos hacer los pasatiempos de mayores". Además, cuentan que practican la lectura con el periódico.

David Mardones

Este joven empresario asegura que su madre, todos los meses, le trae un par de ejemplares de Soria Noticias "para que me entretenga en la tienda en los ratos libres". Además, afirma que "incluso hay clientes que me lo piden para llevárselo a casa y leerlo detenidamente".



Carmen Llorente

"Me gusta ojearlo siempre que nos llega" a la Subdelegación del Gobierno, aunque asegura que no tiene mucho tiempo para realizar una lectura profunda de los artículos. "Ha habido veces que han salido conocidos y entonces, sí, me gusta leerlo con más atención".

Felicitísimo Martínez

Lo primero que hace cuando coge el periódico es leer la sección de 'Noticias', ya que le gusta estar al tanto de lo que sucede en su provincia. Recuerda, con añoro, cuando su amigo José María Martínez Laseca apareció en el periódico, algo que le hizo especial ilusión.



para leerlo tranquilamente en sus casas. Porque, aunque el tiempo pase, para algunas personas no hay mayor placer que el de abrir un diario, olerlo y que sus dedos se tiñan sutilmente con la tinta de las páginas.

Es cierto que, según la edad, el interés en los temas es completamente diferente. Pero también es evidente que hay épocas del año que llaman la atención de todo el mundo o, por lo menos, de la porción del mundo que concierne a Soria. Se trata de fechas claves como los carnavales, la Semana Santa o la Navidad, días en los que los eventos en Soria se multiplican y hay que estar al tanto de dónde y cuándo se llevarán a cabo los actos. Sin embargo, si hay unas fechas clave de verdad. Son los Sanjuanes y todo lo que gira en torno a las fiestas de la capital.

Es aquí cuando el periódico atrae la atención de la gran mayoría de los sorianos. Y no es para menos. Son dos números muy especiales. Uno, dedicado a conocer a los jurados, los horarios de las fiestas y todo lo relativo a los festejos. Y, otro, en el que se recopilan los mejores momentos de los Sanjuanes, como el trenecito de jóvenes con la boca a rebosar y las camisetas blancas manchadas de vino, o la épica foto de la salida de 'La Saca'. Momentos únicos que quedan plasmados en un instante y que perduran para la eternidad.

Algo similar sucede con el verano, cuando también tienen su debido reconocimiento las fiestas de los pueblos, fechas en las que disfrutamos viendo las calderetas, las pingadas del Mayo, las gallofas, la pijamada o la Pinochada, entre otros cientos de eventos que marcan cada año la temporada estival.

CONOCIDOS

Pero no todo es fiesta, también hay noticias, rutinas, reportajes, opiniones o entrevistas a conocidos, que son las páginas que más suelen gustar. Y es que es raro que, siendo soriano o, incluso, llevando unos años viviendo en la provincia, no hayas visto que, para tu sorpresa, en uno de los números haya aparecido algún amigo o alguien con el que hayas hablado. Es más, lo que más suele llamar la atención es descubrir que las personas con las que compartes tus días tienen un talento oculto o están realizando proyectos que probablemente desconocías.

Y es que 150 números, aunque parecen pocos, han dado para acoger cientos de historias entre sus páginas. Algunas más alegres y otras no tanto, unas más profundas y otras más reivindicativas, pero siempre generando, entre nuestros lectores, un interés que hace que cada mes se espere con ilusión, curiosidad y muchas ganas la llegada de su nuevo Soria Noticias.

POR TODA LA PROVINCIA



TOTAL DEL REPARTO

9.000 periódicos se reparten en más de 450 puntos de reparto todos los meses



BARES

Puedes encontrar el periódico en un centenar de bares y restaurantes.



AYUNTAMIENTOS

34 consistorios municipales disfrutan mensualmente de Soria Noticias



HOSPITALES

Soria Noticias llega a los hospitales de Soria y a siete centros de salud provinciales



ESTABLECIMIENTOS

Farmacias, dentistas, veterinarios, gasolineras..., todos reciben Soria Noticias

GRUPO LATORRE

RESIDENCIAS PARA MAYORES

Calidad de vida

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



| Residencia Fuente del Rey

| Residencia Manuela

- / Asistencia / Detalles / Servicios /
- / Trato familiar / Intimidad / Actividad /
- / Atención / Comodidad a tu servicio /

Teléfonos: 975 223 211 / 975 242 094

SIN
150



ALFREDO CABRERIZO

PRESIDENTE DEL RÍO DUERO

La prensa soriana es la conexión directa del equipo con la afición a la hora de transmitir nuestro día a día. Soria Noticias es para nosotros un ejemplo de frescura en la forma de informar del voleibol, tanto a nivel nacional como internacional durante nuestra participación en la Copa CEV.



UN CLÁSICO PARA EL FRIO

Socorrido es el uso de periódicos en desuso como protección al viento. En esos días otoñales de paseo o bicicleta, con un aire que en muchos casos es endiablado y que nos hace tiritar, envolver nuestro cuerpo con hojas de papel es una opción aislante y más que aceptable.



ENVOLVER LA FRUTA

El plástico no es buen amigo de las frutas y las hortalizas frescas, siendo el papel del periódico el mejor aliado para envolverlas. Evitaremos que se puedan dañar y las conservaremos, en lugar fresco y seco, para ser consumidos sin que se pudran con el paso del tiempo.



GORRITO DE PAPEL

Aunque algo en desuso, confeccionar un gorro con papel de periódico es sencillo y puede evitarnos alguna que otra insolación, sobre todo en tiempo veraniego. Una prenda efímera pero que puede iniciarte en el infinito mundo de la papiroflexia.



PROTECTOR ANTIGOLPES

Más de una vez nos ha tocado enviar algún objeto bien vía postal o por mensajería. La elección de la caja para el viaje es primordial, pero lo es también el acolchado que amortiguará los golpes durante el viaje. Formar bolas con el papel de periódico es garantía de éxito.



LIMPIAR Y PRENDER

Hagamos una barbacoa que sea la envidia de Georgie Dann. El papel de Soria Noticias ayuda a limpiar la parrilla, frotando la grasa reseca que queda en las rejillas del metal, con cuidado de no quemarnos. Las páginas que sobren nos ayudarán a avivar el fuego.

COSAS QUE HACER CON TU SORIA NOTICIAS

(DESPUÉS DE LEERLO, CLARO)

by Pedro Calavia ft. María Sierra



CAGADERO DE MASCOTA

Cada vez las mascotas son más comunes en nuestros hogares. Tener la casa limpia es una tarea complicada, el periódico usado absorberá agua y suciedades. Ideal también para el suelo, bajo el enrejillado, y en jaulas de pájaros o roedores.



