

Soria se une al Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia, impulsado por la ONU, con el objetivo de eliminar la brecha de género en el campo de la investigación. PÁGS. 6 Y 7



APRENDIENDO A SER CIENTÍFICA



LA ENTREVISTA PÁGS. 14 Y 15

“Sevilla siempre ha tenido un color especial”

Abel Antón conmemora el 20 aniversario de su oro mundial corriendo la Maratón hispalense.



EN PROVINCIA PÁGS. 10 Y 11

El 60% de los médicos de Soria se jubilan en 10 años

“Es gravísimo y no sabemos cómo lo solucionaremos”, lamentan los médicos.

CARMEN DE VICENTE



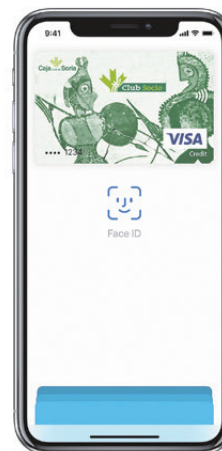
EL TEMA PÁGS. 3

La P.P.S.O resurge con los ex del PP



EN DEPORTE PÁGS. 18 Y 19

La ‘concentración’ de Raquel Frías para volver al Europeo y al Mundial



Caja Rural de Soria con Apple Pay

Va contigo

Paga de forma fácil y segura con tus tarjetas* de Caja Rural de Soria en Apple Pay



*Consulta condiciones en www.ruralvia.com/applepay

GRACIAS POR HACERNOS
EL MEDIO MÁS LEIDO
DE SORIA



MÁS DE
37 MILLONES
DE PÁGINAS VISTAS

1.200.000
USUARIOS

8.300.000
VISITAS



LA PPSO PIDE "PASAR DE LAS MUSAS AL TEATRO"

DE MIGUEL Y PARDO hicieron un llamamiento a los allí presentes para dar un paso al frente. Ambos explicaron que desde los partidos tradicionales es muy difícil defender los intereses de la provincia, y pidieron saldar la "deuda histórica" de la Junta con Soria.



lanoticia

EX DEL PP Y C'S 'RESUCITAN' EL PARTIDO PROVINCIAL

LA PPSO ABANDERA EL SORIANISMO

El alcalde de Almazán resucita la PPSO, y la convierte en un proyecto "reformista y de centro" para luchar por Soria. De Miguel abraza la causa de los beneficios fiscales y ataca las políticas de la Junta. Masiva presencia de ex afiliados del Partido Popular y de Ciudadanos. El objetivo, ser llave en la Diputación y conseguir dos procuradores.

Texto: SERGIO GARCÍA

Más de 150 personas estuvieron presentes en la presentación en sociedad de la Plataforma del Pueblo Soriano (PPSO) que retoma su actividad, 8 años después de su creación, con la vista puesta en las elecciones municipales y autonómicas de mayo. Un buen número de alcaldes y diputados provinciales, todos ellos ex del Partido Popular, de Ciudadanos o de ambos, unidos bajo unas siglas que se presentan como la única opción para pelear por los intereses de Soria fuera de la provincia.

En la mesa presidencial, el líder de la formación, que allí mismo puso su cargo a disposición de los militantes, José Antonio De Miguel, y junto a él Rebeca Valderrama (concejala en Golmayo y también ex de Ciudadanos), Laura Díez (concejala de Almarza, mano derecha de Ascensión Pérez y ex del PP), y Alejandro Álvarez (en representación del sector joven del partido).

En las primeras filas, todos los

De Miguel: "Soria no aguanta más y se merece un futuro mejor".

Antonio Pardo: "Los partidos de corte nacional no son la solución para Soria".

De Miguel: "¿Dónde estaba la Junta cuando cayó la fábrica de Norma?"

Elvira: "Estoy más a gusto aquí de lo que he estado durante 24 años en el PP".



Laura Díez (izq), José Antonio de Miguel, Rebeca Valderrama y Alejandro Álvarez en la presentación de la PPSO.

que han abandonado el PP en los últimos años. Antonio Pardo (ex alcalde de El Burgo de Osma, ex presidente de la Diputación y ex todo del PP soriano) en el centro. Junto a él Ascensión Pérez (alcaldesa de Almarza y ex tanto del PP como del PSOE), Fidel Soria (alcalde de Cabrejas y ex del PP), Jesús Elvira (alcalde de San Leonardo de Yagüe y ex del PP).

Más nombres propios que se han dejado ver en el acto son Constantino de Pablo (alcalde de Langa, ex del PP y al que muchos daban por retirado de la primera línea política), Félix López (quien fuera alcalde de Almazul, ex del PP y que también se dejó caer por el acto de VOX hace unas semanas), Elías Alonso (mano derecha de Pardo, concejal en El Burgo y ex del

PP), o Miriam Martínez (ex presidenta de Nuevas Generaciones).

De Miguel aseguró que todavía no hay ninguna candidatura confirmada, ni siquiera la suya para el Ayuntamiento de Almazán, y que los esfuerzos ahora se centran en lograr una candidatura potente para Soria capital. De cara a encabezar la lista a las Cortes, "es más sencillo encontrar gente para las autonómicas que para un pueblo pequeño", aseguro también, descartándose para el puesto.

DISCURSO

De Miguel presentó la PPSO como un partido transversal capaz de defender los intereses de Soria fuera de la provincia, sin las limitaciones propias de un partido nacional. Repasó todos los incumplimientos de la Junta de Castilla y León con esta tierra, y abrazó la propuesta de lograr una fiscalidad diferente para Soria, razonando que "si no tenemos los mismos servicios no podemos pagar los mismos impuestos".

"Somos un partido de concentración nacional", aseguró, para hacer un llamamiento tanto a populares, socialistas como a los de Podemos, para integrarse en la plataforma.

El objetivo la plataforma PPSO es ahora lograr "uno o dos" procuradores de los cinco que elige Soria en el parlamento autonómico para, con suerte, ser decisivos para "lograr inversiones, crear infraestructuras y servicios que sirvan para situar a Soria en el lugar que le corresponde".

SORIANoticias.com

Soria Noticias S.L C/ Mayor nº 17. 42002. Soria
Tfno.: 975 12 34 69
www.sorianoticias.com / info@sorianoticias.com

Dirección: Sergio García sgarcia@sorianoticias.com
Coordinación: Patxi Veramendi pveramendi@sorianoticias.com
Fotografía: Carmen de Vicente y Maria Ferrer
Redacción: Bernat Díez, Chusja Andrés, y Encarna Muñoz redaccion@sorianoticias.com

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

Dpto. Técnico: Jesús Esteras jesteras@sorianoticias.com
Imprime: Calprint Depósito legal: SO-74/2015

N.A.S: 42-E-10

REBAS

MULTIÓPTICAS



9.100 EUROS TRAS LA SUBASTA DE DOS TRUFAS EN MADRID FUSIÓN

LA YA TRADICIONAL puja por las trufas sorianas en el importante evento gastronómico deja este año dos ganadores. Andrea Tumbarello, del restaurante Don Giovanni, se llevaba la primera trufa de 450 gramos por 1.500€. La segunda, de 250 gramos, para un grupo de cocineros riojanos por 4.000€.

Texto: SERGIO GARCÍA

La trufa negra se ha convertido en uno de los iconos de Soria y, lo que es más importante, en un motor dinamizador de la economía provincia no solo desde el punto de vista gastronómico, que también, sino ayudando a fijar población y a crear empleo en el medio rural.

Uno de los emblemas de la Tuber melanosporum, por cómo trata el producto con la máxima delicadeza y elegancia, es la Ruta Dorada de la Trufa que organiza Caja Rural de Soria y que este año alcanza su sexta edición. Este año la cita tendrá lugar del 1 de febrero al 24 de dicho mes y serán parada obligatoria para sorianos y forasteros los 34 establecimientos de la provincia (4 más que el año pasado) que se han sumado a la misma. Bares y restaurantes marcados con la pegatina de un perro trufero en su puerta que ofrecerán sus creaciones "sin limitaciones". Así, cada establecimiento puede decidir si ofrece a su clientela una tapa de barra o un plato especial que incluir dentro de su carta. Por este motivo los precios serán fijados por cada establecimiento en función del manjar ofrecido y podrán ser acompañados, de forma no obligatoria pero si aconsejable, con maridaje de las Bodegas Castillejo de Robledo.

DESESTACIONALIZACIÓN

Las jornadas, impulsadas por la propia bodega y la fundación Soriaactiva de Caja Rural tienen un doble objetivo; "Por un lado queremos favorecer un recurso tan importante para la



El chef italiano Tumbarello en la presentación de la VI edición de las jornadas.

Ruta dorada de la trufa

34 establecimientos de la provincia ofrecerán tapas y platos elaborados con este manjar soriano que se ha convertido en motor económico para Soria. Del 1 al 24 de febrero, la VI edición de la Ruta Dorada de la Trufa organizada por Caja Rural.

provincia como la trufa y además estas jornadas nos sirven para dinamizar el sector de la hostelería en una etapa complicada del año" en palabras de Eduardo Munilla, responsable de comunicación de La Caja.

Anselmo García, director de la fundación Soriaactiva recalca que el objetivo es que estas jornadas superen las fronteras

provinciales y continúen labrándose un nombre y un espacio en el panorama gastronómico nacional. García recuerda que la provincia cuenta más de 115.000 hectáreas de utilidad pública que podrían ser utilizadas para plantar trufas de las que actualmente solo 5.000 se dedican a este producto lo que da una idea del potencial de la trufa en Soria.

A la presentación de la VI Ruta Dorada de la Trufa acudió el afamado chef italiano Andrea Tumbarello conocido popularmente como 'el rey de la trufa'. El cocinero sicialino, buen conoer del producto, bromeó con los sorianos: "Yo, que soy un mal cocinero, compro siempre el mejor producto para tener que tratarlo lo menos posible".

SORIA CAPITAL

- Bar Restaurante Alcores
- Hotel Alfonso VIII
- Bar Restaurante Casa Manolo
- Parador Antonio Machado
- Bar Hotel Apolonia
- Restaurante Baluarte
- Restaurante Casa Augusto
- Restaurante Casa Garrido
- Taberna Cascante
- Bar Restaurante Cazuelas, Tapas y Olé
- Bar el Corzo. Hotel Leonor Centro
- Bar Restaurante Rincón de San Juan
- Bar Restaurante El Ventorro
- Bar Restaurante Asador Ecus
- Bar Restaurante Fogón del Salvador
- Restaurante Iruña Plaza
- La Taberna del Kiosko
- Bar Restauante La Candela
- Bar Restaurante La Cepa
- Bar Restaurante La Chispera
- Hotel Restaurante La Mejillonera
- Restaurante Mesón Castellano
- Bar Patata
- Hotel Restaruante La Posada
- Bar Restaurante Santo Domingo II
- Bar Torcuato
- Restaurante Trnashumante

SORIA PROVINCIA

- Restaurante Casa Vallecas Berlanga de Duero
- Bar Restaurante Donde Siempre Tardesillas
- Restaurante La Lobita Navaleno
- Bar Las Piscinas Cabrejas del Pinar
- Restaurante The Caddie Club de Golf en Pedrajas
- CTR Los Villares Los Villares
- Restaurante Virrey Palafox El Burgo de Osma



GESTORIA ALFAGEME

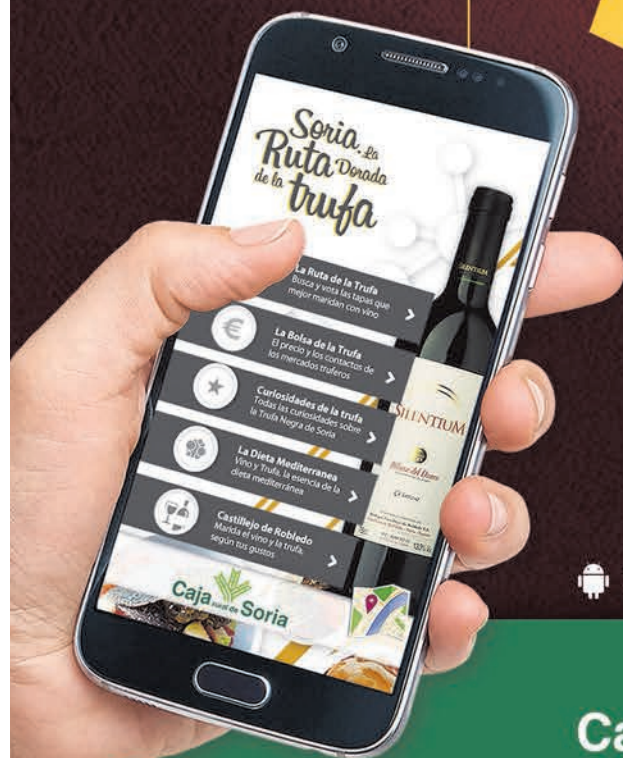
¡Si quieres emprender, no dudes en consultarnos!
Gestión integral para nuevas y asentadas empresas.
¡Te hacemos más fácil tu proyecto e iniciativa!



Calle El Peral, 11 - local 1
COVALEDA (Soria) 42157
Email: urbion.asesores@gmail.com
Tel.: 975 370 561 / Mv :609 358 923

6ª Ruta Dorada de la TRUFA

Entra en la web y descarga la #APP
¡Caza trufas, vota por tu tapa favorita y gana premios!



AQUÍ SE PUEDE CAZAR TRUFA



DEL 1 AL 24 DE FEBRERO DE 2019

TAPAS Y PLATOS CON TRUFA NEGRA
POR BARES Y RESTAURANTES DE LA PROVINCIA DE SORIA



www.larutadoradadelatrufa.com





TODAVÍA QUEDA LEJOS LA IGUALDAD DE GÉNERO PLENA

DE ACUERDO con un estudio realizado en 14 países, la probabilidad de que las estudiantes terminen una licenciatura, una maestría y un doctorado en alguna materia relacionada con la ciencia es del 18%, 8% y 2%, respectivamente, mientras que para los estudiantes masculinos es del 37%, 18% y 6%.

MUJER Y NIÑA EN LA CIENCIA



Las niñas de 5º de Primaria del CEIP Las Pedrizas posan junto a Zaira Ortega en el patio del colegio.