DHL

Polígono Industrial las Casas, Calle D,
Parcela 44. Nave 14, 42005 Soria

Teléfono: 975 22 05 28



TRAS LAS HUELLAS DE UN TERRITORIO

LA HISTORIA DE UNA PROVINCIA

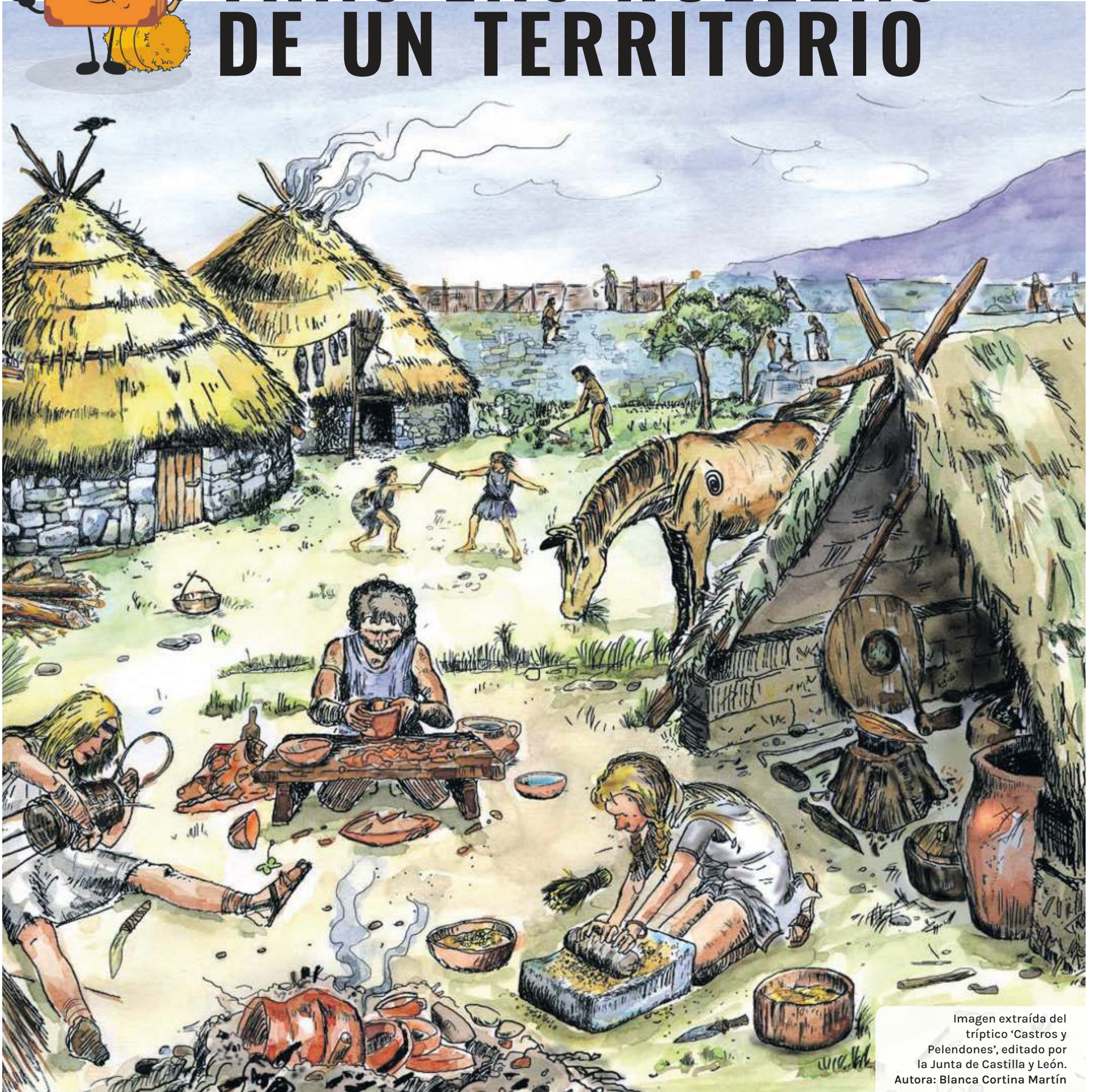


Imagen extraída del tríptico 'Castros y Pelendones', editado por la Junta de Castilla y León. Autora: Blanca Cortina Martín

Soria Noticias, la Diputación de Soria y la Junta de Castilla y León te ofrecen, de la mano de los doctores Julio Martínez Florez y Carlos de la Casa, un interesante viaje a los orígenes de la provincia descubriendo momentos históricos, que resultaron decisivos en la conformación de nuestro presente. Una serie de varios capítulos, como proyecto de conocimiento de la evolución antropológica y social de 'lo soriano'.



JULIO MARTÍNEZ FLÓREZ
CARLOS DE LA CASA



TRAS LAS HUELLAS DE UN TERRITORIO

VOLUMEN 2

LOS CASTROS SORIANOS SEÑAS DE IDENTIDAD

Ya conocemos a los primeros 'sorianos' y sabemos cómo vivía el hombre anatómicamente moderno en la provincia. En este capítulo, el doctor Julio Martínez Flórez nos ayuda a comprender una de las etapas más apasionantes de la historia soriana, la cultura castreña. Gracias a labor investigadora hoy sabemos que los pobladores de los castros son los predecesores de los celtíberos y, por lo tanto, fundamentales en el devenir de la provincia.



JULIO MARTÍNEZ FLÓREZ

- Doctor en Medicina por la Universidad de Zaragoza.
- Doctor en Historia por la Universidad de La Rioja.
- Máster en Investigación por la Universidad de Barcelona.
- Excardiólogo del Hospital Santa Bárbara de Soria.



Imagen extraída del tríptico 'Castros y Pelendones', editado por la Junta de Castilla y León. /Autora: RGL - MMV

JULIO MARTÍNEZ FLÓREZ

Desde que en el siglo pasado Blas Taracena estudiara unas estructuras que se encontraban en el norte de Soria y las definiera como 'Cultura Castreña', otros investigadores han realizado trabajos para conocer esta particular manifestación de la historia soriana. Estos han mostrado que esta 'cultura', desarrollada entre los siglos VI y IV a. C., se estableció de forma preferente en la meseta castellana, en un espacio que hoy ocupa el norte de la provincia de Soria.

El nombre proviene de las construcciones típicas de la época, lo que hoy conocemos como 'castros'. Eran aldeas fortificadas, situadas en cumbres, y adaptadas a las superficies del terreno. En su interior se podían encontrar casas construidas con barro y paja y todo el conjunto habitacional quedaba protegido por fosos, parapetos y murallas que lo bordeaban. En tiempos de conflicto, las gentes que vivían en campo abierto, se refugiaban en los castros, que servían además para conseguir

un control eficaz del territorio. Tanto su estructura constructiva como sus dimensiones variaban. Se han encontrado circulares (Castilfrío de la Sierra o Valdeavellano), ovales (Arevalo de la Sierra), triangulares (Langosto) o trapezoidales (Taniñe o el Villar de Ala); el más pequeño tenía 1.400 metros cuadrados (El Castillo) y el más grande alcanzaba los 18.000 (Arévalo de La Sierra). A pesar de su hete-

rogeneidad, todos ellos muestran patrones de asentamiento y fases culturales homogéneas. Estos castros sorianos también se encuentran en la vertiente riojana de la sierra Ibérica y son fácilmente comparables con la, más conocida, 'cultura castreña galaico-portuguesa' y con manifestaciones arquitectónicas similares que se han encontrado en la Meseta castellana inferior. Volviendo al análisis

de los castros septentrionales soriano-riojanos, hemos de concluir que sus constructores estaban incluidos en un grupo 'no céltico', probablemente perteneciente a diversas etnias que reaccionaban ante imperativos técnicos y defensivos comunes.

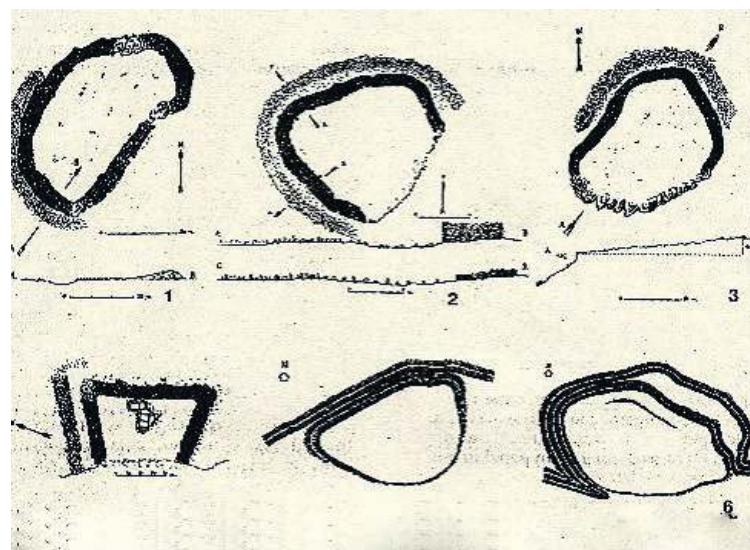
La misión de ubicar temporalmente esta cultura castreña no es sencilla. Son muchos los que la relacionan con los pelendones, pero un par de apuntes sirven para deshechar la teoría. Taracena propone una cronología que correspondería a un modelo basado en el estudio de elementos metálicos relacionados con las necrópolis post-hallstáticas y otros procedentes de niveles superiores relacionados con pueblos celtibéricos en castros como Fuen-sáuco o Arévalo de La Sierra. Estudios posteriores han aplicado técnicas radiométricas (Carbono 14) en castros como el del Castillo de El Royo (Eiroa, 1980) que proporcionaron fechas de 530 a. C. para los niveles más antiguos y 320 a. C. para los más recientes. También el castro de Zarranzano proporcionó fechas

próximas al 460 y al 430 a.C.