CIENCIA sin GÉNERO

El 11 de febrero se celebra también en Soria el Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia con diversas actividades, que pretenden romper la brecha entre la cantera de investigadores. Zaira Ortega, científica soriana, impartirá una charla en Las Pedrizas con el objetivo de “despertarles la chispa de la curiosidad” sin distinción de género.

Texto: ENCARNA MUÑOZ

Fotos: CARMEN DE VICENTE

El 11 de febrero se celebra a nivel internacional el Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia, una jornada declarada por la Asamblea General de las Naciones Unidas, y que nació con el objetivo principal de acabar con la brecha de género existente en los sectores de la ciencia, la tecnología, la ingeniería y las matemáticas (STEM por sus siglas en inglés).

A nivel nacional, la Organización ‘11 de febrero’ se encarga de recordar año tras año la oportunidad de esta conmemoración. Según sus datos: “Aunque el número de mujeres con estudios universitarios ha crecido mucho en las últimas décadas, superando actualmente el 50% del total, la distribución por carreras es muy desigual: en particular, la presencia de mujeres en ciertas áreas científicas, como la física y las ingenierías, es muy inferior a la de los hombres. Este desequilibrio se acentúa según se pro-

gresa en la carrera investigadora. En las ramas científicas biosanitarias y en ciencias sociales, la proporción de mujeres estudiantes es mayor que la de hombres, pero igualmente la proporción disminuye notablemente en etapas posteriores”.

No existen actualmente datos provincializados, pero en Soria también se celebra este día y lo hace de la mano de esta organización, promotora de diversas actividades y charlas en centros docentes de la capital y la provincia. Una de estas charlas la impartirá Zaira Ortega Llorente, investigadora y miembro docente de la Universidad Internacional de La Rioja, en el Colegio Público Las Pedrizas de la capital soriana. Bajo el título ‘Investigando sobre neurodegeneración’, intentará “despertar la chispa de la curiosidad” en los alumnos de tercero y quinto de Primaria. Una tarea “vital” para ella pues es “en edades tempranas, cuando no existen miedo ni prejuicios, el momento en el que se debe motivar a los alumnos para que descubran la ciencia como una oportunidad, y no como un muro a saltar”, explica.

LA DIFERENCIA SE APRENDE

Al entrar en una de las aulas de quinto de Primaria de Las Pedrizas, acompañados por la mujer que les guiará durante la charla del día 11, se descubre que la hipótesis de la científica no se presenta descabellada. “Las niñas no se consideran diferentes. Los niños tampoco. Ellos se ven y se tratan como iguales y somos los adultos los que les enseñamos las diferencias”, apunta Ortega con seguridad.

Todos se asombran con la explicación de la tarea investigadora, todos levantan la mano movidos por similares intereses. “¿A qué te dedicas? ¿Cuánto has tenido que estudiar para ello? ¿Se podrá curar el alzhéimer? ¿Trabajas con cerebros de verdad?”. Los pequeños se animan al comprobar que la persona que tienen delante

**33 años en continua evolución
¡ven a vernos!**

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

RENOVADO RESTAURANTE - NUEVA TERRAZA CLIMATIZADA - NUEVOS PLATOS

**LIQUIDACIÓN MUEBLE
TODO AL 50%
DE DESCUENTO EN**

*Portobello
Home*

JARDINERÍA RAMÓN DÍAZ

MANTENIMIENTO DE JARDINES
RIEGOS
TRABAJOS DE JARDINERÍA

Tels.: 975 240 887 • 669 934 462

Paseo La Florida, 36 - 42002 SORIA



EN CASTILLA Y LEÓN SE PONE EN MARCHA 'STEM TALENT GIRL'

638 NIÑAS y adolescentes de la región han podido potenciar sus vocaciones científicas y tecnológicas gracias a este programa de mentorización de referencia en España puesto en marcha con la colaboración entre la Junta de Castilla y León y la Fundación ATSI. Cuenta con el apoyo de empresas de la Comunidad.



Zaira Ortega toma contacto con los alumnos antes de la charla del día 11 de febrero.

fue un día como ellos son ahora.

Se asombran y asombran para romper estereotipos. Hay alumnos apasionados por la historia y alumnas a quienes las matemáticas les vuelven locas. “Los niños y las niñas tienen los mismo intereses. Es cierto que siguen observándose algunas tendencias” afirma Ortega cuando se le presentan los datos que afirman que según el último informe PISA sólo una de cada cinco chicas de 15 años quiere dedicarse a profesiones técnicas (7% en España) mientras que el porcentaje que se decanta por carreras del ámbito sanitario asciende a un 15-17%. “Todavía hoy”, continúa la investigadora soriana, “existen ciertas carreras que siguen considerándose femeninas y otras, como por ejemplo las ingenierías, que llevan apellido masculino. Pero esto cada vez ocurre menos. Esto sucede porque se ha condicionado socialmente a los niños y por eso es importante dejarles hacer, que

experimenten sin ponerles trabas porque no existe ningún determinante evolutivo que haga a los niños distintos de las niñas”, explica la experta, para agregar que “lo que sí se debería hacer es enseñarles que a lo largo de la historia ha habido científicas muy importantes. Ayudaría a su motivación”.

TECHO DE CRISTAL

“Personalmente puedo afirmar que nunca me he encontrado con una barrera que me impidiese progresar en mi carrera por ser mujer, por eso creo firmemente en la igualdad y soy partidaria de normalizar”, afirma de forma contundente.

El camino no ha sido corto. Zaira es de Soria y comenzó sus estudios en el Colegio Sagrado Corazón. Con 18 años traspasó los límites provinciales movida por una vocación investigadora que le inundaba. “Me matriculé en Químicas

en la Universidad Autónoma de Madrid con la intención de especializarme en bioquímica, y antes de acabar la carrera compaginé los estudios con el trabajo en varios laboratorios. Después me quedé en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa para realizar mi tesis sobre la enfermedad de Huntington (patología neurodegenerativa). Cuando acabé hice un postdoctorado en la Complutense y una estancia en Ámsterdam”. Entonces se acabó la financiación y llegó el momento de tomar decisiones; “Se me ofreció la oportunidad de regresar a Soria, lo puse en una balanza y aposté por quedarme”.

En todo este trayecto la investigadora soriana no ha sentido la brecha de género. “La becas son públicas y anónimas. La financiación no distingue entre hombres y mujeres; depende más del nombre, el prestigio o los contactos que puedas tener”. Pero Zaira no peca de ingenua y reconoce que existe cierto techo de cristal que se cierne por encima de las cabezas femeninas. “El momento crucial para una científica, o para cualquier mujer con carrera profesional, es en el que me encuentro ahora mismo”, describe Ortega señalándose el vientre que deja entrever una feliz espera. Esto se corresponde con los datos que maneja la Organización 11 de febrero, que apuntan que “el número de mujeres en puestos científicos se ha visto incrementado aunque la proporción de catedráticas y profesoras de investigación (CSIC) no llega aún al 25%”.

Así lo describe a la perfección la investigadora. “La maternidad supone una pausa en la vida profesional de las mujeres, no se puede obviar. Los hombres no tienen que abandonar (aunque sea solo por unos meses) su trabajo, y eso quizás les permite alcanzar puestos más altos en la jerarquía, puestos de mayor responsabilidad”. Por ello, añade, “es cierto que todavía hay que hacer hincapié en nuestros méritos, pero mi ideal es que llegue un día en que no sea necesario”.

“Los niños no se sienten diferentes. Les enseñamos las diferencias con la edad”.

“Las becas son públicas y anónimas. Importa más el nombre y los contactos que ser hombre o mujer”.

“El techo de cristal llega con la maternidad. Esta supone una pausa en toda carrera profesional”.

SORIA
CONSULTORES

Avenida Valladolid.
Nº8, Entrepantalla
(Soria)

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

QUESO FRESCO
NUEVO
CABRA Y VACA
¡Saludable sabor!
Cañada Real de Soria

grupo **adasa**
desde 1848

Grupo Adasa, todo para la reforma integral de tu casa.

Exposición de baños, fontanería, ferretería, construcción y calefacción.

Ayuntamiento e Iberaval inyectan 3,3 M€ en 27 proyectos

SN

El Ayuntamiento de Soria destinó, durante 2018, casi 59.000 euros para bonificar iniciativas empresariales surgidas en la capital. Así lo avanzó el alcalde, Carlos Martínez, durante la presentación de los datos actualizados del convenio con Iberaval, por el que se han apoyado 27 proyectos empresariales por valor de 3,37 millones de euros a lo largo de todo 2018, en préstamos destinados a emprendedores y a consolidar empresas.

Carlos Martínez, y el director de Iberaval en Soria, Rubén Moreno, subrayaron que el anterior fue el quinto año de colaboración entre ambas instituciones. Ambos participaron en la comisión de seguimiento de dicho acuerdo, que sirvió para comprobar el destino de los fondos de bonificación del coste de la financiación de proyectos empresariales, por un importe de máximo por proyecto de 3.500 euros.

El Ayuntamiento de Soria reservó, en su presupuesto general de 2019, una partida de 60.000 euros para dicho fin, de manera que se ha cumplido casi en su totalidad, y se han bonificado operaciones por entre 750 y 3.500 euros.

Los beneficiarios han sido los titulares de empresas, que han solicitado operaciones para financiar inversiones o inyectar liquidez para sus negocios, por un importe máximo de 750.000 euros, y con un plazo máximo límite de 15 años para su devolución.



Un Policía Local supervisa la asistencia sanitaria tras un accidente. /SN

OFERTA DE EMPLEO PÚBLICO

Soria se prepara para la prejubilación de policías locales

El Ayuntamiento de Soria prepara una “amplia” Oferta de Empleo Público. Esta se hará pública a lo largo del mes de febrero, e incluirá como puestos prioritarios los de Policía Municipal y bomberos, además de reforzar la plantilla de técnicos de administración.

SN

Carlos Martínez anunció que la última Junta de Gobierno Local ha aprobado la prejubilación de 12 policías municipales. El alto número no supondrá, según la explicación del regidor soriano, una merma significativa en el servicio efectivo de seguridad de la Policía Local, pues 10 de ellos ya ocupaban una segunda actividad y sus puestos serán suplidos por otros profesionales, como conserjes o ujieres.

Pese a todo, el Ayuntamiento si

12 policías municipales se han prejubilado. De ellos, 10 ya ocupaban una segunda actividad.

La intención del equipo de gobierno es ofertar otras 6 u 8 plazas de Policía Local.

trabaja en una amplia Oferta de Empleo Público que incluirá varias plazas para la Policía Local. “Nuestra intención es sacar otras 6 u 8 plazas”, señaló el alcalde, que indicó que en situación similar se encuentran todos los municipios de España, por lo que la FEMP ha pedido al Gobierno de España que se incremente la oferta de cursos de formación.

Junto a las plazas de Policía Local se sacarán otras de bomberos o de técnicos de la administración.

“Por necesidades plantearemos una oferta de empleo público previa a la modificación de la RPT”, indicó el alcalde. Para la actualización de la relación de puestos de trabajo del Ayuntamiento no hay fecha definitiva, aunque se trabajará de manera paralela a la Oferta de Empleo Público.

“Seguramente habrá otras después de que aprobemos la nueva RPT”, anunció el regidor. Para aprobar la RPT definitiva se espera a la reorganización definitiva de los servicios municipales, y a conocer si se realizará la remunicipalización del mantenimiento de jardines y la limpieza viaria.

Aunque se desconoce el número de empleos ofertados, Mínguez señaló “la política municipal y los bomberos” como puestos prioritarios y, además, se quiere reforzar el área de contratación y seguimiento de contratos.

BAR - RESTAURANTE

Goyo

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

Disponemos de habitaciones

ÁGREDA

la Sinagoga

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

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

RESIDENCIA ALMARZA
TERCERA EDAD

- Atención personalizada
- Asistencia médica y servicio de enfermería
- Fisioterapia
- Terapia ocupacional
- Elección de menús creados por dietista nutricionista
- Espacio para compartir con las familias
- Zona ajardinada

MONTE PINOS

Agua mineral natural • Natural mineral water

Fuente de Vida

Bar Teruel

975 22 58 03
680 968 171

AVENIDA MARIANO VICEN 2
42003 SORIA

→ **elcollado**

Numancia y la oposición

Después del anuncio del segundo reparto de dividendos de la era post Paco Rubio, Soria en Común (agrupación que reúne a Izquierda Unida y Sorian@s) pide al Ayuntamiento de la capital que se replantee el apoyo económico al CD Numancia. Insisten en que los 430.000 euros destinados al club deberían tener otro uso, al quedar demostrado que no los necesitan para competir en igualdad de condiciones.

Datos del cáncer en Soria

La provincia de Soria registró durante el pasado año un total de 659 nuevos casos de cáncer y contabilizó 268 fallecimientos por este tipo de dolencia, según datos que publica el Observatorio de la Asociación Española Contra el Cáncer. La estadística para la provincia recoge que en 2018 fueron registrados 659 casos de esta enfermedad, de los que 402 fueron en varones y el resto, 257, en mujeres



Abril, elegido para la 'Revuelta de la España vaciada'

La plataforma ciudadana Soria ¡YA!, decidió unir voz y su "lucha" al colectivo Teruel Existe en una visión "común". Ambas plataformas se reunían en Soria para buscar soluciones a una sangría que afecta a las dos provincias, y decidieron emplazar a la ciudadanía a una "gran movilización" en la capital del Estado. La 'Revuelta de la España vaciada' nace con la intención de 'colapsar' Madrid antes de las próximas elecciones municipales y autonómicas, las

cuales citarán a todos con las urnas el próximo 26 de mayo. Tanto Soria ¡YA! como Teruel Existe pondrán de manifiesto el "hartazgo" de ambas provincias en torno al olvido estatal, reivindicando una "cohesión social y territorial" más justa. Todavía no se ha puesto fecha en el calendario, pero desde los dos colectivos se barajan varias fechas sobre el mes de "abril" para llevar a cabo esta "revolución", en forma de manifestación ciudadana.



Podemos y la caza

Dentro de un marco estatal, que trae consigo un programa autonómico, Podemos impulsa el próximo 9 de febrero unas jornadas de caza en la Residencia Antonio Machado. La formación morada indagará en la gestión cinegética. El procurador Félix Díez hacía hincapié en las 20.000 licencias de caza, los 500 cotos privados y las reservas de Urbión. Datos importantes para buscar "un punto en común".

Se presenta 'Jucil'

Justicia Guardia Civil (Jucil), que cuenta con 60 afiliados en la provincia, se presentó en Soria para destacar la "penosa" situación laboral en la que en muchos casos se desarrolla el servicio de los agentes. Además de defender la equiparación salarial, también exigen mejoras en equipamientos para realizar "con calidad" el servicio de seguridad pública para el que los profesionales están habilitados.



AURA
RESIDENCIAL

- 62 VIVIENDAS. ALTAS CALIDADES
- COCINAS Y BAÑOS AMUEBLADOS
- DISEÑO, CONFORT, INTERIORISMO
- UBICACIÓN. ORIENTACIÓN SUR
- 2, 3 Y 4 DORMITORIOS
- ÁTICOS CON SOLARIUM

A+
residencial





6 PROVINCIAS DE LA COMUNIDAD, POR DEBAJO DE LA TASA MEDIA NÚMERO DE MÉDICOS POR 100.000 HABITANTES. Las provincias de Palencia (431), Ávila (410), León (405), Burgos (405), Zamora (400) y Segovia (395) están por debajo de la tasa media de Castilla y León (447), que lidera Soria (525), aunque en este caso no alcanza los 100.000 habitantes.

275 FACULTATIVOS SE JUBILARÁN EN 10 AÑOS

Objetivo: traer médicos

La previsión que hace el nuevo informe del Consejo de Colegios de Médicos de Castilla y León, que anuncia la jubilación de 275 profesionales en la provincia de Soria en la próxima década, preocupa enormemente al presidente de los médicos sorianos, José Ramón Huerta. “Es una barbaridad”, asegura, a la vez que advierte que la situación “pinta muy mal”.

Texto: PATXI VERAMENDI

Unos 275 médicos se jubilarán en la provincia de Soria en los próximos 10 años, es decir, el 59% de los médicos activos que hay ahora (466). Un dato que aporta el nuevo informe ‘Estudio Demográfico de los médicos de Castilla y León’, del Consejo de Colegios de Médicos de Castilla y León, y que el presidente del Colegio de Médicos de Soria, José Ramón Huerta, considera “una barbaridad. Es gravísimo, y no sabemos cómo lo solucionaremos”.

El problema no es que ese porcentaje de jubilación sea el más alto entre las provincias de la Comunidad, que ofrece una media del 46%, “y seguramente de España”. Lo grave es que el relevo generacional y la renovación de los médicos que se jubilen se presenta muy difícil, “pinta muy mal”, asegura Huerta.

El arraigo de los profesionales de medicina es muy escaso en Soria; los alicientes y estímulos profesionales son más

limitados y menos atractivos; y lo que es más dramático, en España (ni en Castilla y León ni en el conjunto de España) hay médicos suficientes para ocupar los puestos que queden vacantes en los centros de salud y en los hospitales.

“Los colegios de médicos llevamos hace tiempo avisando”, recuerda José Ramón Huerta. Explica que las administraciones y los políticos lo han hecho muy mal durante los años de la crisis, haciendo una gestión sanitaria a corto plazo, solo pensando en clave de ahorro económico. “Han sido muy rácanos, no han pensado en el futuro. Apremiaban sus urgencias políticas para salir de la crisis...”, reflexiona Huerta.

ESCASO ARRAIGO

La cortísima temporalidad y la precariedad de los contratos ha impedido el arraigo de los médicos en Soria. Solo la estabilidad laboral puede compensar



José Ramón Huerta, presidente del Colegio de Médicos de Soria.

otros hándicap o inconvenientes que tiene la provincia, como la dispersión de la población, las condiciones laborales, las limitaciones de la proyección profesional, carencias tecnológicas o la falta de una sanidad privada complementaria o alternativa a pública. “En Soria se podían haber quedado profesionales muy buenos, pero por la precariedad laboral existente se han marchado”, sentencia José Ramón Huerta.

Entre un panorama tan negativo, la buena noticia estadística es que Soria cuenta, en este momento, con la tasa más alta de médicos por cada 100.000 habitantes, que es ahora de 525, muy por encima de la media de Castilla y León que es de 447 médicos. A Soria le sigue Salamanca con 521 profesionales por cada 100.000 habitantes, Valladolid con 501; y ya por debajo de la media regional están Palencia (431), Ávila (410), León (405), Burgos



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

HOTEL RESTAURANTE CAFETERÍA

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

te ayudamos
Asistencia integral

Menús caseros

Para diabéticos,
asistidos...

Tupper para microondas
y además

Acompañamiento | Limpieza
Ayuda a domicilio

5
euros
MENÚ
Solo comida



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

Campsia gasóleo
REPSOL

GAS home SL
gas home SL

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



UN SECTOR PROFESIONAL CADA VEZ MÁS FEMINIZADO

MAYOR PROTAGONISMO DE LA MUJER. Si entre los médicos colegiados de más de 55 años de Castilla y León, los hombres son el 64% del total; en el caso de los médicos más jóvenes, de menos de 35 años, la mujer ha dado la vuelta a la estadística, y alcanza el 65%.



Sala de espera de uno de los centros de salud sorianos.

(400), Zamora (400) y Ávila (395).

No ocurre igual con la proyección de jubilaciones de médicos en los próximos 10 años, en la que Soria es la más perjudicada entre las 9 provincias de Castilla y León, con 13 puntos por encima de la media regional, que es del 46% de los médicos activos actuales. De esta manera, en Soria se jubilará en la próxima década casi el 59%. Zamora está en torno al 51%; Ávila y Palencia en torno al 47%; León en el 46%; Burgos, Segovia y Salamanca alrededor del 45%; y Valladolid en el 44%.

El grave envejecimiento de la provincia vuelve, una vez más, a cebarse en las estadísticas, en esta ocasión, respecto a la atención sanitaria, aunque la situación en el resto de la Comunidad no es menos halagüeña. Si acaso, Soria ofrece un acento más dramático, algo a lo que

los sorianos, por desgracia, ya se están acostumbrados, cuando se trata de afrontar el futuro.

Por cierto, los 466 médicos activos que hay en Soria representan sólo el 4,3% del total de médicos activos de Castilla y León (10.757. Segovia tiene el 5,6%, Ávila el 6%, Zamora el 6,5%, Palencia el 6,5%, Burgos el 13,3%, Salamanca el 16%, León el 17,4 y Valladolid el 24,2%. Otra manera de ver la radiografía demográfica de la Comunidad.

PERVERSIÓN DE LA ESTADÍSTICA

No obstante, respecto a la ratio de médicos por 100.000 habitantes que hay en Soria, el presidente del Colegio de Médicos de Soria advierte de la "perversión" de la estadística, "porque la realidad sanitaria es mucho peor", ya que la provincia ni alcanza los 100.000 habitan-

tes, con lo que se produce un desfase de datos, y no tiene en cuenta la falta o la debilidad de diversas especialidades y servicios sanitarios por la falta de personal, "que para que se cubran bien y la atención sea correcta necesitan al menos 4 profesionales", al margen del número de población que atiendan.

Pero, ¿qué soluciones puede haber para este problema de falta de médicos en la provincia y en Castilla y León? El Consejo de Colegios de Médicos de Castilla y León lo deja claro: urge un pacto por la sanidad en Castilla y León, en primer lugar, sin olvidar que se trata de un problema nacional, ya que la falta de médicos se extiende por toda España, con mayor o menos incidencia.

"La problemática es muy compleja, y requiere de un paquete de medidas y de decisiones coordinadas e imaginativas que se pongan en marcha de manera inmediata", considera José Ramón Huerta. Un pacto que afecta a las administraciones autonómicas, que tiene las competencias de gestión sanitaria, y al Gobierno central, que debe planificar y coordinar la atención sanitaria en todo el Estado, para garantizar unos equilibrios interterritoriales imprescindibles.

INTERINIDAD

La estabilidad laboral que ofrece la interinidad, frente a los contratos temporales y muy precarios, es una posible solución para atraer médicos a Soria, según José Ramón Huerta. La interinidad, aunque no suponga una plaza en propiedad, y no sea el objetivo final de un médico, da tranquilidad a los profesionales que empiezan en un lugar, y favorece el arraigo y la permanencia en el territorio. Por ello, Huerta ve positiva esta fórmula de contratación. La posibilidad de hacer que el Hospital de Soria sea un centro sanitario de formación, también se presenta como otra medida positiva para atraer a médicos y especialistas.

LOS DATOS

466:

MÉDICOS ACTIVOS EN LA PROVINCIA

Suponen el 4,3% del total de médicos activos que hay en Castilla y León, que suman 10.757. Soria es la provincia con menos médicos.

191:

MÉDICOS CON MENOS DE 55 AÑOS

Son el 41% de los médicos de la provincia. El 59% tienen 55 años o más. Es la plantilla más envejecida de la Comunidad.

525

TASA POR 100.000 HABITANTES

Es la tasa de médicos de Soria, la más alta de la Comunidad, que es 447. Pero engaña, en Soria no hay 100.000 habitantes.

SORIA CONSULTORES

Estamos en:
Avenida Valladolid.
Nº8, Entreplanta
(Soria)

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

TU VOTO VALE MUCHO

DEFIENDE TU TRABAJO

CSIF



San Leonardo revive el rito del Paloteo, la Comedia y las verbenas

Los días de Las Candelas y San Blas conforman un programa tradicional que este año coincide en buena parte con el fin de semana, y que se extiende del 1 al 5 de febrero.

J.J.A.

Los días de Las Candelas y San Blas han asentado, con el paso de las décadas, un programa tradicional que se revive cada año por estas fechas. Las danzas del paloteo, las procesiones, el baile de la jota y la adoración de la reliquia, el Café de San Blas, la degustación del bacalao, las verbenas en el polideportivo... Todo forma un unido elenco de propuestas con mucha aceptación por parte del público.

En esta edición, la novedad está en la incorporación de dos nuevos danzantes: Eduardo León y Antonio Torres. Eduardo sustituye a Pedro Martín, quien 'dejó el palo' el pasado año tras medio siglo de danzas. Antonio sustituye a César León, que este año será el último en que participe en la escenificación de los bailes.

El grupo de teatro La Candelaria representa este 2019 'La Cena de los Idiotas', y lo hace el viernes 1 y el sábado 2 de febrero. La obra de Francis Veber fue estrenada en 1993 en el Théâtre des Variétés de París.

Dos nuevos danzantes se incorporan al grupo para el relevo de 'dos palos'.

El grupo de teatro 'La Candelaria' representa 'La Cena de los idiotas'.

En 1998 el propio autor adaptó y dirigió la versión cinematográfica que obtuvo tres Premios César. La cena de los idiotas se estrenó en España en 2001 en el Teatro Infanta Isabel. La producción de Pentación contó con la adaptación y dirección de Paco Mir.

La coincidencia con el fin de semana motiva la participación de más gente en los actos de los días iniciales, en unas fiestas que se extienden hasta el martes 5 de febrero, con la fiesta de Santa Águeda y el nom-

bramiento de alcaldesa.

El alcalde, Jesús Elvira, destaca los pocos cambios en el programa festivo, ya rodado con actos tradicionales, y espera una masiva respuesta al programa de estos días.

La tarde del 3 de febrero es muy querida para los vecinos de San Leonardo, al darse cita en el polideportivo de la localidad representantes de asociaciones, grupos y vecinos en general, que comparten café, pastas y licores en un buen ambiente entre los presentes.

Destacada es también la procesión de San Blas hasta la ermita. Los bailes de subida a la ermita por la travesía se realizan de cara a la imagen del santo, y una vez frente al templo, muchos y muchas son los que bailan la jota antes de pasar a adorar la reliquia, para posteriormente bajar hasta la iglesia, y en el interior bailan por última vez en este día, mayores y pequeños, todos al unísono.

La noche tiene la fiesta en El Sotillo con bailes y verbenas de viernes a domingo.

Arcos celebra los días tradicionales por San Blas y Santa Águeda

La degustación de roscos, el espectáculo de variedades 'Burlesque Benidorm', la charanga, los hinchables, bailes y comida popular conforman el programa municipal.

J.J.A.

El sábado 2 de febrero arranca el programa de las fiestas invernales en Arcos de Jalón. Tres días, después de la víspera, con San Blas, y que tienen continuación en San Blasillo y la habitual también dedicada a Santa Águeda con protagonismo para las féminas.

Los actos contemplan las ceremonias eucarísticas y la degustación de los roscos de San Blas. Por la tarde, a las 18:00, en el Espacio Cultural, espectáculo de variedades con 'Burlesque Benidorm'.

Para 'San Blasillo' hay programada una eucaristía en la iglesia parroquial a las 12:00, previa diana a las nueve de la mañana, y con gigantes y cabezudos en hora de aperitivo. Por la tarde, además de la charanga en la residencia Sagrada

Familia, castillos e hinchables en el polideportivo.

Para Santa Águeda, el martes 5, la tradicional 'Recogida de varas' en el Ayuntamiento dará paso a la eucaristía en la iglesia parroquial a la que seguirá baile en el casino y después comida popular. Tras ello, por la tarde (18:30 h) sesión de baile en el casino, solo para féminas, y tras esta cita, otra más, a las nueve de la noche para todos los públicos.

JAVIER MATÍA EN CONCIERTO

La coincidencia de la víspera de las fiestas con sábado ha sido aprovechado por el Ayuntamiento para organizar actividades como el concierto acústico de Javier Matía, dentro de su gira 'Entrar en Batalla', y que estará también en distintas poblaciones de Guadalajara.



EL MEJOR TORREZNO DEL MUNDO

Profesionales y Aficionados



Edición 2019

Del 3 de Febrero al 10 de Marzo

Inscríbete en una de las rondas clasificatorias de:

Almazán, Soria, El Burgo de Osma, Navaleno, Ágreda, San Pedro Manrique, Zaragoza y Madrid

Envía un correo a: elmejortorreznodelmundo@torreznodesoria.com

Organizan:

Con la inestimable colaboración de:



m-audiovisuales

Unidades móviles de radio y televisión.