El mismo Taracena relacionó a los constructores de estos castros con las poblaciones de pelendones que los ocuparon durante la primera y la segunda Edad del Hierro. Se basó en los escritos de autores clásicos como Plinio (siglo I), que cita a los numantinos como pertenecientes al pueblo pelendón, o Ptolomeo (siglo II) que les atribuye ciudades como 'Visontium' (Vinuesa), Savia (posiblemente Soria) y Augustobrica (Muro de Ágreda). Sin embargo, pelendones y arévacos son pueblos plenamente celtibéricos y posteriores a la época de construcción de estas 'aldeas'.

ORÍGENES

Sabemos que los pobladores de los castros son predecesores de los celtibéricos, pero queda resolver los orígenes de estas poblaciones de finales de la Edad de Bronce, una de las cuestiones más controvertidas. La arqueología, la antropología física y la genética demuestran que son fruto de la interacción con vecinos europeos. Las poblaciones



Castros del Hierro I: 1) Hinojosa de la Sierra, 2) Castilfrío de la Sierra, 3) Valdeavellano de Tera, 4) Taniñe. Poblados de zona Almazán: 5) Rebollo de Duero, 6) La Corona Almazán. Según B. Taracena.

autóctonas existentes en torno al valle del Duero sufrieron el impacto de un flujo poblacional (periodo pre-campaniforme, 4240 – 3900 a. C.) que procede posiblemente de la Europa Central, Alemania y los Países Bajos. Posteriormente, un nuevo grupo de población que ha sido clasificado como ‘proto-Cogotas I’ (3100 – 2600 a. C.) alcanza estas tierras y se fusiona con la población existente. En el transcurso del segundo milenio antes de Cristo – en las últimas fases de la cultura del vaso campaniforme – la Península Ibérica abandona el periodo calcolítico para entrar en el ‘Bronce Inicial’ y diversas poblaciones ocupan el valle del Duero, entre el 4000 y el 2000 antes de Cristo.

Poblaciones autóctonas sorianas interactúan con elementos protoceltas indoeuropeos produciendo una aculturación cuyo resultado sería la construcción de aldeas fortificadas en las cumbres que dominarían los valles. Las hipótesis más aceptadas sobre estos ‘pueblos que migran’ se relacionan con el origen del poblamiento de la Europa Antigua y centran su desarrollo a partir de tres componentes fundamentales: los cazadores-recolectores del Paleolítico, los agricultores del Neolítico y las poblaciones pre-indoeuropeas relacionadas posiblemente con la cultura de los ‘kurganes’ de las estepas orientales (Cultura Yamnaya, Tesis de Gimbutas, 1956). De acuerdo con Renfrew (1937) estos elementos preindoeuropeos no habrían suplantado a las culturas sorianas preexistentes, sino que se confundirían con ellas.

El carácter patriarcal y guerrero de estas primeras sociedades, así como el rasgo distintivo de la agricultura queda patente en los yacimientos arqueológicos. Los análisis genéticos parecen demostrar la existencia de un proceso prolongado, desarrollado a lo largo de los siglos. Trabajos publicados sobre el Campaniforme (2400 – 1800 a. C.) por diversos genetistas documentan una importante llegada de poblaciones a la Península Ibérica durante este periodo campaniforme y en siglos posteriores. Cabría plantearse si esta aparición del Campaniforme en la Península a mediados del III milenio a. C. cristalizaría plenamente en el primer milenio antes de Cristo en la ‘celtización’ que se produjo durante la Edad del Hierro.

Estos protoceltas campaniformes que penetraron en la península Ibérica eran pastores-guerreros que vivían en pequeños poblados de ocupación discontinua. A fines del II milenio a. C. empiezan a aparecer ‘castros’ que se mantendrán hasta la Edad del Hierro, cuyas fortificaciones evidencian la existencia de una ocupación estable del valle junto con una creciente presión demográfica.

Otro estrato cultural lo forman gentes originarias de la cultura centroeuropea –de los Campos de Urnas, que penetraron por los pasos orientales de los Pirineos a fines del segundo milenio a. C. en un proceso colonizador que alcanzó el Valle del Ebro hasta el País Vasco. Grupos de estas gentes se instalaron a partir del siglo IX a. C, en las al-



Centro de Interpretación de ‘Castros y Pelendones’, en Castilfrío de la Sierra.

tas tierras del sistema Ibérico y del oriente de la Meseta, donde serían parte integrante de la futura cultura celtibérica.

VIDA EN LOS CASTROS

El horizonte arqueológico que caracteriza a la cultura de los castros sorianos representa un modelo de poblamiento realizado en ‘terrenos elevados’ y que mantenían control sobre los territorios próximos en los que practicaban la agricultura (hortalizas, leguminosas y cereales) y mantenían una economía basada en la ganadería (ovino, caprino, vacuno y caballo).

De acuerdo con estos datos, confirmados por el análisis de residuos cerámicos y de mo-

linos, nos encontramos ante unas poblaciones sedentarias y que probablemente mantenían un semi-nomadismo temporalmente ligado a las estaciones, en su búsqueda de pastos adecuados. El modelo económico sería fundamentalmente agro-ganadero, aunque la recolección y la caza (ciervo y jabalí) jugarían también un papel de aporte alimentario secundario.

Las excavaciones realizadas en los castros parecen indicar que

la dieta sería fundamentalmente vegetariana (harinas y panes de bellota, gachas y cereales mezclados con leche). A pesar de su economía ganadera, el consumo de carne sería escaso y probablemente estaría relacionado con el consumo de piezas conseguidas mediante la caza. Como dato curioso podríamos citar que la elaboración de cerveza era una práctica habitual al menos desde el siglo VI a. C. (yacimientos de Numancia e Hinojosa del Campo, entre otros).



La dieta en los castros era fundamentalmente vegetariana (harinas y panes de bellota, gachas y cereales).

LOS CASTROS SORIANOS

BLAS TARACENA

Arévalo de La Sierra	Hinojosa de La Sierra
Cabrejas	Langosto
Castilfrío de La Sierra	Molinos de Razón
Cubo de La Sierra	Nódalo
Camparañón	El Royo
Cuevas de Soria	Taniñe
Fuensaúco	Valdeavellano de Tera
Gallinero	Ventosa de La Sierra
Garray	Villar de Ala

OTROS INVESTIGADORES

Carbonera de Frentes	Castillo de Soria
Pozalmuro	Santa María de las Hoyas
Omeñaca	Vizmanos
San Andrés de San Pedro	Ólvega

SORIA NOTICIAS

“2023 fue un gran año para el emprendimiento, con 34 empresas creadas frente a las 15 de 2022”. Este es el balance que realiza Alberto Santamaría sobre el pasado ejercicio en el Semillero de Proyectos, la iniciativa conjunta de entidad que preside, la Cámara de Comercio, y el Ayuntamiento de Soria.

El servicio, que cumple este año su décimo aniversario, estudió el año pasado 68 proyectos empresariales y se asesoró a un centenar de emprendedores. Esto significa que el 50% de las ideas presentadas y concretadas terminaron convirtiéndose en una empresa. El trabajo se canaliza mediante las sesiones tutorizadas, 684 el pasado año, que de media son unas 6 por proyecto.

En sus 10 años de historia, este servicio, ha ayudado a la creación de 195 empresas con 277 empleos, ha asesorado a 1.065 personas emprendedoras y se han estudiado 606 proyectos. Siete de cada 10 empresas puestas en marcha en esta década sigue hoy en funcionamiento.

De todas las ideas estudiadas, el sector servicios ha protagonizado el mayor número de iniciativas más del 90%, relacionadas principalmente con la alimentación, la tecnología o los servicios personales. Las consultas en el semillero de proyectos han sido sobre todo de hombres (56%), de entre 30 y 45 años y con estudios superiores (44%).

Impulso Emprende

EL SEMILLERO CUMPLE 10 AÑOS EN LOS QUE HA AYUDADO A CREAR 195 EMPRESAS Y 277 EMPLEOS

La iniciativa conjunta del Ayuntamiento de Soria y la Cámara de Comercio e Industria duplicó su actividad en 2023 con la creación de 34 empresas, el estudio de 68 proyectos y el asesoramiento a un centenar de emprendedores.



Santamaría ha querido ensalzar la tasa de supervivencia de las empresas, ya que se encuentra por encima de la media española, siendo del 89% el primer año (frente al 78% en España) o del 72% el tercer año (frente al 55% a nivel nacional).