Emissiones en directo por internet.

Producción audiovisual.

Comunicación y sonorización.

www.m-audiovisuales.es

Teléf. 659 171 258

info@m-audiovisuales.es

Actos religiosos, naipes, Tributo a Sabina, bailes y ritos en Valdeavellano

El programa se despliega durante todo el fin de semana, hasta el lunes 4, con actos tradicionales e innovaciones.

J.J.A. En Valdeavellano de Tera se viven estos días los festejos en honor a San Blas, que incluyen las celebraciones religiosas de Las Candelas, San Blas y San Blasito, del 2 al 4 de febrero.

Desde el Ayuntamiento, se han coordinado actividades en un programa que se inicia el viernes 1 de febrero. La verbena musical de la jornada está amenizada por la orquesta Niágara.

No faltarán los campeonatos de

La caldereta supone uno de los encuentros más esperados del año.

naipes, tan propios de estas fechas, y desde el Consistorio se ha querido introducir en esta edición un concierto Tributo a Joaquín Sabina que, finalmente, se desarrollará en el salón municipal, y no en el Espacio Valdeavellano como se había previsto en un inicio. Se realizará el domingo 3 de febrero a las 18:00.

Estos días grandes de Valdeavellano, se cierran con la tradicional caldereta, que supone una reunión de los vecinos, y un encuentro muy esperado a lo largo del año.

Degustaciones, juegos populares y procesiones completan el elenco de actos de estos días en El Valle.



DEL 1 AL 3 DE FEBRERO SE DESPLIEGA UN COMPLETO PROGRAMA CON PROCESIONES Y ENCUENTROS Cabrejas del Pinar potencia la tradición de los Capitanes en las fiestas de invierno

Hasta el domingo 3 de febrero se reviven tres jornadas con algunos de los momentos más emotivos, que recogen tradiciones con siglos de historia. Destacan los bailes, la merienda del viernes y cena del sábado, las reuniones entre amigos, las ofrendas y, principalmente, el papel protagonista de los Capitanes que cada año desarrollan una labor impecable para propiciar la continuidad de estas celebraciones de invierno. En esta edición 2019, los Capitanes entrantes son: Alberto Rioja García, M^a Luisa de Miguel Rubio, Mario Abad Pérez, Sara García Vadillo, Laura Orden Ortega, Rodrigo Carazo Sanz, Isabel García Vadillo, Silvia Andrés Mateo y Jesús García Martínez.



El Concurso de 'El Mejor Torrezno del Mundo' se extiende a Madrid y mantiene la prueba de Zaragoza

Del 3 de febrero al 10 de marzo se desarrollan las distintas pruebas clasificatorias para una final que tendrá lugar en los comedores de Virrey Palafox en El Burgo de Osma.

J.J.A. El Concurso de 'El Mejor Torrezno del Mundo' llegará este año a Madrid, a la Casa de Soria, tras hacerlo el año pasado a Zaragoza. La final se hará el 10 de marzo en El Burgo de Osma.

Este año va a permitir a los cocineros profesionales que asistan al concurso con el torrezno ya "pochado" y se ha aumentado los premios para los aficionados.

El Certamen se extiende del 3 de febrero al 10 de marzo. Las rondas clasificatorias, para aficionados, se celebrarán en Soria el 3 de febrero, a las 12:00 horas, en el Casino Amistad Numancia; el 24 de febrero, en Zaragoza, en el Centro Soriano; y en Madrid, el 3 de marzo, en la Casa de Soria.

En profesionales, las rondas clasificatorias serán el 9 de febrero, en Soria, a las 12:00 horas, en

el Casino Amistad Numancia; en El Burgo de Osma, el día 10 d a las 13:00, en el Museo del Cerdo; en Navaleño, a las 12:00 en el Centro Micológico; en Almazán, el 16 de febrero, a las 18:00 horas, en el centro cultural Tirso de Molina; en San Pedro Manrique, el 23, a las 12:00 horas, en la biblioteca; en Ágreda, el 23, a las 19:00 horas, en el palacio de los Castejón; Zaragoza y Madrid.





N.A.S: 42-E-10

**REVISIÓN
AUDITIVA
PREMIUM
GRATUITA**

Válido del 1 al 29 de septiembre de 2018

MICROAUDIO

CENTROS AUDITIVOS DE MULTIOPTICAS

CAMPAÑA DE PREVENCIÓN CONTRA LA SORDERA

laentrevista



17 DE FEBRERO, TRIBUTO A ANTÓN EN LA MARATÓN DE SEVILLA

ABEL ANTÓN es, desde hace mucho tiempo, el Embajador de la Maratón de Sevilla. Correrá y revivirá su segundo oro mundial. Además, la prueba le rendirá un homenaje, pues se cumplen 20 años desde la gesta (2h13:36) del de Ojuel. Todos los participantes recibirán una réplica del oro que logró Antón.

REMEMORANDO SEVILLA'99 Abel Antón Rodrigo



“El oro de Fermín lo eclipsó todo. Lo asumí: yo triunfé más tarde”

“El último hombre blanco” en ganar la Maratón de Berlín'96 desafía nuevamente a la distancia que le permitió ‘gobernar’ el mundo. El de Ojuel (24/10/1962), educado para ganar, llegó a ser el más temido en los 42 kilómetros y 195 metros de su época: oros mundiales en Atenas'97 y en Sevilla'99. ¿De qué fuente bebe Abel, que aún conserva esa talla atlética? Sigue necesitando correr, casi como el comer. Dos décadas después, el próximo 17 de febrero, el Embajador volverá a poner patas arriba la capital de Andalucía, donde le acompañarán corriendo 75 sorianos sobre el asfalto de Hispalis.

Texto: BERNAT DÍEZ

P: El próximo 17 de febrero, Sevilla nuevamente a sus pies. ¿Cómo llega a la conclusión de que ha de volver a correr allí?

R: Se celebra el 20ª aniversario de mi Mundial en Sevilla. Más que nada, el 17 de febrero se disputa la Maratón de Sevilla, que se lleva a cabo todos los años... Realmente, aquel Mundial ocurrió en el mes de agosto, a 40 grados. Febrero y agosto, ¡nada qué ver! (ríe).

P: Sevilla tiene un color especial.

R: Siempre ha tenido un color especial. La ciudad en sí me apoyó mucho ese día tan señalado, en el que se echaron 200.000 personas a la calle; un estadio lleno, con 65.000 personas, vio cómo yo entraba allí como campeón del mundo. Estoy emocionado de volver a correr la Maratón en Sevilla. La haremos en 4 horas.

P: El idilio sin fin, puesto que su pupila Navascués logró en la Maratón de Sevilla la mínima que la llevó a las Olimpiadas.

R: Es una de las mejores maratones del mundo para hacer una buena marca. En aquel momento, cuando Estela quiso hacer la mínima para acceder a los Juegos Olímpicos, teníamos muy claro que tenía que ser allí. Estela se ganó su plaza; hizo una gran maratón. Si ella tiene la ilusión por estar en Tokio'20, Sevilla puede volver a ser el sitio ideal...

P: Como visión general y tras dos décadas de aquella gesta, ¿en qué le ha cambiado la vida?

R: Soy 20 años más mayor (ríe).

Son 20 años; la vida pasa rápido. Sigo corriendo. 18 años después de mi retirada, hago deporte todos los días. Sigo vinculado al atletismo. Los aficionados me recuerdan cuando asisto a carreras populares. Es un orgullo que 20 años después se sigan acordando de ti.

P: ¿qué recuerdos le asaltan la memoria sobre Sevilla'99?

R: ¡El calor qué hacía! Otro recuerdo, faltaban 5Km para alcanzar la meta y un japonés, Sato, que estaba a 100 metros, ponía en peligro mi campeonato mundial. Tomé la decisión de dar un tirón fuerte para ir a por él. A falta de 3Km lo alcancé. El segundo mejor momento, la llegada al estadio: volvía a ser campeón del mundo. Era el único español que lo había hecho... Sevilla se subía por las paredes.

FORJANDO UNA LEYENDA

P: ¿Cómo se ve a sí mismo?

R: Como digo siempre, soy una persona normal. Aunque haya triunfado en el atletismo, los títulos no se me han subido nunca a la cabeza. Trato a todo el mundo por igual en todas las facetas de la vida. Hay que saber llevar los éxitos. No soy más que nadie.

P: Esa normalidad de la que presume, ¿le definía encima de las pistas?

R: Siempre he sido un deportista que ha perseguido sueños. El mío era el de llegar a una Olimpiada. Esos sueños son los que me han permitido ir ganando fases. Era un atleta con facultades y creo que eso era una buena base para



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



www.soriadormir.com

Más información: 608 83 40 77- 975 22 61 22



Del 1 al 4 de febrero. Ayuntamiento de Valdeavellano de Tera.



LIMPIEZA DE:
 ✓ Comunidades de vecinos
 ✓ Garajes
 ✓ Oficinas
 ✓ Domicilios particulares

Tel. 660 414 161
 mail: limpima@hotmail.com



ABEL ANTÓN POSEE UNA BOTA DE ORO QUE ES ÚNICA

ABEL ANTÓN. El mítico deportista de Ojuel es el dueño de la única bota de oro que ha entregado la AIMS/ASICS en el contexto del atletismo. Sólo la tiene él. Se trata de una pieza única de coleccionista. Se le reconoció como el Mejor Atleta del Mundo en 1999, tras su oro en el Mundial de Sevilla.



llegar donde he llegado. Dentro de mis sueños e ilusiones, siempre he tenido buena mentalidad. Me gustaba más el medio fondo que las distancias largas. Las rivalidades de la época me llevaron a ir subiendo las distancias. Mi gran éxito, la maratón.

P: Frío, altitud, falta de oxígeno. This is Soria.

R: Son virtudes. Todo mi entorno (madre, padre, abuelos, etc.) es de Soria. Llevo conmigo esa naturaleza, esa genética. Vivir a 1.100 metros de altitud y entrenar con esa deuda de oxígeno provocan que a nivel del mar funciones mucho mejor. Esa genética forma parte de mis éxitos.

P: 56 años, y mantiene, estando en forma, esa silueta espiada. ¿Nos puede confesar la receta?

R: He tenido suerte. Me gusta correr y no puedo dejar de hacerlo. Lo necesito. Me gusta cuidarme. Al segundo año después de dejar de correr, ¡me dolía todo! Estoy perfectamente 20 años después porque poco a poco he ido haciendo ejercicio moderadamente. Ahora, no noto ningún dolor.

P: Cada vez que se habla de deporte y atletismo en Soria, se le menta.

R: No es nada fácil conseguir ser campeón del mundo Y serlo en una ciudad tan pequeña como Soria... Conseguí cosas muy importantes para Soria y para los sorianos, quienes presumen de Abel Antón y Fermín Cacho por cada sitio del mundo al que van. ¡Defenderé Soria hasta la muerte!

P: ¿Le siguen pidiendo fotos y autógrafos?

R: Por supuesto que sí. En Soria, prácticamente, me conoce todo el mundo. Te recuerdan tus grandes éxitos. Hay muchísima gente que corre y ellos saben quien soy.

ABEL 'FILÍPIDES' ANTÓN

P: Fraguó un éxito en Híspalis, pero antes (1997) fue laureado donde nació la maratón; Grecia.

R: Estoy orgulloso de haber ganado dos grandes maratones (Sevilla y en Grecia, la primera, donde nació la maratón hace más de 2.500 años).



R: Hace 150 años no se celebraba ninguna maratón. De repente y en el siglo pasado, maratones y más maratones. Hoy en día son multitudinarias. Ha evolucionado de tal manera que presenta, a día de hoy, unos volúmenes económicos muy importantes. En estos momentos, mueve mucho dinero.

“La genética forma parte de mis éxitos. Me gusta correr y no puedo dejar de hacerlo”.

“¿Quién se lo iba a decir a Filípides?” 75 sorianos correrán la Maratón de Sevilla.

que un atleta blanco la gane. De hecho, desde 1996 no la ha vuelto a ganar ningún atleta blanco. Berlín, Corea y el Mundial en Atenas; todo me vino seguido.

P: De Maratón a Atenas. Casi nada.

R: Gratifica pensar que en aquel momento un atleta blanco todavía podía ganar un campeonato del mundo. Ahora, los atletas africanos se han ‘multiplicado’: hay tal montante económico, que ganar una maratón les supone muchísimo dinero. Los chavales de 18 años ya no pasan por la transición (5.000-10.000), sino que van directamente a donde está el dinero.

P: Ha ganado 5 de las 8 maratones que ha disputado. Fenómeno paranormal. Si le engancha Iker Jiménez...

R: Realicé una transición, de los 5.000/10.000 metros a la maratón. Ya era un atleta importante en esas distancias. En mi primera maratón (Berlín '96) fui a ver qué pasaba. En los últimos 5Km me vi con opciones. Manos a la obra: debuté ganando mi primera maratón en Berlín, donde hoy es prácticamente imposible

P: Las medallas olímpicas le fueron esquivas.

DUALIDAD ANTÓN-CACHO

P: En las largas distancias, el cuerpo, por supuesto, sufre, pero la mente también. ¿Cómo educaba Antón a su cabeza?

R: Enrique Pascual Oliva me inculcó la alta competición. Cada vez que corría, tenía mentalidad de ganador. En una carrera, salía a ganar, no a participar. Siempre he sido un atleta de grandes competiciones, no de meetings.

P: ¿Le guarda rencor a su buen amigo Fermín?

R: Cuando Fermín (Cacho) llegó al atletismo, la figura era yo. En dos-tres años fue campeón olímpico y eso eclipsó todo lo demás. Lo que había logrado yo pasó a valer poco o menos. Lo entendí: ser campeón olímpico es lo máximo. Nos vino bien a los dos para motivarnos mutuamente. A mí, el éxito me llegó más tarde.

¿Necesitas una web?

NetyTec
Soluciones en Internet
www.netytec.com
975 128 345

cazuelas, tapas y...

¡Olé!

Hostal **
Goyo Garray

descubre la calma INTERIOR

SORIA turismo rural alternativo

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

la opinión



SORIA EN COMÚN PIDE QUE SE REPLANTEEN LAS AYUDAS AL NUMANCIA

ACIERTA la formación de izquierdas no solo por hacerse eco del sentir popular sino, y sobre todo, porque es lógico cuestionarse el sentido de inyectar todos los años más de 400.000€ (casi el 1% del presupuesto municipal) en una sociedad (el C.D. Numancia S.A.D) que por sí sola ya es rentable y reparte dividendos.

El lector



ROBERTO
VEGA

Amistad con los perros

Los medios de comunicación difunden que las mascotas caninas forman parte del núcleo familiar humano: los dueños de perros posan con naturalidad en imágenes navideñas; una asociación potente anuncia que cada vez son más y que reivindican “la creación, mantenimiento y mejoras de los pipican, así como espacios en el extrarradio para perros sueltos controlados”; otra asociación crea la campaña “Tener perro es molón, no dejes en Soria su marrón”, con idea de concienciar y adquirir responsabilidades; Alzheimer Soria trabaja en terapias con mascotas; Soria busca tener como cualquier ciudad europea “turismo dog friendly”. La ordenanza no fiscal colgada en la web del Ayuntamiento regula en 72 artículos la tenencia de animales domésticos y de compañía.

Fabiana, biznieta del guardabarreras de Adradas, dedica quince minutos semanales en retirar con cortezas de chopo, en 30 m2 de Sotoplaya donde trabaja, una decena de heces caninas: minúsculas, congeladas, alargadas como chuzos, gordas como albóndigas, en solitario, grupales, abandonadas en base arbórea, aplastadas aquí o allá, oscuras, blanquecinas o en descomposición.

¡Intolerable! dice malhumorada. Confundimos parques con muladares.

Pues sí. El sentido cívico no puede mirar para otro lado.

Roberto Vega,
entrenador de base.

La carta del director

Un ejercicio de fe

El análisis de los Presupuestos Generales del Estado es un ejercicio de fe. No solo porque la maraña de números hacen casi imposible un análisis certero de las inversiones asignadas a tal o cual proyecto. Se trata de un ejercicio de fe porque el papel lo aguanta todo y más en un borrador de Presupuestos. Pero los políticos han convertido su análisis en binario, para que no nos rompamos la cabeza. Si gobierna los suyos “crecimiento, reducirán las desigualdades y fondos suficientes”. Si están en la oposición,

“proyectos del pasado, partidas insuficientes y subidas de impuestos a las clases medias”. Fácil y sencillo.

“Vuelve el PAES” gritaban orgullosos los socialistas. “Vuelve el PAES” gritaban alarmados los populares. Fuera de interpretaciones partidistas, lo cierto es que el proyecto de PGE presentado por el Gobierno recogen para Soria una inversión notablemente superior a la media de anteriores ejercicios. Pero no todo es oro. Por ejemplo, de los 137 M€ que anuncian los socialistas 20 van para las obras de conservación de

la A-2. Además, ahora hay que ver si estos presupuesto se aprueban y en qué porcentaje son ejecutados.

Más allá de todo ello, los sorianos haríamos bien en pedir algo más de los PGE. Algo más que la simple continuación de los proyectos ya en marcha. Necesitamos proyectos tangibles que nos ayuden de manera directa a cambiar el rumbo de la provincia. Soria está ávida de ideas y de proyectos. Necesitamos, casi por salud mental, dejar de hablar de lo mismo. Soria necesita una ilusión nueva.

En este sentido, los 19 millones de la cárcel deberían ser el punto final para la apertura del centro penitenciario. La apertura de la cárcel de Las Casas y la llegada de nuevos funcionarios debe

ser la prioridad número uno. Algo similar debería pasar, a pequeña escala, con el centro de referencia estatal aunque da la sensación de que nos vamos a quedar con las ganas y con unos concursos de traslados que a ver si se cumplen.

Por último, el Banco de España que se encamina a albergar un “centro de cultura y territorio” centrado en la despoblación. Corremos el riesgo de convertirlo en un espacio que solo sirva para 4 reuniones, donde divagar sobre el futuro, construir imaginarios y generar relatos. Vamos, la nada. Bueno, eso y servir de almacén para los aperos y trajes tradicionales de los pueblos que vayamos cerrando. Cuidado.

Sergio García Cestero,
director de Soria Noticias.

La tribuna



La realidad del tren

GABRIEL
SANZ MARTÍN

El ferrocarril está últimamente de plena actualidad, especialmente por la situación en Extremadura. Enseguida surgieron las voces que comparaban la situación con la soriana. Parecen situaciones similares, pero no lo son. Con los datos en la mano, Extremadura tiene en la actualidad unos servicios de mucha peor calidad. Para hacernos una idea, alrededor de 2-3% de los trenes llegan a Soria con retrasos de más de 15 minutos. En el caso de Extremadura, hablamos del 10%. Por otro lado, los trenes que Renfe utiliza en Soria actualmente son los más modernos de su flota de material diésel. Los problemas no vienen de la longevidad del material, sino del escaso

mantenimiento que ha tenido todo el material motor de Renfe en los años de la crisis.

Sin embargo, el ferrocarril extremeño tiene algo que el de Soria no. Un plan de futuro. Su línea de alta velocidad está en construcción, la mejora en tiempos y fiabilidad también afectará a las zonas donde permanecerá el ferrocarril convencional.

Por otro lado, hay problemas del ferrocarril soriano que se pueden ampliar a muchas otras zonas. Muchas líneas convencionales son antiguas, con trazados malos, y mejorarlos hasta hacerlos competitivos puede ser más caro que

realizar una línea nueva. Ese es el gran problema del Soria-Torrvalba y, aunque me pese decirlo, del Soria-Castejón. Desde un punto de vista técnico, reabrir el Soria-Castejón no tiene mucho sentido. Hacerlo competitivo requeriría una inversión millonaria, y a pesar del mayor rodeo, sería muy complicado que los trenes pudieran mejorar en tiempo al trazado actual por la LAV Madrid-Barcelona. Es decir, aunque el trayecto fuera pasante, no se conseguiría el efecto deseado, la demanda real de ese tren sería casi en exclusiva la que pudiera atraer Soria.

En realidad, y siendo claros, lo tenemos bastante crudo. Las soluciones pasantes hoy en día no resultan interesantes para otras provincias, pues ya hay otras líneas que rodean la provincia sistemáticamente. Las únicas soluciones pasan por buscar la conexión con la LAV Madrid-Barcelona, para así poder competir en tiempos.

Desde mi punto de vista, la mejor opción siempre fue la defenestrada lanzadera a Calatayud siguiendo la ruta del Santander-Mediterráneo. Durante todo el recorrido por la provincia, el trazado en planta es apto para altas velocidades sin muchas mejoras, por lo que una reapertura y renovación completa de esta infraestructura sería relativamente sencilla, y sólo el descenso del puerto de La Bigornia hubiera requerido intervenciones importantes. Incluso sin grandes mejoras en dicho puerto, los tiempos seguirían siendo buenos, lo que permitiría conectarnos tanto con Madrid como con Zaragoza o Barcelona.

Por otro lado, Renfe debería buscar algún tren que permitiera dar servicios a zonas con baja demanda, trenes pequeños que redujeran costes y permitieran aumentar el número de servicios. Pero eso ya es otra historia.

Gabriel Sanz Martín
soriano e ingeniero ferroviario.



P.P.SO, UN DISCURSO NECESARIO QUE GENERA DUDAS

SERÍA FRANCAMENTE POSITIVO para la provincia la presencia en las Cortes de un partido soriano que defendiese los intereses de Soria sin mordazas y 'vendiéndose', llegado el caso, al mejor postor. Pero los sorianos se preguntan por qué ahora, después de décadas en la estructura política más rígida y poderosa de la provincia: el Partido Popular.

Aparir han puesto en las redes a esta humilde concejal, por pedir que se retire de la campaña cultural a Albert Pla, ese "artista" que proclama a los cuatro vientos que siempre le ha dado asco ser español, que le gustaría que en Gijón se estudiara el catalán por cojones, igual que les pasa ellos con el castellano, o que le gustaría salir a la calle y que le parara la policía, quitarles las armas, matarles, y que la gente le aplaudiera y dijera que muy bien hecho porque se lo merecían. Servidora, en su incultura, pidió que por favor se retirara el espectáculo de este señor de la programación, porque hombre, a una le va la marcha hasta un punto, y pagar porque me insulten me parece el colmo, será porque carezco de sentido del humor, que es

La ventana



Mª JOSÉ FUENTES

Radicales

lo que al parecer nos pasa a los derechas. Y en mi incultura, no entiendo tampoco cómo las redes se llenan de gentes que me llaman inquisidora, censuradora, pantojista y cutre, cuando con toda humildad he manifestado que frente al derecho a la libertad

de expresión de este pretendido intelectual y artista, está el derecho -y me atrevería a decir que la obligación- de las administraciones de esta "España de mierda", según sus palabras, a no contratarle. Y en mi incultura, incido en que si a Albert Pla le gusta vivir de la provocación, me parece correcto, pero en su casa y con su dinero, no con el de estos españoles de mierda. Porque a una, en su incultura, le gusta su país precisamente por su diversidad, el castellano por su riqueza, y aún recuerda cuando en España se mataba a policías. ¡Qué falta de sentido del humor!

Mª José Fuentes, concejal del PP en el Ayuntamiento de Soria.

Desde Variena



CARLOS LAFUENTE

De gestión y de cuentas

Ya ha empezado la diversión en la política soriana. Me refiero a los bailes de nombres para ocupar y cerrar las listas de candidatos por unos y otros. El equipo de gobierno se ve en la obligación de dar gestión explicando lo que ha hecho, lo que tiene a medio hacer y lo que hará si sigue gobernando.

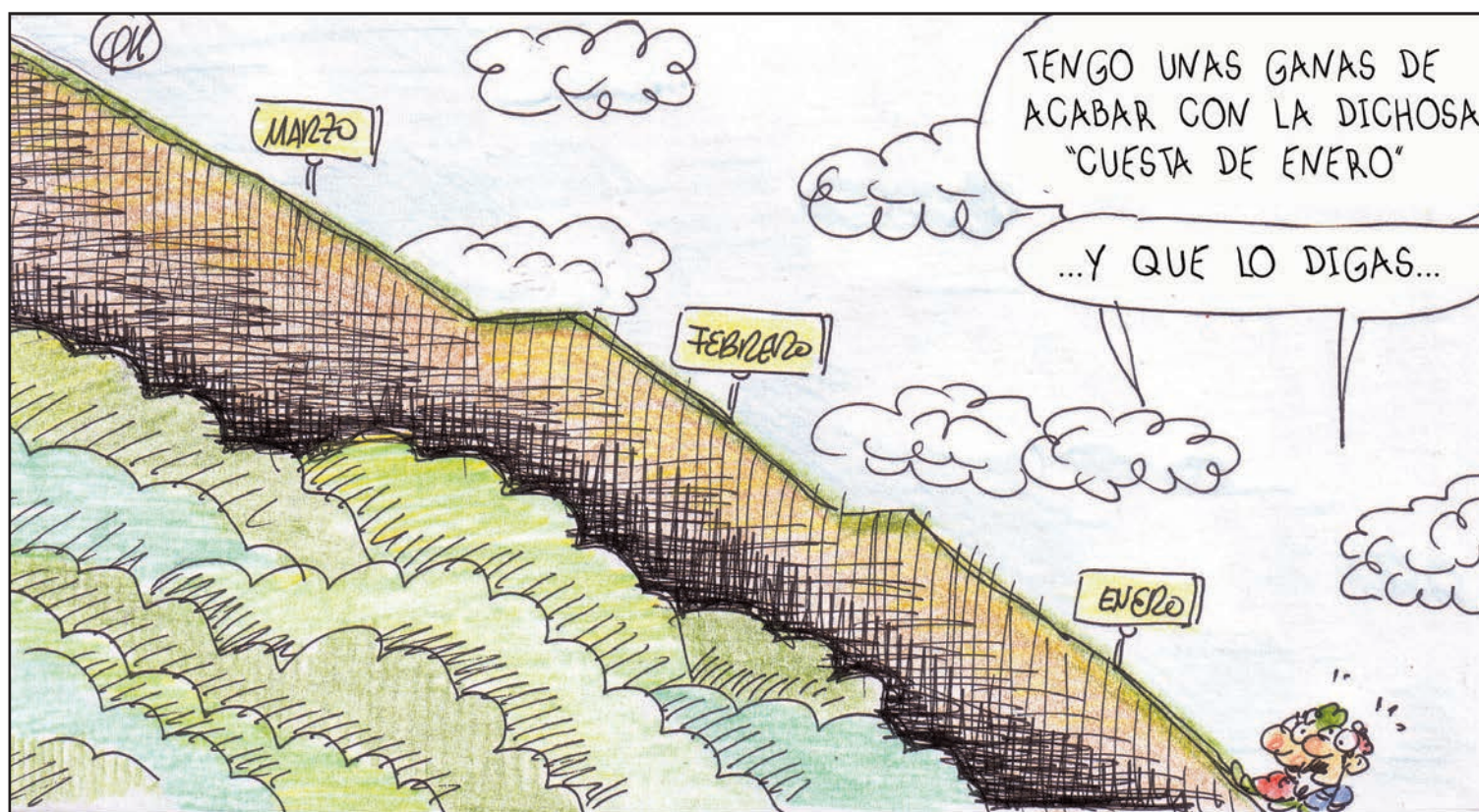
Hasta aquí ninguna pega. Los ciudadanos les juzgarán por lo hecho y renovarán la confianza o los mandarán a la oposición.

Pero, ¿y los partidos que han sido oposición estos cuatro años? Se conforman con criticar lo mal que lo han hecho los del gobierno, y con prometer el oro (algunos no el moro). Y ¿dónde está su gestión? ¿Están exentos de dar gestión? Me da la impresión que los grupos que están en la oposición en Soria no tienen ni idea de cómo se hace eso. No se preparan los temas, no controlan los asuntos, improvisan; se oponen por oponerse. En fin que si hay que juzgarlos por lo que han hecho....