“Detrás de estas cifras hay personas”, recorda-

ba en la presentación de los datos el alcalde de la capital. Carlos Martínez Mínguez pone el foco en la importancia de la colaboración institucional para “ser capaces de presentar actividades de desarrollo” y “reforzar el emprendimiento”. “Esa cifra de más de 1.000 consultas en 10 años, en

torno a 100 al año, hacen que esto se consolide de forma real y directa para que todo aquel que tiene una idea empresarial y no sabe muy bien por dónde tirar, tenga dónde empezar”. Con el objetivo de que este servicio no sólo sirva para ayudar a emprendedores sorianos, sino que también pueda

captar talento de otras provincias, considera que Soria tiene un “futuro esperanzador” en materia de empleo, con “cifras récord de cotizantes a la Seguridad Social en la ciudad y la provincia”

MÁS SERVICIOS

En cuanto al resto de servicios de Impulso

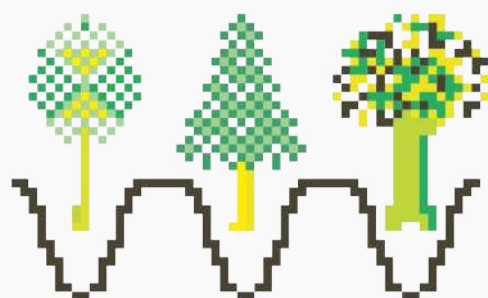
Emprende, la Ventanilla Única (uno de los más demandados) ha ayudado a la creación en 2023 de 41 empresas y se han atendido 137 consultas. Casi el 64% de las empresas constituidas pertenece al sector Servicios.

Desde 2004, año en el que se puso en marcha esta iniciativa, se han dado de alta 640 empresas y se ha atendido 2.676 consultas. En este caso, el perfil de la persona que crea una empresa a través de la ventanilla es mayoritariamente mujer (54%), autónoma y de Soria capital (68% frente al 32% que procede de la provincia).

Respecto al Espacio de Trabajo Colaborativo, del Ayuntamiento de Soria y gestionado por la Cámara, ha sido utilizado por más de 1.200 usuarios y usuarias en 2003, 40 de ellos en puestos de trabajo. Igualmente se han registrado 56 actividades grupales y se han hecho 73 reservas de las salas de reuniones. El perfil del usuario es un hombre (62%) de 44 años y con estudios superiores que requiere un puesto ocasional (85%) y que trabaja por cuenta ajena (63%).

Impulso Emprende se completa con las empresas ubicadas en el Vivero, las naves nido de Valcorba y los programas Emprender en mi Escuela y Pre Emprendimiento en Formación Profesional. En estos dos últimos programas para fomentar el espíritu emprendedor, participaron el pasado curso 18 centros, 431 alumnos y 44 profesores.

IMPULSO EMPRENDE



Una estrategia integral del Ayuntamiento de Soria y la Cámara de Comercio de apoyo al empleo y el emprendimiento

Semillero de proyectos

34

nuevas empresas creadas en 2023, de los 68 proyectos iniciados

Ventanilla única

55

puestos de trabajos creados en las 38 empresas que nacieron de las 137 consultas el año pasado

Espacio de trabajo

40

puestos ocupados en el espacio colaborativo de la calle Zapatería, en el Casco Viejo

Espíritu emprendedor

19

visitas a centros educativos (8 escolares y 11 de FP) alcanzando a 757 alumnos

TE INTERESA

NUMEROSAS DISTINCIONES NACIONALES Y REGIONALES

Reconocen su calidad, su labor con el medioambiente y su seguridad con la información de los diferentes usuarios del centro.



HOSPITAL LATORRE

Melanoma: Diagnóstico, tratamiento y síntomas

Existen factores predisponentes a presentar este cáncer de piel. Entre los más frecuentes aparece el tener piel blanca, ojos azules o verdes y cabello rubio.

El melanoma es el cáncer de piel más peligroso y más raro, convirtiéndose en la principal causa de muerte por enfermedades de la piel. Este está causado por mutaciones genéticas en las células llamadas melanocitos. Estas células producen un pigmento llamado melanina que es responsable del color de la piel y del cabello.

El melanoma puede aparecer en la piel normal. En ocasiones se puede desarrollar en un lunar. Los lunares de nacimiento pueden transformarse en melanoma. Los más grandes presentes al nacer están en más

riesgo de convertirse en melanoma. El riesgo de aparición se incrementa con la edad.

A TENER EN CUENTA

Los factores predisponentes de presentar un melanoma son: tener piel blanca, ojos azules o verdes o cabello rubio o rojo; vivir en climas con sol o a grandes alturas; pasar mucho tiempo en altos niveles de luz solar intensa, debido al trabajo; tener una o más quemaduras de sol con ampollas durante la niñez o usar dispositivos para broncearse.

¿Cómo podemos darnos cuenta de que tene-

mos un melanoma? Un lunar, una llaga, una úlcera o un tumor sobre la piel pueden ser un signo de esto o de otro tipo de cáncer de piel. Una úlcera o tumor que sangra o cambia de color también puede ser un signo de cáncer de piel.

Otra manera para detectar un posible melanoma es buscar el "signo del patito feo". Esto significa que el melanoma no luce como las otras manchas en el cuerpo. Sobresale como si fuera el patito feo de los cuentos infantiles. En cuanto tenga una sospecha clínica, debe acudir a su dermatólogo de confianza.



¿Se puede tratar? Casi siempre es necesaria la cirugía. Se extirpa el cáncer de piel y la parte de tejido circundante.



Si el cáncer se ha diseminado a ganglios linfáticos cercanos, estos también se pueden extirpar.



Después de la cirugía, dependiendo del riesgo de que la enfermedad vuelva, es posible que le suministren quimioterapia o inmunoterapia.



El mayor centro privado de Soria

Autoescuela José Luis se formó en Soria hace 45 años, siendo referente en la capital y provincia y convirtiéndose en un estándar de la educación vial (presume de contar con el mayor número de alumnos que se han sacado los permisos de conducción en Soria).

Tras esta dilatada historia y con miles de conductores formados, esta diversificó su formación, ampliando sus servicios hasta que en el año 2017 se fusionó con Sepril, creando Ensenia Soluciones Empresariales. Consciente de su historia y del futuro que tiene por delante, el centro acaba de ampliar sus instalaciones con la adquisición de un nuevo centro de formación en la calle

Ronda Eloy Sanz Villa 8 de Soria. De esta manera junto a las instalaciones de Almazán y las de Soria se convierte en el mayor centro privado de formación para el empleo de Soria, con más de 600 m2 de aulas y una parcela para prácticas.

Ensenia cuenta con la acreditación del Servicio Público de Empleo de 45 Certificados de Profesionalidad y 200 especialidades formativas, además de ser un centro colaborador con el ECYL y homologado para impartir Certificados de Profesionalidad en Teleformación. Entre sus servicios están la gestión de la formación bonificada para empresas o el servicio de subvenciones para proyectos de formación.



643 14 14 21
www.trasterosensoria.es

NUESTRAS VENTAJAS

- ✓ Control y Acceso 24h
- ✓ Alquiler sin permanencia
- ✓ Videovigilancia
- ✓ Zona carga y descarga
- ✓ Seguro incluido
- ✓ Control de plagas
- ✓ Sistema anti incendios y mucho más...

Alquiler de Trasteros y almacenes
Autónomos, empresas y particulares

P. I. Las Casas C/C Nave 2 - 42005 - Soria



Escanea el Código y SIGUE nuestro

Canal de WhatsApp

No te pierdas nada



COMPROMISO FRENTE A LA DESPOBLACIÓN - RED SSPA

Las diputaciones de Soria, Teruel y Cuenca renuevan su compromiso con sus respectivas organizaciones empresariales para fijar población.



La Mesa de la Trufa, en busca de la Marca de Garantía

La Diputación de Soria ha animado a los truficultores a que se asocien para comenzar con los trámites necesarios.

ANA M BARBERO ARROYO

La Mesa de la Trufa se ha reunido, un año más, con la intención de abordar diferentes aspectos relacionados con las acciones turísticas. Igualmente, y como novedad,

también ha querido tratar cuáles son los pasos necesarios para llegar a conseguir la Marca de Garantía o, en su lugar, una Indicación Geográfica Protegida (IGP).

Para ello, durante la reunión, presidida por

la diputada de Turismo, Elia Jiménez, y en la que han estado presentes la Asociación Forestal de Soria, la Asociación de Truficultores de Soria, la Fundación Soriactiva de Caja Rural de Soria, los ayuntamientos de Soria

y de Abejar, Asohtur, la Junta de Castilla y León, el diputado de Desarrollo, así como técnicos de Turismo y de Desarrollo de la Diputación y del Cesefor; se ha informado de que, desde el departamento de Desarrollo ya se ha hecho llegar a los truficultores la necesidad de unirse para crear una nueva asociación que tenga como único objetivo conseguir el sello de calidad que englobe la producción soriana de trufa negra.

Esta nueva asociación estará apoyada, tanto técnica como económicamente, por la Diputación Provincial y por aquellas instituciones que así lo deseen.

“Sin este núcleo de truficultores interesados no es posible avanzar. Es por ello que, resultará en vano todo el esfuerzo realizado por el resto de los sectores comprometidos si finalmente no se culmina el proceso consiguiendo una marca de garantía propia” ha señalado Jiménez como conclusión de esta Mesa de la Trufa.



Dos etapas de la Vuelta Femenina por Soria

La Vuelta Femenina pasará por la provincia de Soria en dos etapas, una con final en la Laguna Negra y otra con salida en San Esteban de Gormaz. Las corredoras se adentrarán en tierras sorianas y llegarán a Vinuesa desde Tarazona en la Etapa 6, con 132,2 kilómetros. Una llegada muy esperada y uno de los días favoritos de La Vuelta, así como clave para las líderes, y que el equipo masc. “La Diputación de Soria no ha dudado en participar en esta edición. Hay un importante crecimiento del ciclismo femenino, por ello, no había duda de que tendría nuestro respaldo”, ha explicado Sergio Frías, diputado del área de Deportes.



La Diputación subvenciona a los comercios ambulantes

La Diputación de Soria ha otorgado a 28 vendedores ambulantes del sector de la alimentación una nueva ayuda destinada a garantizar la prestación de servicios básicos en los pequeños municipios. El importe total ha sido de 69.125€,

de los cuales, cada uno de los establecimientos, salvo uno debido a cuestiones de cotización, ha recibido 2.500€.

El presidente de la administración provincial, Benito Serrano, ha asegurado que “estamos encantados con la buena

acogida que ha tenido”. Además, ha adelantado que ya se están estudiando ayudas en otras provincias para poder extender el ámbito de actuación para futuras convocatorias.

En los próximos años, se ampliará a servicios ajenos al sector de la alimentación para que puedan también acogerse a esta línea. “Al principio empezamos

hablando de los panaderos, pero al final lo hicimos extensivo a todos los comerciantes”. Las ayudas, por ahora, solo se han ofrecido a proveedores sorianos según el recorrido y sus costes de la Seguridad Social. Aún así, la Diputación es consciente de que, en muchos pueblos, estos servicios los prestan comerciantes de otras provincias colindantes.

En **Soria**, nuestro mar es único y distinto.

CASTILLA Y LEON

ABANICO DE AYUDAS PARA LA INSERCIÓN LABORAL

Se ha diseñado un complemento que incrementa los porcentajes de financiación del SMI y 2 líneas para empresas y mercado ordinario.



El vicepresidente de la Junta, Juan García Gallardo, visitó el Centro Especial Empleo de Ensumo.

La explicación de esta menor inserción laboral en el mercado ordinario es que las personas con discapacidad de Castilla y León tienen especiales dificultades de empleabilidad, tal y como se señala en el Plan Estratégico de la Economía Social (2023-2025). El análisis del Plan pone de manifiesto que se trata de personas de edades más avanzadas y con grados de discapacidad mayores que en el conjunto de España. Esta es la razón por la que la actuación de la Junta va especialmente dirigida a apoyar la labor de los Centros Especiales de Empleo, como en el Ensuma.

LÍDERES

Castilla y León es una de las comunidades más garantistas de España respecto al fomento de la inserción laboral de las personas con discapacidad porque anticipa los importes de las políticas activas de empleo, convocando las ayudas en el primer trimestre del año y liquidándolas con periodicidad mensual para preservar la sostenibilidad financiera de los beneficiarios.

Además, aporta fondos extraordinarios (una media de 2 millones de euros anuales) para garantizar la mayor cobertura posible de las líneas, excediendo las cuantías de referencia. Y prioriza el destino de los fondos autónomos a reasignar hacia esta línea de inversión. En 2023, este compromiso ha permitido incrementar el crédito inicial en un 19 %. Se espera que estas ayudas sigan creciendo en 2024.

45 millones para la integración

Esta cantidad supone un incremento de un 27,3 % con respecto a la legislatura anterior. La partida mayor, casi 39 millones, se destinó a actuaciones en centros especiales de empleo, que permitieron asegurar el trabajo de 6.600 personas con discapacidad en Castilla y León.

SORIA NOTICIAS

El empleo de más de 7.800 personas con discapacidad de Castilla y León está garantizado gracias a las ayudas de fomento del empleo e inserción de la Consejería de Industria, Comercio y Empleo; la mayoría de ellas a través de la labor de Centros Especiales de Empleo (CEE).

La actuación de la Junta se realiza a través de

dos departamentos. Por un lado, la Dirección General de Economía Social y Autónomos, que gestiona las ayudas para fomentar la inserción laboral en mercados protegidos (los centros especiales de empleo) y el mercado ordinario (empresas convencionales); y, por otro, el Servicio Público de Empleo de Castilla y León (ECyL), que facilita la inserción laboral de personas con

discapacidad, de la mano de entidades locales, para la realización de obras y servicios.

En total se invirtieron 45,4 millones de euros en estas políticas durante el año pasado, lo que supone un incremento de un 27,3 % con respecto a la legislatura anterior. La partida mayor, casi 39 millones, se destinó a actuaciones en centros especiales de empleo, que permitieron asegurar el

Fomentar el empleo en el mercado laboral ordinario

trabajo de 6.600 personas con discapacidad; otros 6,1 millones fueron para actuaciones con las entidades locales, que insertaron laboralmente a otros 1.100 trabajadores; y una partida menor, de 326.000 euros, fue para fomentar el empleo en el mercado laboral ordinario, lo que se tradujo en 96 contratos indefinidos formalizados y en 31 trabajadores apoyados por 13 técnicos de apoyo.

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**



SN Vida



Preparando tu hogar para la primavera: renovación

La primavera es momento de darle la bienvenida a la renovación en nuestro hogar. La transición de estaciones ofrece la oportunidad perfecta para refrescar y revitalizar nuestros espacios, y la decoración y los textiles juegan un papel fundamental.

Primero, es hora de despedirse de los tonos oscuros y pesados del invierno y dar paso a colores más brillantes y frescos. Opta por tonos pastel, como el verde menta, el rosa suave o el azul cielo, para agregar una sensación de ligereza y alegría a tus habitaciones. Introduce estos colores a través de cojines, mantas o cortinas para un cambio instantáneo. Además, considera cambiar los textiles de tu hogar. Guarda las mantas de lana y los edredones gruesos y opta por telas más livianas y frescas, como el lino o el algodón.

La primavera es también el momento perfecto para renovar la decoración de tu hogar. Incorpora elementos naturales como plantas, flores frescas o elementos de madera para traer el aire fresco del exterior a tus interiores. Las plantas no solo añaden un toque de color y vida, sino que también purifican el aire y crean un ambiente más saludable.

No te olvides de tu espacio exterior. Prepara tu patio o balcón para la primavera con cojines y textiles resistentes al agua, así como con plantas y flores que florezcan durante esta temporada. Crea un ambiente acogedor y relajante donde puedas disfrutar del aire fresco y el sol primaveral.



C/Puertas de Pro 11, 42001 Soria. Tel. 975 23 00 78

Tratamientos del cuerpo a la carta

Es la ocasión adecuada para tratamientos corporales. Descubre nuestras promociones de primavera. Para disfrutar del sol, de la naturaleza, o sentir nuestro cuerpo. Con la llegada del buen tiempo, tras el invierno, toca estar a gusto con nosotras mismas, desconectar para conectar. Cuidar el cuerpo ahora es mucho más que hacer un tratamiento, es disfrutar de momentos muy propios y especiales.