De hecho, a algunos los suspende su propio partido no haciéndose corresponsables. Figurémonos que uno fuera a hacer una oposición, y en vez de decir lo que sabe se pusiera a criticar lo malos que son lo demás. Sería suspenso, fijo. Se suele decir que las elecciones no las ganan los de la oposición, las pierden los gobiernos. Y aquí, ni en la Diputación ni en el Ayuntamiento creo que pueda pasar eso. Ya veremos, pero me da que algunos les toca repetir. ¿O no?

Carlos Lafuente, empleado público y contertulio.

Gracias, de nada



Estamos inmersos en una "profunda tribalización"; las calles sustituyen a las instituciones; la algarabía de turno, a la reflexión y a la medida social; el rincón "corto de miras", al horizonte.

Incluso los propios partidos políticos, piezas fundamentales para la existencia de la democracia, muestran derivas preocupantes hacia formas tribales. Y los separatismos, el culto al rincón, las miopías de corto alcance, incluso "el rebuzno" como canto a la desdicha.

¿Qué es la tribu? Una organización social no basada en la ley, sino "en el tótem y el tabú", donde el vínculo de sangre y la costumbre y las aberraciones de los antepasados determinan la sociedad.

Lo que hoy llamamos populismos son mecanismos sociales más basados en lo tribal que en la racionalidad y en la ley. Basados descaradamente en el atavismo tribal.

El Zaguán



ALFREDO VALLEJO

La tribu y las instituciones

Una característica importante de la tribu es la violencia contra alguien; las tribus viven en un "permanente altercado"; sin esa violencia pierden vigor y otra tribu más tribal fagocita a la primera en renovada violencia. Cuando una sociedad se salta la ley y se echa

a la calle, y vocifera, y su razón se cuenta por el número de vociferantes, en esa sociedad florece la tribu, como en una tierra yelma los abrojos.

El grupo en manada, las estridencias callejeras, las verdades basadas en la emoción de turno, la falta de una reflexión de consecuencias, chillar sin pudor social alguno para "reivindicar" cualquier justicia... eso es tribu.

En los cinco millones de la evolución humana, buena parte de ese tiempo, los hombres han vivido de forma tribal. No es de extrañar que ese atavismo tienda a surgir, como los fantasmas no domesticados.

Roma sacó a la humanidad del nivel tribu y la elevó al nivel Estado. Fundó Europa. Hoy nos complace jugar a ser idiotas.

Todo se explica, hasta las barbaridades.

Alfredo Vallejo, colmenero y pensador.

en juego



PRIMERA DERROTA DE LA TEMPORADA PARA EL SÉNIOR DEL BM ÁGREDA

LAS GUERRERAS del Moncayo concedieron el pasado 27 de enero su primera derrota (28-21) del curso. Tuivieron que pasar 11 jornadas para que la Primera Nacional Femenina de Aragón viese perder por primera vez al Sénior del BM Ágrede, que a falta de cuatro jornadas para el final siguen dependiendo de sí mismas.



Raquel Frías, arquera de Rejas de San Esteban, realizando una demostración con su arco desnudo. /DAVID ALMAJANO

TIRO CON ARCO

Frías dirige sus flechas hacia el Europeo y el Mundial

La soriana aspira a volver a recibir la llamada de la selección. Estrena la temporada en 'casa', donde las dianas del Nacional de Sala y Campo se cruzan ante sus ojos, que mantiene siempre abiertos.

BERNAT DÍEZ "Hasta la última flecha" todo puede ocurrir. El arco desnudo, a punto. Raquel Frías, a la que el tiro con arco no le da de comer, se encuentra preparando la temporada 2019. Flecha va y flecha viene, y ella, la fémica más carismática y represen-

tativa del Club Deportivo Alto Real, saca tiempo libre para entrenar de donde buenamente puede.

Se pierde el Nacional de Salamanca y debutará en casa, en Soria. Ante ella, un Campeonato de Castilla y León de Arco Tradicional y Desnudo en Sala (9 de febrero en el

Polideportivo Fuente del Rey) y la primera jornada de la Liga de CyL de Recorridos de 3D (10 de febrero en el campo de tiro del Alto Real). Pruebas que ayudarían a recibir una nueva llamada de la selección española de tiro con arco. Frías viaja mentalmente a Canadá (Mundial

de 3D) y a Eslovenia (Europeo de Campo).

Se emociona al hablar y al recordar experiencias. Sintomático: siente lo que hace. Esta arquera "tardía", como reconoce ella, registra un palmarés envidiable en cuatro años, cuando se vio disparando y con un arco en la mano "por casualidad". En una vitrina individual, a rebosar de títulos, destacan dos oros (Campeonato de España de 3D Indoor en 2017 y Nacional de Campo en 2018). Insinúa que es "la eterna segundona", pues colecciona muchas platas: segunda en el Nacional al Aire Libre y en el 3D en 2016, en el Nacional de Campo en 2017 o en el Campeonato de Sala en 2018. Esto "engan-

cha", manifiesta una que alega encontrarse en "un mundo divertido". Y en esos 'mundos de Yupi', tira que tira; "al parecer, se me da bastante bien", destaca con humildad.

En el bosque de Sherwood, un heroico forajido forjó su leyenda al compás de robar dinero a los ricos para dárselo a los pobres. Pues bien, Raquel 'Hood' les 'roba' la atención a los deportes ricos para dársela a los minoritarios. El tiro con arco "no es un deporte minoritario si nos ceñimos al número de federados. Es minoritario por el hecho de que no genera beneficios y no se puede vivir de él", reconoce Frías, quien apunta que este "hobbie" le "cuesta dinero". Por supuesto que "ayudas hay muy

SUS ESTACIONES

SALA

Y LIGA

Raquel Frías estrena 2019 en Soria. El 9 de febrero se celebra el Campeonato de Castilla y León en Sala (Fuente del Rey) y el 10, la primera jornada de Liga 3D (Campo de Tiro Alto Redal).

CAMPO

DEFIENDE TÍTULO

El 13-14 de julio, Frías defenderá su vigente campeonato de Campo en el Nacional de Soria (Valonsadero y La Dehesa).

ESPAÑA

SELECCIÓN

Quiere acudir al Mundial (Canadá) y al Europeo (Eslovenia) con la selección española.



OCIO Y DEPORTE NO INDUSTRIAL

📍 Camino de la Piñorra N24 / 42004 / SORIA

☎ 605843030 / 646587398

✉ lanaveocioydeporte@gmail.com

HORARIOS DE APERTURA

Lunes a Jueves: 9:00 - 22:00
Viernes: 9:00 - 21:30

ACTIVIDADES

- Escalada deportiva
- Salidas de escalada en roca
- Entrenamiento funcional
- Pilates
- Yoga
- Zumba
- Parkour
- Gimnasia de mantenimiento
- Talleres de paso de obstáculos infantil
- Talleres de circo (telas, monociclo, aros...)



La Nave Ocio Y Deporte No Industrial



@lanaveocioydeporte



@LaNaveSoria



ARANCÓN NO COMPLETA LAS PRUEBAS COMBINADAS EN CARDIFF

RETIRADA. El soriano Mario Arancón, deportista del CA Numantino, no pudo completar íntegramente su participación en el campeonato de las pruebas combinadas que se disputó el fin de semana del 26-27 de enero en Cardiff (Gales). Desde los 60 metros vallas, Arancón se despidió de la competición.

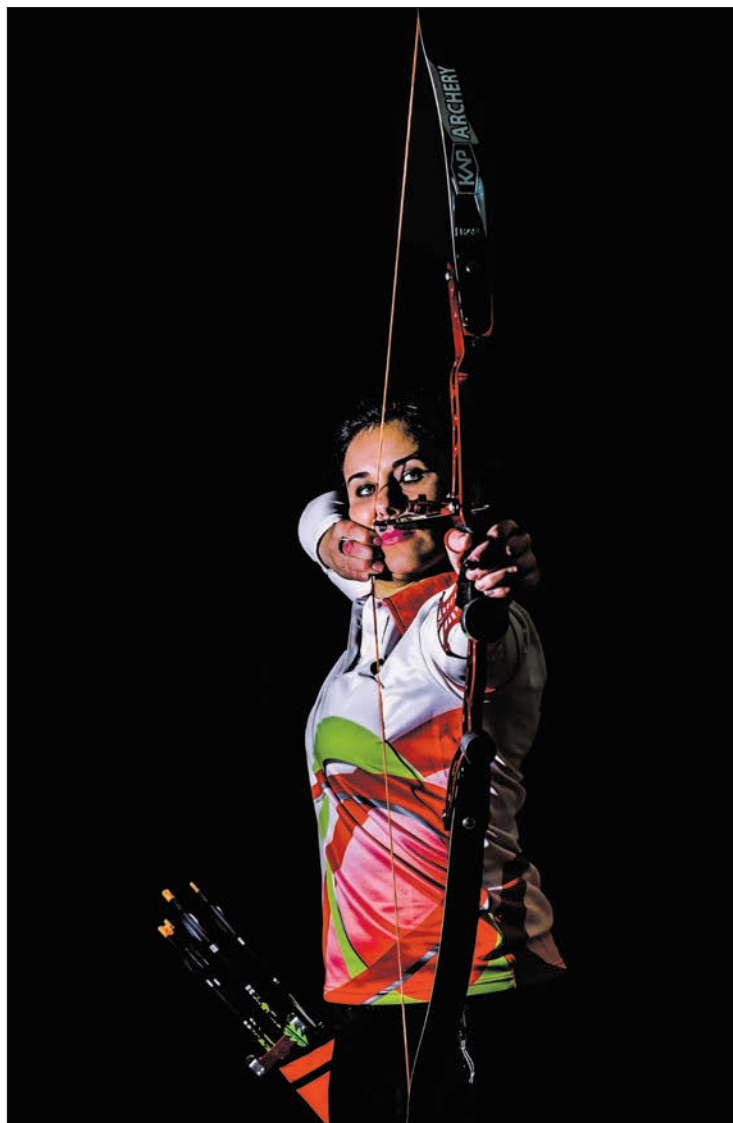
poquitas”, puntualiza. Está dentro del Alto Real, “uno de los clubes más grandes de Castilla y León”.

La arquera, que es capaz de darle clases particulares a Cupido, subraya que lo primero que le pide su cabeza es “centrarme”. Frías se planta en una temporada 2019 que viene precedida por un curso pasado muy ajetreado. Agarra con fuerza su arco desnudo porque vienen curvas; las sorteará en ‘casa’. El Nacional de Sala, la primera jornada de la Liga 3D (febrero) y el 13-14 de julio, el Campeonato de España de Campo (Valonsadero y La Dehesa) aterrizan en Soria. Deposita “mucho ilusión” en esas tres citas. Además, defiende el título (2018) en el Nacional de Campo e “intentaré, si se puede, revalidarlo”, lanza. “Empezamos y terminamos en casa”, apostilla.

QUÉ NO ESTALLE LA BURBUJA

Silencio y “concentración”. No hay ‘nadie’ a su alrededor. El tiro con arco es “una cuestión mental”. La “constancia” y el fondo físico no sobran, “pero, sobre todo, has de ser capaz de estar en la línea de tiro y no perder la concentración para que en el último momento la flecha vaya donde tiene que ir”, insta la de Rejas de San Esteban. Mirada felina; ha de permanecer en guardia. Sin embargo, “a la que sueltas la cuerda, cierras los ojos: es instintivo”, cuenta. Un acto reflejo “que se debería evitar”, considera en riguroso análisis.

Pompas de jabón y Frías se introduce en una burbuja, la cual deberá impedir que estalle. Se aísla en el momento de ejecutar “la suelta”. “Has de ser capaz de abstraerte de todo para repetir tu técnica; no es cuestión de ver dónde va la flecha, sino de mantener la misma repeti-



“En el tiro con arco, un 20% de mujeres por el 80% de hombres”.

“No puedo describir lo que es defender a España. Un subidón”.

“En Soria se quedan con tu cara, pero lo llevo con naturalidad”.

“La sociedad no se ha acostumbrado al rol de la mujer dentro de ella”.

ción en el tiro. Hacer la secuencia de tiro hasta que oyes llegar la flecha”, pronuncia.

Y Frías es de las que apura las flechas mientras pone nervioso al mismísimo reloj. “Más que me desconcentre el entorno, la cuestión es si llego o no concentrada a la acción. A veces, es inevitable llevarse los problemas diarios hasta la línea de tiro”, corrobora sobre “algunos días malos”. Pero, “la rutina constante en los entrenamientos” puede sofocar esos efectos. Por otro lado, “la puntería se entrena y para llegar a ella has de tener técnica”. Es más, “sin trabajo, no hay suerte”, reconoce.

“Entrenar y entrenar”. Ya vendrá el acertar. Porque Frías, una “testaruda” por excelencia, sabe lo que es darle en la diana. Ya no quiere saber nada de los “objetivos chiquitines” que se marcaba al principio.

SELECCIONABLE

Frías ya ha ido convocada con la selección española de tiro con arco: Mundial de 3D (2017), Mundial de Campo y Europeo de 3D (2018). La selección le seguirá pidiendo hacer “unas puntuaciones mínimas” si quiere estar próximamente en el Mundial y en el Europeo. Deberá pasar antes por unos clasificatorios, a los que tiene pensado inscribirse. Otra temporada larguísima ante los ojos despiertos de Frías, a quien le ocupa “recuperar la técnica y mejorar, básicamente”.

No puede “describir” el hecho de defender la elástica internacional. Lo que sí tiene claro es que es “un subidón”. Allí, “se hace piña”. Hay “una sensación de equipo”, resume.

Suena “a tóxico”, pero “el primer objetivo de 2019 es no tener objetivos. El año pasado terminé muy cansada...”, acaba.

→ altoque

Miriam Pérez, de oro

El Kickboxing Soria debutó el pasado domingo 27 de enero en el Nacional de Salamanca. Los sorianos regresaron a casa con un botín de 2 oros, 4 platas y 4 bronce. Las medallas para el club soriano se repartían de la siguiente manera: Miriam Pérez, oro en Light Contact y Kick Light (categoría principiante). Pablo Bastida, platas en Light Contact y Kick Light, y bronce en Point Fighting (categoría principiante). Gabriel Hernández, una plata en Kick Light y bronce en Light Contact (categoría Elite). Lucas Matei, bronce en Light y Kick Light (categoría 13/15 años) y Adriana Verde, plata en Light Contact (categoría 8/9 años).