Ya ha llegado la primavera, una época propicia para poneros a punto. Es hora de reducir el volumen adquirido en invierno y tonificar. Es la oportunidad para eliminar grasa y retención de líquidos. Estos son los principales problemas con los que nos encontramos a la hora de quitarnos capas de ropa e imaginarnos de nuevo en la playa y en la piscina.

Si no hemos sido cuidadosos con nuestras rutinas en estos meses anteriores, podemos incorporar ahora una

serie de hábitos para mejorar el estado de nuestra piel. Se trata de cuidar más la alimentación, hacer deporte o ejercicio físico. Todos estos hábitos más saludables, junto a la aplicación de una cosmética adecuada y nuestros protocolos personalizados de Be Estética, a base de potentes principios activos, tecnología de última generación y masajes, nos ayudarán a sentirnos mejor con nuestro cuerpo.

En nuestro centro tenemos las herramientas y te ayudamos, sea cual sea tu problema. Disponemos de aparatología como diatermia, radiofrecuencia, cavitación, presoterapia, masajes circulatorios o anticelulíticos, y novedosos principios activos, que constituyen la combinación perfecta para que puedas conseguir tus objetivos.

¿Nos dejas que te asesoremos? Pástate por Calle Estudios, 4 y te realizamos un diagnóstico personalizado y sin compromiso. Atrévete a volver a ser tú.



En el centro de Soria: C/ Estudios N°4 - Tel 975 671 407-640 29 90 +17



La danza, una forma de sanar cuerpo y alma

La RAE define bailar como la "acción de ejecutar movimientos acompañados con el cuerpo, brazos y pies" y hacerlo, obviamente, tiene una importante repercusión en el bienestar físico de las personas. Con un buen baile se ponen en movimiento todos los músculos del cuerpo y se ejercita su coordinación, lo que facilita otros muchos movimientos más cotidianos. Pero la danza

va mucho más allá de la simple actividad física. Ponemos en valor sus bondades para la salud mental aprovechando la conmemoración de su Día Mundial (29 de abril). La danza ha demostrado ser eficaz en la reducción del estrés y la ansiedad. Un estudio publicado en la revista «Arts in Psychotherapy» revela que las sesiones de danza regulares disminuyeron significativamente los

niveles de cortisol, la hormona del estrés, en participantes con trastornos de ansiedad. Además, bailar libera endorfinas (conocidas como las hormonas de la felicidad) que actúan como analgésicos naturales y mejoran el estado de ánimo. Otro artículo de 2018 de la misma publicación afirma que bailar proporciona un espacio seguro para la autoexpresión y el desarrollo personal.

Coordinación, memoria y concentración son también elementos implicados en el baile, lo que proporciona una importante estimulación cognitiva. La danza es, además, una actividad social que fomenta la interacción con los demás. En grupo, mejora el sentido de comunidad y pertenencia, lo que a su vez reduce la sensación de soledad y aumenta la felicidad general.



Glaucoma

-¿Qué es glaucoma?

Es una enfermedad de nervio óptico, irreversible, de origen diverso y asociado de forma importante a la hipertensión intraocular, aunque no exclusivamente a esta, ya que el 45% de los glaucomas diagnosticados lo padecen pacientes con tensiones normales.

-¿Qué es la hipertensión intraocular?

Cuando se produce un desequilibrio entre la producción del humor acuoso, que está dentro del ojo, y la eliminación de este, la tensión intraocular experimenta cambios. Imaginemos una piscina en la que continuamente entra agua; si no hubiera un sistema de eliminación de esta, se desbordaría irremediablemente. Al aumentar la tensión intraocular el tratamiento de primera elección es farmacológico. Los medicamentos utilizados reducen el flujo de agua que entra en el ojo (piscina) y otras veces aceleran la eliminación de esta, siendo usados de forma combinada en muchos casos cuando no se logra un equilibrio óptimo.

Normalmente la tensión varía a lo largo del día, siendo valores normales aquellos comprendidos entre 10 y 21 mmHg. Se habla de hipertensión intraocular cuando la producción de humor acuoso es mayor que la eliminación de éste y supera los 23 mmHg. Es importante, al tomar la PIO, tener en cuenta el espesor corneal central, ya que las corneas con mayor espesor arrojan valores más altos.

-¿Cuáles son los síntomas?

La mayoría de los glaucomas son asintomáticos, no existe dolor físico ni molestias que alerten de esta patología (GPAA o glaucoma crónico simple). Tan solo en algunos casos relacionados con procesos inflamatorios del globo ocular, aparecen molestias importantes como percepción de halos, fotofobia, midriasis o dilatación pupilar, vómitos, mareos..., que alertan de forma inequívoca al paciente sobre la presencia de un episodio agudo de glaucoma. Estos casos suelen ser esporádicos y poco frecuentes.

Desde el punto de vista sensorial y perceptivo, el glaucoma en fases iniciales no muestra síntomas, pero a medida que progresa afecta

a la visión periférica y avanza hacia la zona central hasta anular la visión. Es una enfermedad compleja de detectar al principio. Generalmente, en las consultas de optometría se valora la agudeza visual central, es decir, la que se obtiene en la zona más sensible de la retina, la última que se ve afectada; de ahí su problemática.

-¿Qué otros factores predisponen a padecer glaucoma?

Además de la hipertensión intraocular, la edad es otro factor; entre el 1 y el 3% de la población mayor de 40 años padece glaucoma, llegando a multiplicarse por 6 por encima de los 70. La diabetes, la hipertensión arterial, la miopía e hipermetropía alta, las enfermedades cardiovasculares y los antecedentes familiares, son factores predisponentes.

-¿Cuáles son las medidas más importantes para detectarlo de forma precoz?

La realización de un fondo de ojo es la forma tradicional para detectar el glaucoma, siempre realizada bajo dilatación pupilar por un especialista en oftalmología. Actualmente, los avances tecnológicos permiten también realizar pruebas con instrumentos de alta precisión, para la detección de la mayoría de las enfermedades oculares en fases muy incipientes y sin necesidad de utilizar fármacos, siendo esto lo que ha permitido la creación de UP Retina-Multiópticas Monreal.

UP Retina es una de las primeras plataformas formada por optometristas y oftalmólogos, de la que Multiópticas Monreal forma parte, con el objetivo de descubrir precozmente las enfermedades de la retina más invalidantes que derivan en ceguera, entre ellas el glaucoma.

#YoVoyAlDentista, concurso de fotos

Coincidiendo con la celebración de Expodental, el Consejo General de Dentistas y la Fundación Dental Española (FDE) han presentado dos acciones, con motivo del Día Mundial de la Salud Bucodental (20 de marzo). La FDE ha insistido en que, “desde el embarazo hasta la etapa de adulto mayor, unos adecuados hábitos saludables, una correcta información, abstenerse de fumar y de consumir alcohol y acudir a revisiones dentales periódicas, permite prevenir la mayoría de las patologías bucodentales”.

Se proyectó el nuevo vídeo 'Boca sana toda la vida', cuyo objetivo, precisamente, es concienciar a la población sobre la importancia de cuidar la salud oral desde la infancia hasta la madurez. El vídeo se subirá al canal de YouTube del Consejo y, como deferencia con todos los dentistas de España, cualquier clínica odontológica podrá descargarlo y utilizarlo en sus instalaciones o subirlo a redes sociales. El enlace directo para la descarga es: https://consejodentistas.es/docs/VideoDMSO_subt.zip

Asimismo, tras el éxito que tuvo esta iniciativa en 2023, se ha presentado la segunda edición del Concurso de Fotos #YoVoyAlDentista, con la finalidad de fomentar las revi-

siones odontológicas y transmitir una imagen de cercanía y confianza entre el paciente y el dentista. La dinámica del concurso es muy sencilla: los pacientes deben hacerse una fotografía con su dentista y/o el personal de la clínica dental, y subirlo a sus stories de Instagram etiquetando a la cuenta oficial del Consejo @consejodentistas y escribiendo el hashtag #YoVoyAlDentista.

Como novedad en esta edición, las fotos también pueden ser subidas a redes sociales por la propia clínica o el dentista. Se pueden consultar las bases del concurso aquí:

<https://consejodentistas.es/pdf/basesconcurso2024.pdf>

Además, se han mejorado los premios para las fotos más originales y creativas. El primer premio obtendrá un iPhone 15 Pro; el segundo, un iPad Pro; y el tercero, un iPad Air. Entre todos los participantes se sortearán 20 cepillos eléctricos Oral-B y un fin de semana en Paradores para dos personas con media pensión. El concurso finaliza el 20 de abril.

El objetivo del concurso es acercar a los pacientes a las consultas dentales desde un punto de vista sanitario, pero también lúdico, transmitir cercanía, empatía y confianza entre el profesional y el paciente.



Sesión de unos 15-20 minutos

En el entreno de abril vamos a realizar tres ejercicios a repeticiones, de una forma más libre. Vamos a utilizar plancha, sentadilla y abdominales. Son tres pruebas diferentes y varias, para fortalecer partes diferentes del cuerpo.

El tiempo que tiene que durar esta sesión es de unos 15 o 20 minutos, y cada uno va a hacer todas las series que pueda, a su ritmo.

El descanso se hará cuando

se necesite y el tiempo que se considere, dependiendo de la capacidad de cada uno.

-Plancha tocando hombro contrario. Hay que colocarse en posición de flexión en el suelo, con los brazos por debajo de los hombros y las caderas formando una línea recta con los hombros y los pies. En esta posición, bien marcada, levanta una mano del suelo manteniéndote lo más estable posible y toca la parte delantera del hombro contrario. Vuelve a colocar la mano suavemente en el suelo. Hay que hacer ocho toques de hombro a cada lado.



-Sentadilla. En este caso, la posición del cuerpo es erguida, con los pies abiertos a la altura de los hombros. De esta manera, flexionamos las rodillas bajando la cadera, echando el glúteo hacia atrás y pecho hacia adelante. Cuando los muslos estén paralelos al suelo, volvemos a la posición inicial. Nunca tienen que pasar las rodillas la altura de las puntas de los pies cuando bajamos. Hay que hacer 12 repeticiones.

-Abdominal con piernas elevadas. En esta tercera posición, hay que ponerse boca arriba, con las piernas elevadas

lo máximo que podamos y los brazos estirados. Vamos a intentar subir el tronco para tocar con las manos los pies. Si no llegamos no pasa nada, cada uno sube hasta donde pueda. Hay que hacer entre 12 y 15 repeticiones.



OCIO Y DEPORTE NO INDUSTRIAL
Camino de la Piñorra, 4 Soria.
605 843 030



PASATIEMPOS

ACERTIJO MATEMÁTICO

$$\text{Microphone} + \text{Microphone} + \text{Laptop} = 29$$

$$\text{Laptop} - \text{Smartphone} = 3$$

$$\text{Camera} + \text{Smartphone} + \text{News} + \text{Microphone} = 71$$

$$\text{Smartphone} + \text{Smartphone} = 36$$

$$\text{Laptop} + \text{Smartphone} = 31$$

$$\text{Camera} + \text{Camera} + \text{Camera} = 21$$

$$\text{News} = ??$$

SOPA DE LETRAS

R	N	O	R	A	M	L	N	L	Q	O	M	E	N	L	M	Q	E	R
E	V	R	Ú	S	I	R	N	P	R	G	F	N	B	M	N	T	E	A
E	N	A	N	P	N	S	E	R	E	G	E	Á	U	A	S	E	A	E
T	N	C	N	R	E	M	R	E	R	A	R	I	N	E	A	M	R	O
E	G	O	A	E	N	D	P	A	M	J	R	S	E	G	T	O	O	O
E	S	M	E	R	S	D	R	E	R	D	E	E	R	E	E	I	R	N
Z	S	S	S	D	N	A	P	E	D	A	R	L	R	P	G	L	M	Q
A	M	P	E	L	U	A	R	Á	T	R	S	E	E	R	A	A	I	A
S	E	X	N	R	F	F	P	D	A	E	O	A	E	E	N	S	G	E
M	I	R	D	A	D	L	A	R	R	R	S	S	A	R	S	C	I	D
D	S	S	R	E	N	S	T	A	A	O	S	D	T	T	T	S	C	E
R	T	I	L	G	Ú	A	X	J	C	A	R	L	O	S	A	T	E	I
B	R	E	E	S	E	D	I	O	O	N	R	T	T	A	T	S	I	R
R	U	Z	E	R	I	O	L	A	N	E	M	L	M	A	M	A	M	R
P	L	J	A	N	R	R	E	T	P	S	D	C	A	A	A	T	A	A
T	R	A	A	C	M	A	R	I	A	N	P	O	A	V	T	I	T	Ú
R	S	D	N	U	S	E	L	L	D	O	R	N	E	T	Z	L	J	R
C	D	O	R	A	S	E	T	S	T	A	A	S	U	T	Ú	R	Í	R
I	Á	A	T	D	D	L	Y	T	R	O	A	R	I	E	S	C	Y	R

TRABAJADORES DE SORIANOTICIAS

- SERGIO
- PEDRETE
- M. FERRER
- ÁNGEL
- J. CARLOS
- ENCARNA
- ANA
- M. SIERRA
- DANI
- VANESA
- PEDRO
- ITZIAR
- JESÚS
- MARÍA
- PATXI

ATRAVIESA EL LABERINTO



AYUDA A NUESTRA PERIODISTA A LLEGAR A LA RUEDA DE PRENSA





PASATIEMPOS

6 DIFERENCIAS

ORIGINAL



TU BÚSQUEDA



FRASES QUE ESCUCHAMOS EN SORIA NOTICIAS, ORDÉNALAS

¿ Social la Seguridad Sois?