23 medallas para Soria

En materia deportiva y atlética, el pasado fin de semana del 26-27 de enero le supuso 23 medallas (6 de oro, 9 de plata y 8 de bronce) al atletismo soriano, que compitió en tres pruebas que se encontraban en el calendario de la Federación de Atletismo de Castilla y León: el Autonomico de Pruebas en el Anillo, el Campeonato de Castilla y León Sénior y Sub-23 (Salamanca) y la Segunda jornada Gran Premio de Lanzamientos de Invierno de Castilla y León (Toro, Zamora). Entre el Politécnico de Soria y el Atletismo Numantino se repartieron las preseas doradas. Ashley Abaga, Daniel Arancón, Sara Bogo, Silvia Ondiviela, Eloi Guimerà y Marina Clavijo, los triunfadores.

Copa en carreras de montaña

Casi Tras varias reuniones entre los distintos organizadores de carreras por montaña que se celebran en la provincia de Soria cada año ha sido creada la I Copa soriana de Carreras de Montaña. Las pruebas que ocuparán este premio: Subida al palillo, Arganza Trail, Pataliebre Trail del Moncayo, Travesía Alto Duero, KV del Moncayo, Desafío Urbión y Carrera de montaña en El Burgo de Osma.

El Numancia DH, líder

Con el pasado triunfo (2-0) al Danok Bat, el Numancia Juvenil de Pablo Ayuso hizo historia en el Grupo II de División de Honor, colocándose líder de dicha categoría, por encima de la Real Sociedad.

CENTRO MÉDICO PAMA

C/ Ronda Eloy Sanz Villa, 2.
Tfno: 975 22 80 52
info@cmpama.es

CERTIFICADOS MÉDICOS DE CARNET CONducir y PERMISOS DE ARMAS, OFTALMOLOGÍA, OTORRINOLARINGOLOGÍA, TRAUMA, GINECOLOGÍA, UROLOGÍA, PSIQUIATRÍA, PSICOLOGÍA, ANÁLISIS CLÍNICOS, FISIOTERAPIA

CONSTRUCTO, S.A.

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

Placo SAINT-GOBAIN, Keraben, weber SAINT-GOBAIN, KERA KOLL, TAU CERAMICA

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

Distribuidor oficial **CEPSA**

Petrosoria
GASÓLEOS A DOMICILIO

Tel. 975 230 659
info@petrosoria.com

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


enjuego#cantera#

HOCKEY LAGUNA NEGRA



El Laguna Negra ya habla el lenguaje femenino sobre la pista

En 2018, se constituyó el primer equipo de féminas, que sujetan en stick, en el San Andrés. “El hockey existe, pero las chicas sorianas no tiran hacia él”, manifiesta su entrenadora.

BERNAT DIEZ
Las nuevas generaciones femeninas de Soria han decidido empuñar el stick y el Laguna Negra Hockey Club de Soria ha pasado a la acción para hacer historia. La sección femenina (sólo entrenaban) que se implantó en 2017 en la entidad fue un serio aviso; en 2018 se constituyó el primer equipo femenino que tendría el Laguna Negra.

Inés, Naiara, Paula Fernández, Paula Deza, María Madrugá,

María Redondo, Julia Fernández, Nuane y Elsa, la pequeña portera de la clase, le dan más sentido a una estructura modesta y familiar que adopta un carácter más igualitario.

Ese plan femenino está orquestado por Laura Redondo, una mítica exjugadora del Laguna Negra que ha encontrado su sitio en el banquillo, pues lidera y dirige el primer equipo de féminas del que dispone el club en la Liga Interautonómica. “Prefiero enseñarles

PROYECTO FEMENINO CREACIÓN

OPORTUNIDAD

“Se lo digo muchas veces: ¡qué disfruten de esto que tienen! Ya me hubiese gustado a mí tenerlo a mí”, explica Laura Redondo sobre la creación de este primer equipo femenino.

ESTUDIOS

BACHILLERATO Y UNIVERSIDAD

Tres chicas del Laguna Negra finalizan su etapa en el Bachillerato y no se atreven a asegurar su continuidad en el equipo.

lo que sé y estar al otro lado de la pista”, reconoce Laura. Deja la puerta abierta: “Nunca se sabe...”. El volver a la pista y jugar con esa nueva escuadra, “en el aire”.

Cuando los resultados son lo de menos. Porque “a veces, no es lo importante. Valoro que aprendan lo que les enseñó. Me da igual un 10-0”, explica la entrenadora sobre una situación clasificatoria que no es boyante. Este Laguna Negra femenino tiene “vocación defensiva”, ya que “contra los que jugamos son mejores que nosotros”. Aunque, son como Numanzia, nunca arrojan la toalla.

Crean “compañerismo” mientras toman los autobuses que las llevan lejos de Soria para medirse a clubes norteños. Con la fundación de esta escuadra femenina se ha plantado la primera semilla, sin embargo, “esto tiene que continuar creciendo”. Pero, Laura es realista: “El hockey existe, aunque las chicas sorianas no tiren hacia él”, manifiesta.

En la pista, Elsa, la Benjamina, explica que no le incomoda entrenar siempre con los chicos. La arquera, a quien le gusta estar más “dentro” que “fuera” de la portería, es la única fémica (entre las ocho restantes) que tiene que jugar, por ahora, en un equipo mixto.

María y Naiara, en pleno Bachillerato, tienen más experiencia y edad que Elsa. “Nos costó tirar de las pequeñas, pero somos una piña”, sitúa María. Por su parte, Naiara, orgullosa de esa “unión”, apuesta por ser el espejo de las nuevas generaciones. María, este curso, no le da mucho valor a los resultados porque “no es lo importante”. Está más pendiente de que dejen jugar a las chicas “en todas las categorías”.


altoque

Triunfos en Tordesillas

Los jugadores y jugadoras de categorías inferiores del Club Bádminton Soria-CS24 se desplazaron el pasado sábado 26 de enero hasta Tordesillas (Valladolid) para disputar la tercera prueba del Circuito de Castilla y León, en las modalidades de individual, para categorías sub-13, sub-15 y sub-17. Esta vez, y entre los 172 participantes que acudieron, fueron 12 los representantes de club capitalino, consiguiendo un primer puesto, un segundo y dos terceros.

El CSB no puede con el líder

El San Andrés, con la grada muy animada, vivió el pasado domingo 27 de enero el tercer asalto en casa de la Liga de Primera División, en el que el rookie CSB Soria Ciudad Europea del Deporte intentó pero no pudo graduarse ante el líder Universidad de Salamanca que, poco a poco, con mejores porcentajes, fue avanzando hasta romper el partido en el último cuarto firmando el definitivo 59-93.

La copa del Cs24

El Cs24 levantó en la tarde del domingo 27 de enero una copa que le permite ser el mejor equipo de la Liga Municipal de Soria de Fútbol Sala. Entre ellos, los blanquiazules, y el Internacional de América se decidía el nuevo campeón de la Primera división de fútbol en Soria. Por la mínima, el Cs24 superó al Internacional (1-0) en el Polideportivo Fuente del Rey. Un gol de Nacho, tras una buena jugada personal de Rober, desencadenó el éxito de la escuadra blanquiazul.

Montaje de cañas

Este pasado sábado 19 de enero se celebró en Soria el curso de montaje de cañas para la pesca, que organiza el Club Deportivo de Pesca el Campano Soriano. Según estimaciones de El Campano Soriano, el curso “tuvo una magnífica acogida por parte de los 15 pescadores que asistieron”. Los participantes atendieron a las explicaciones e instrucciones de Ismael Marina, el instructor del curso. El club de pesca soriano considera que la actividad fue “extraordinaria”.

Si has sabido esperar...
HA LLEGADO EL MOMENTO

EDIFICIO
Santa María

- EN EL CENTRO DE LA CIUDAD
- UNA VIVIENDA POR PLANTA
- CALIFICACIÓN ENERGÉTICA "A"
- SUELO RADIANTE
- FACHADA VENTILADA



EDIFICIO de cristal

15 APARTAMENTOS en el emblemático edificio modernistas de la Plaza Bernardo Robles.

¡¡ÚLTIMAS VIVIENDAS!!

INFORMACIÓN Y VENTA

659 118 185

C/ Caballeros 27 - SORIA

→ elconsejo

Para quienes tener pareja y formar una familia no es uno de sus objetivos prioritarios en la vida, la celebración de San Valentín (14 de febrero) puede convertirse en “uno de esos días”, una fecha en la que se amplifican los sentimientos de frustración y tristeza. Los expertos señalan que se producen decaimiento y ansiedad y estos pueden, incluso, llegar a convivir con la pérdida de autoestima. Por ello, si eres de esos, aquí tienes unos consejos para sobrevivir a esta fecha y hacerlo con buena cara.

MANTENTE OCUPADO

Aunque sea algo tan simple como quedarse en casa viendo la televisión o quedar con un amigo para tomar un café. Basta con hacer algo que nos permita dejar de lado todo relacionado con el Día de San Valentín. ¡Ojo! Mantente alejado de restaurantes románticos o floristerías, pueden resultar contraproducentes para tu objetivo.

MÍMATE A TI MISMO

Si las parejas se dedican carantoñas, ¡háztelas tú! Un vino y un baño de burbujas, una visita al masajista o una noche acurrucado con un ansiado libro o película puede ser perfecto. Cualquier cosa que se salga de la rutina y nos haga sentir especiales acaba siendo válida.

SORPRENDE A ALGUIEN

Aunque pueda resultar sorprendente, no eres el único soltero en San Valentín. Realizar actos de bondad al azar, entregar tarjetas de San Valentín en una residencia de ancianos o invitar a un grupo de amigos a una cena especial de solteros son algunas posibilidades.



Los dentistas celebran Santa Apolonia



Imagen de Santa Apolonia

Santa Apolonia, es la patrona de los dentistas y de las afecciones de la boca. Fue una mártir y virgen del siglo IV, que prefirió morir antes que renunciar a su fe y fue torturada quitándole los dientes y muriendo desangrada,

La devoción a nuestra patrona viene de antaño. Podemos ver en Soria una figura de la santa en la Iglesia de San Juan de Rabanera, que demuestra la fe del pueblo cristiano a nuestra patrona, donde se le confiaba las dolencias de los dientes que levantaban mucho temor por las graves consecuencias, mortales incluso, antes de la aparición de la penicilina.

La profesión de dentista nace en España en 1902 con la creación del título universitario en odontología, que sustituyó al de cirujano dental que a su vez reemplazó al de barbero sangrador creado por los Reyes Católicos con su pragmática de 1502.

Le piden se regule la publicidad sanitaria y no se mercantilice la actividad.

Hoy las dolencias de la boca han pasado a otro plano, el de la prevención. La población está concienciada en los hábitos de higiene, pues se conoce la importancia para la salud general y las repercusiones en la diabetes, arterioesclerosis vascular, partos pretérmino,...

En nuestro Colegio se inscriben 45 dentistas, formando parte del Colegio de Dentistas (CODE) integrado por odontólogos y estomatólogos colegiados de Burgos, Palencia, Valladolid y Zamora. Si bien en Soria ejercen otros 3 colegiados médicos especialistas en estomatología inscritos solo en el Colegio de Médicos de Soria y unos 20 dentistas que proceden de Colegios de otras provincias.

La profesión organizada sigue honrando a la patrona y le pide que la publicidad sanitaria sea regulada en nuestra Comunidad para evitar la mercantilización de la actividad como se puede ver todos los días con anuncios engañosos.

El día 9 de febrero tendrá lugar una Eucaristía festejando a Santa Apolonia, en recuerdo de los familiares y dentistas fallecidos y pidiendo por la buena salud oral de los sorianos.



Formación a desempleados con compromiso de colocación



Nacho Benito
GERENTE DE ENSEÑIA.

El Servicio Público de Empleo de Castilla y León gestiona las subvenciones públicas destinadas a la financiación de cursos a desempleados que contribuyan a mejorar su cualificación profesional y su capacidad de inserción laboral, a través de itinerarios integrados de orientación, formación y acompañamiento a la inserción. Para este año 2019 ha concedido un curso de Actividades Administrativas en la relación con el cliente para ejecutarlo en nuestro centro de formación Ensenia, ubicado en Almazán.

Este comprende el Certificado de Profesionalidad completo denominado ‘Operaciones Auxiliares de Servicios Administrativos’. Está compuesto por los siguientes módulos: Técnicas Administrativas Básicas de Oficina, Operaciones Básicas de Comunicación, Reproducción y Archivo y Prácticas en empresas.

La acción formativa está

Ensenia ofrece cursos gratuitos, de carácter oficial y válidos en toda España.

contenida en un Certificado Nivel 1 por lo que para poder acceder al curso tan sólo se requiere el Certificado de Escolaridad. Además, esta formación lleva un compromiso de contratación para al menos 2 alumnos durante un periodo mínimo de 6 meses.

Los docentes son expertos profesionales acreditados por el Servicio Público de Empleo de Castilla y León, en la gerencia Provincial de Soria, en relación a cada especialidad a impartir. La formación es totalmente gratuita e incluso los alumnos podrán solicitar becas para los gastos de desplazamiento de su domicilio hasta el centro de formación, entre otras ayudas adicionales.

El curso se imparte en horario de 09:00h a 14:30 horas, y ya está abierto el plazo de inscripción. Al superarlo se obtiene el título con carácter oficial, expedido por el Servicio Público de Empleo Estatal.

Si desea información de este o de otros cursos, puede llamar al teléfono 975 239 300, o en nuestras oficinas en la calle Ronda Eloy Sanz Villa, 6 de Soria. O escribidnos a formacion@ensenia.es

LA NUEVA LÍNEA DE PRODUCCIÓN DE SORIA MODULAR S.L.

numancia modular
construcciones prefabricadas

SU CASA PERSONALIZADA, PRESUPUESTO CERRADO, LLAVES EN MANO.
SERVICIO, SOLUCIÓN, SERIEDAD Y SATISFACCIÓN
¡CONSTRUÍMOS TU HOGAR!

informática
carretillero cocina
inglés mecanografía
cap continua permiso c
excell cap inicial
docencia

cursos de formación subvencionados
2019
ensenia

turismo #ruta en coche#



PUNTOS CLAVES

01:

SAN JUAN DE DUERO

Enclave donde se asentó la Orden de los Hospitalarios de San Juan de Duero. Procedentes de Tierra Santa y enriquecidos por los conocimientos y la multiculturalidad de esos lugares, construyeron un ecléctico cenobio, reformando una pequeña iglesia románica que ya existía y levantando el resto del monasterio. Lo más llamativo es su claustro, punto turístico por excelencia.