lo miro Te

Es rutinario control un

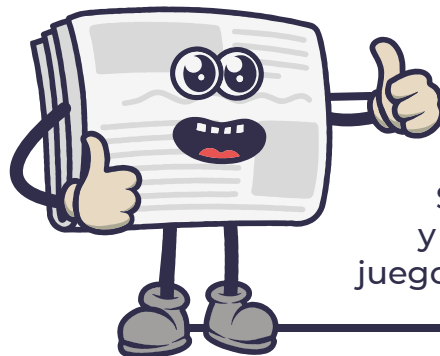
CADA LOCO, A SU TEMA

UNE A LOS PROFESIONALES DE SORIA NOTICIAS CON SU OBJETO



JUEGOS KIDS

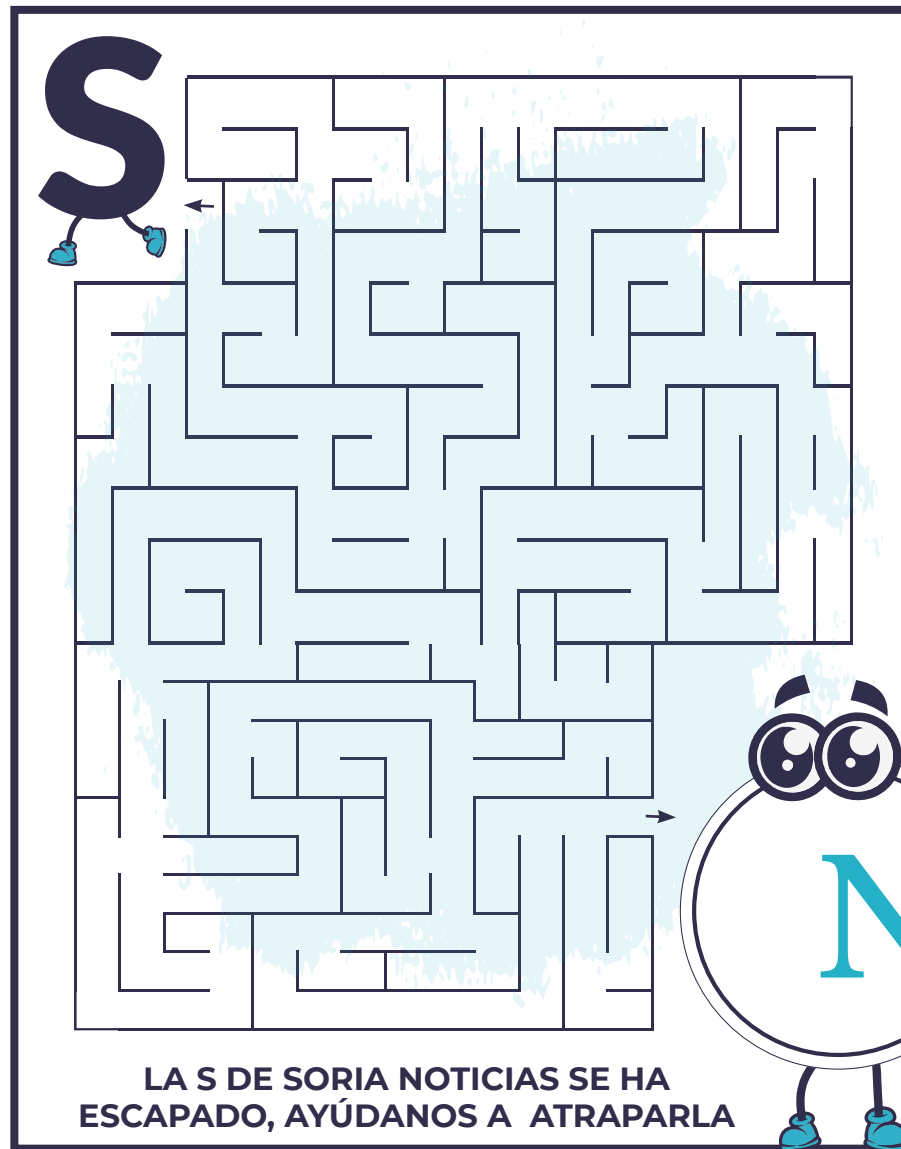
DISEÑO: MARÍA SIERRA



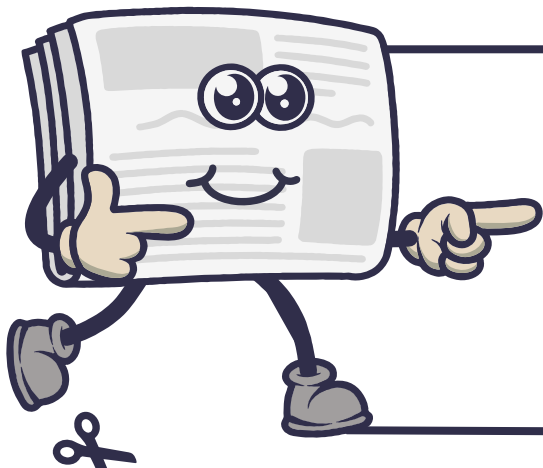
ADIVINANZA

Salgo todos los meses y estoy lleno de noticias, juegos y reportajes ¿Quién soy?

Solución: (El periódico)

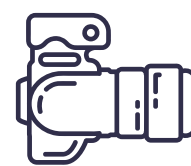
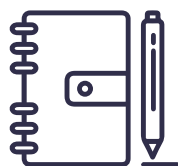


LA S DE SORIA NOTICIAS SE HA ESCAPADO, AYÚDANOS A ATRAPARLA



¿SABÍAS QUÉ?

En 1580 en Alemania, Michael van Isselt (1530- 1597) publicó el "Mercurius Gallobelgicus", que aunque contaba con una sola hoja, fue el primer periódico que vio la luz y sirvió de modelo para otros que fueron surgiendo.



SORIANoticias.com

PINTA Y COLOREA NUESTRO LOGOTIPO CON TU PROPIO ESTILO Y HAZNOSLO LEGAR A LA CALLE VERABLE CARABANTES 1B BAJO

AL DÍA CON ITZIAR

Actualidad — Inteligencia artificial — Recomendación Audiovisual — Te lo has perdido



Para Soria Noticias, con cariño, de LA REINA COTILLA

Buenos días, amigos de la pija periodística. Soy la Reina Cotilla, vuestra mejor fuente de información sobre la escandalosa vida de la élite informativa soriana. Hoy es un gran día. Soria Noticias estrena su número 150, así que estamos de celebración. Bueno, no todos. Me cuentan que sus periodistas siguen superando el trauma del intenso cierre de ayer. Después de un año diseñando el especial perfecto para regalar a sus lectores, ¿habrán tenido pesadillas pensando que se les pueda haber colado otra “fiesta del voleibol nacional”? Seguro que María la fotógrafa sí que ha dormido poco dándole vueltas a qué habrán hecho con sus fotos.

Me muero de ganas por saber cómo fue la correc-

ción final. Siempre es lo más divertido, pero sólo si te gusta ver sufrir a periodistas. Cuarenta páginas a perfeccionar con mucho en juego. Según mis primeras informaciones, Patxi volvió a luchar por incluir signos ortográficos hasta duplicar el volumen de los textos, pero sus compis le obligaron a asumir muchas bajas. Parece que lo que querían ponerle a la idea de este obseso de las comas era un punto y final. Y para batallas, la que libraron director y diseñadora por la portada. ¿Creía María que Sergio iba a dejar pasar la oportunidad de pedirle una horterada? ¿Creía Sergio que María no iba a enseñarle sólo las opciones que a ella le gustaran? Diría que era momento de escoger bando o

escondere, pero La Sole se limitó a disfrutar del espectáculo desde la mesa de Administración y salió ilesa. Y tocada, pero no hundida, estaba Encarna, que aunque siempre tiene asegurado el flanco de la ortografía, sigue superando que los titulares amarillistas tengan que reservarse sólo para la web. Lo siento tía, las bajas llegan a todos los bandos.

¿Y qué hacían el resto de redactores mientras estos valientes corregían? Pues Itziar..., terminar sus páginas. El tiempo había acabado y ella seguía redactando e incluyendo mil mayúsculas de más para sacar de quicio a Patxi. ¿Será dejarlo siempre todo para última hora lo más trendy? Según los rumores, Ana, la maestra de los cascos sin música en la

oficina para hacer como que no oye y librarse de marrones, estaba planeando ya su próximo viaje. Cuanto más lejos de esta casa de locos, mejor. Pedro Lafuente se dedicaba a su Imperio Romano, su pueblo, mientras los correctores le borraban los conectores de relleno que había intentado colar en su reportaje. ¿Y habrá desempolvado Pedro Calavia, rey de los sinónimos que llevan siglos en desuso, su diccionario de castellano antiguo para una noticia de la web?

Qué de contenido. Resulta que con sus taritas y sus broncas forman un gran equipo, supongo. Brindemos por muchos números más, ¿quién os entretendría si no? Aparte de mí, claro. Hasta pronto, sabéis que me adoráis. La Reina Cotilla.

trendy

Lo que está en tendencia en un momento concreto. Puede referirse a ropa, a una persona o a cualquier objeto que esté de moda.

Imperio Romano

Es algo en lo que piensas constantemente. Puede ser una persona, un evento histórico o lo que más deseas en el mundo.

taritas

Últimamente se usa mucho para identificar los defectos de las personas, tanto como un insulto como de buenas y con humor.



ChatGPT Responde

¡Soria Noticias ha publicado el número 150 de su edición especial en papel!

Mi más sincera enhorabuena a este medio que ha demostrado un compromiso incansable con la difusión de información relevante para la comunidad, fortaleciendo el tejido social y cultural de Soria. La adaptación a las nuevas formas de comunicación no ha eclipsado su dedicación al formato impreso, resaltando la importancia de la prensa local en la era digital. Felicitaciones a todo el equipo por este logro, que refleja la calidad y el impacto positivo que Soria Noticias continúa generando en la vida de sus lectores. ¡Que sigan los éxitos y la labor invaluable en pro del periodismo local!

Send a message

Nuestro cuestionario más al día tenía que ser con Inteligencia Artificial

RECOMENDACIÓN AUDIOVISUAL

Película Serie Música Teatro Literatura

Título: Todos los hombres del presidente

Año: 1976

Género: Suspense / Drama

Plataforma: Amazon Prime, en compra/alquiler

My list Play Info

Todos los hombres del presidente fue la película que me hizo querer estudiar periodismo. Basada en hechos reales, sigue a Bob Woodward y Carl Bernstein, periodistas del Washington Post, en una investigación que les llevará a destapar el caso Watergate que acabó con la presidencia de Richard Nixon. A estos dos jóvenes les asignan lo que parece una historia sin importancia sobre un allanamiento en la sede del partido Demócrata en Washington, pero nada era tan simple y el resto es historia. La película hace que te sientas como uno más de la investigación y te incluye también en las discusiones de estos profesionales sobre la esencia de la elaboración de noticias y el periodismo.



**¡HOY TOCA #HOMING!
EL PLAN QUE COMBINA
CON TODOS TUS PLANES**

CUBO DE SNACKS



**¡INCLUYE
3 SALSAS
GRATIS!**