02:

SAN POLO

El monasterio fue lugar de implantación de un asentamiento templario, que junto con los

en su poderío, sino que rodeándola se hacen protagonistas las sierras de la provincia como son Urbión, Cebollera y el Moncayo.

La Sierra de Santa Ana constituye uno de los valores naturales más importantes del entorno de la capital. El recorrido discurre paralelo al cauce del río Duero, y asciende a la sierra por una estrecha senda que se adentra en un barranco calizo. Hace más atractivo el paseo la atmósfera a la que contribuyen las numerosas plantas aromáticas que se pueden encontrar como el tomillo, santolina o el espliego, .

La ruta parte del Centro de Recepción de Visitantes 'El Fielato', situado junto a los Arcos de San Juan de Duero. Se deberá cruzar el río Duero por su puente medieval y nada más atravesarlo hay que girar a la izquierda por el paseo del Postiguillo hasta

la primera pasarela metálica al Sotoplaza. Tras pasar este paraje, hay que desviarse a la derecha por el paseo de San Saturio.

Después de cruzar San Polo y atravesar el puente de Hierro del ferrocarril, pronto aparece un desvío a la izquierda que asciende por un barranco hasta encontrarse con la pista para vehículos que sube desde la carretera a Alconaba.

Desde allí, tan solo queda un corto tramo por un camino asfaltado hasta alcanzar la mesa desde la que se obtienen las panorámicas que inspiraron a escritores como Machado, Bécquer o Gerardo Diego.



Hospitalarios de San Juan de Duero, eran los dos órdenes militares que defendían el acceso principal a la ciudad. Fue declarado Bien de Interés Cultural con categoría de monumento en el año 2011. Actualmente es de uso particular.

03:

SAN SATURIO

Esta ruta no hace parada en este emblemático punto, pero por su cercanía merece una mención. La ermita acoge en su interior unas impresionantes pinturas que narran la vida de San Saturio, canonizado por entregar todos sus bienes a los más necesitados y retirarse a una vida de anacoreta.



SORIA se luce desde las ALTURAS

La geografía se alía con la **CAPITAL** soriana y desde tiempos inmemoriales se erige cercana a ella para ofrecer a todos unas vistas nada deseñables. La sierra de **SANTA ANA** ofrece a vecinos y visitantes la posibilidad de redescubrir la ciudad desde las alturas y relajarse observando las sierras que la rodean. Urbión, la sierra Cebollera y el Moncayo, con todas sus naturales armas, parecen servir de **GUARDIANES** y proteger con sus cetros la fortaleza de hormigón soriana.

Existen dos formas de contemplar la capital soriana, una ciudad que se luce de forma tímida pero radiante. Los caminantes pueden adentrarse en su interior para descubrir sus rincones más bellos, pero la geografía que rodea al núcleo urbano permite una segunda opción, la de alejarse y ascender para disfrutar del conjunto en panorámica.

La ruta que se propone en esta ocasión asciende, en un paseo apto para todo tipo de personas, hasta el Cerro de Santa Ana a 1.268 metros de altitud, desde donde no sólo se luce la ciudad

E.M.

Ven y disfruta...

SORIA



www.sorianitelaimaginas.com





La Sinagoga: el restaurante con cocina de mercado en el centro de Ágreda

VÍCTOR LUENGO CUMPLE CINCO AÑOS EN LA REGENCIA DE UN A COCINA QUE APROVECHA LOS RECURSOS GASTRONÓMICOS DEL ENTORNO; POTENCIA LAS CARNES DE LA TIERRA, MICOLOGÍA Y EL CARDO ROJO; Y ADAPTA EL COMEDOR A LAS COMIDAS DE GRUPOS QUE VISITAN LA HISTÓRICA VILLA.

J.J.A.

Al entrar en el restaurante La Sinagoga de Ágreda uno se da cuenta que está en un enclave especial. Lo dice la estructura, recogida y desigual, cercana y especial, de un edificio que el Ayuntamiento puso en valor para su uso como restaurante, y que Víctor Luengo lleva regentando desde hace cinco años. En este tiempo, la Villa de las Tres Culturas ha recuperado un espacio vital para dinamizar el centro de la población, a medio camino entre la iglesia de la Virgen de los Milagros y el Palacio de los Castejón.

Víctor oferta una cocina de mercado, muy ligada al terruño. “Intentamos aprovechar los recursos que nos da esta tierra”, comenta el alma mater de un restaurante del que la gente sale encantada, y al que muchos vuelven atraídos por esas ‘sorpresas’ de temporada. Desde el cardo rojo a la micología, el guiño que se hace al bacalao, productos de la huerta, las ricas patatas de estos terrenos que lamen la falda del Moncayo y, como uno de los platos estrella, las ricas carnes rojas que hace de su degustación un exquisito manjar, y que Víctor prepara como nadie dando un toque especial a la recomendación, muy difícil de igualar.

En total, la sala central de La Sinagoga, que conserva el ábside románico original, tiene una capacidad para 70 personas, y sus ventanas aportan luz natural al espacio, decorado con mobiliario de vanguardia que combina con la tradición del inmueble. Cuenta con una barra de bar a la entrada del establecimiento, sitio de tertulia y tapeo espontáneo.

En el sótano, la Sinagoga todavía conserva vestigios de una construcción romana. Hasta los años 70 del pasado siglo, el enclave era sede del Auxilio Social, aunque las dependencias de entonces fueron derribadas para conseguir un espacio destinado



Víctor Luengo (arriba) y sala central con el ábside románico al fondo. /SN

a la restauración.

En este lustro, La Sinagoga de Ágreda se ha convertido en un centro cultural, con exposición

de obras pictóricas en sus paredes, actuaciones en directo como la Noche de Comedia de junio.

El restaurante ofrece un rico y

El cardo rojo es hoy un producto muy apreciado y bien trabajado en la cocina.

La Sinagoga es un centro cultural con exposiciones y actuaciones en directo.

Con capacidad para unas 70 personas, el público demanda el menú degustación.

variado menú del día, con comida casera y gran variedad de platos, y el fin de semana se abre un menú degustación con productos

del entorno y calidad asegurada. El comensal queda maravillado con los toques de una cocina bien organizada, con lograda combinación de sabores, y un estilo y puesta en escena al detalle.

En el comedor se cuidan mucho los vinos de bodegas y denominaciones del entorno; y un plantel de postres ponen la guinda a una comida o cena sosegadas, con las que no se tiene la sensación de estar lleno o saturado, dispuestos siempre a continuar.

La disposición del sitio es ideal para hacer comidas de grupos, y son muchos quienes aprovechan la visita a Ágreda para entrar en La Sinagoga y disfrutar del placer de la buena mesa.

“Queremos continuar con el trabajo realizado durante estos años, y ampliarlo a aquello que ahora más se demanda como puede ser la micología, la variedad en ensaladas, y continuar con las posibilidades del cardo rojo”, expresa Víctor, quien ve como la cocina de temporada se abre paso en la oferta general, y son muchos los que llegan a La Sinagoga dispuestos a probar las excelencias que se promocionan a través de exitosas jornadas.

CONTACTO

- RESTAURANTE LA SINAGOGA C/ Vicente Tutor s/m Ágreda(Soria)
- Teléfonos: 976 19 71 44 // 722 491 074
- <https://www.facebook.com/sinagogaagreda> lasinagogadeagreda@gmail.com



ESPECIALMENTE SENSIBLES EN INVIERNO POR SU FINA PIEL

LOS LABIOS. Pueden aparecer secos, con pieles muertas e incluso con pequeñas grietas. Para evitar esto, no olvides exfoliarlos con un pequeño barrido de un minuto con un cepillo de dientes una vez a la semana. Después, a diario, aplica una vaselina o cacao.

→ PARAFARMACIA LOS ROYALES

Cuidar la piel en invierno



Sabemos de la gran importancia que hay que dar a la hidratación y el cuidado de la piel y el rostro, debido a las bajas temperaturas a las que estamos sometidos en esta época del año: el invierno.

A pesar de que la piel cuenta con sus propios medios de autodefensa, los factores climatológicos como el frío y el viento pueden debilitarla, incluso acelerando su envejecimiento precoz. Los cambios bruscos de temperatura deterioran la capa hidrolipídica, lo que conlleva a una falta de agua en tu rostro, y con ello una deshidratación. Los síntomas van desde sequedad, descamación e incluso pequeñas heridas.

En PARAFARMACIA LOS ROYALES lanzamos una línea de tratamiento enfocada a cubrir las necesidades básicas

para este momento, se trata de la línea FRAICHE DE BEAUTÉ DE NUXE, que te ayudará a proporcionar una hidratación de 48 horas, un escudo contra la contaminación, y sensación de piel calmada. Recomendada para todas

las necesidades faciales (texturas ligeras, ricas, también sérum, mascarilla facial y contorno de ojos). Esta gama ofrece una hidratación intensa y continua de la epidermis, un continuo alivio que durará toda tu jornada.

Notarás la piel hidratada, fresca y suave. Además, la piel queda calmada, las sensaciones de irritación e incomodidad se reducen.

Este completo tratamiento también actúa en las arruguitas de deshidratación que se marcan en la superficie de la piel. Olvídate de la tirantez con NUXE.

Aprovecha a comprar tu tratamiento ahora con el 10% de descuento en toda la gama FRAICHE DE BEAUTÉ. Acércate, te explicaremos la cremita que mejor va contigo, respondiendo a tu tipo de piel... Puedes pedir cita en el teléfono 665 444 437.

NUXE
FRAICHE
DE BEAUTÉ



-10% DTO.

PARAFARMACIA LOS ROYALES.
(MONTE TORANZO, 23)



Los estragos del invierno

Piel cansada, sin luz, epidermis descamada, cabellos deshidratados, color de piel blanquecino... Pero todo ello puede evitarse con unos sencillos trucos.

La piel del rostro es la que sufre en mayor medida los daños típicos del frío, el uso de calefacciones y la humedad. Es decir, está expuesta a diario y en todo momento a las agresiones ambientales.

Esto hace que en parte tengamos la piel seca y apagada durante la época más fría del año, por lo tanto necesita de especial atención. Además, conviene prestar mucha atención al

contorno de ojos, para evitar el desarrollo de las patas de gallo. En todas las firmas cosméticas más importantes podrás encontrar tratamientos especiales para el cuidado de la piel en esta época del año. Generalmente son productos en formato crema, ya que son capaces de hidratar con mayor potencia nuestra piel. Los geles, en este caso, pueden resultar demasiado livianos y no cumplir la función de hidrata-

ción que necesitamos durante la época invernal.

Lo mismo ocurre con la piel del cuerpo, también sufre en su aspecto los estragos del invierno. Por ello, no debemos olvidarnos de hidratar nuestro cuerpo de forma correcta. Sabemos que, durante el invierno, lo que más apetece nada más salir de la ducha es ponerse la ropa calentita. Da pereza aplicarse crema, pero hoy en día existen nu-

Grupo Latorre Residencias de mayores

Tels. 975 22 32 11 y 975 24 20 95

Calidad de vida

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



SORIA
Residencia
Fuente del Rey



SORIA
Residencia
Manuela



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



OTRA PARTE DEL CUERPO EXPUESTA A LAS INCLEMENCIAS DEL TIEMPO

LAS MANOS. No olvides protegerlas siempre con guantes y cada noche aplicar crema hidratante. Si se presentan grietas, erupciones y rojeces por el frío, puedes aplicarte una vaselina de farmacia durante la noche.



merosos productos para hidratar durante la ducha. Son geles con alto contenido en aceites que nos hidratan a la vez que nos limpian la piel de impurezas. Durante esta época apuesta por ellos.

COLORIDO

Además de los productos cosméticos, no debemos olvidarnos que la hidratación es fundamental. Por ello, no olvides beber el agua suficiente. Puedes hacerte fan de bebidas calientes como el té, la manzanilla, la menta poleo, etc.

Como truco de belleza, en esta época del año también puedes utilizar una crema de bronceado progresivo. Son cremas que aportan color a nuestra piel de una forma paulatina y natural. Esto hará que nos encontremos mejor con nosotros mismos, ya que en esta época la apariencia blanquecina de nuestra piel no nos favorece en ningún caso. Por supuesto, durante el invierno no debemos olvidarnos de una parte fundamental de nuestra belleza. Estamos hablando del cabello. En esta época, el cabello aparece seco, quebradizo, apagado e incluso encrespado. Esto puede ser resultado en parte de frío, la humedad y el uso de calefacciones. Para devolverle un aspecto sano y brillante no dudes en echar mano de los mejores productos del mercado. Estos se notan y prepararán de una forma saludable a tu cabello para sobrevivir al verano. A la hora de lavarlo, utiliza un champú específico para tu tipo de cabello pero en cualquier caso, ya sea tu pelo seco o graso,

DESCUENTOS DE LUJO EN FEBRERO

SORIA NOVIAS



Además de la colección low cost más económica que puedes encontrar en Soria Novias con vestidos desde 40€, durante el mes de febrero te ofrecen descuentos de lujo en prendas de lujo. Una liquidación de stock de las firmas más importantes del mercado, que hará las delicias de las amantes de la moda y de las mejores tendencias. No olvides preguntary pedir cita en el 600 031 700 o mediante whatsapp o llamada o en sorianovias@gmail.com. Solo hasta finalizar existencias. Date prisa y no te quedes sin la oportunidad de conseguir el vestido soñado al mejor precio. Confía en Soria Novias.

deberías cuidar las puntas con un tratamiento de hidratación que prevenga de las roturas. Si tu pelo es excesivamente graso no olvides que solo debes aplicarlo en las puntas. Tu cabello se verá más sedoso y sano.

Si tienes unos minutitos, puedes realizar una mascarilla casera en casa para recuperar la hidratación necesaria de tu piel. Solo necesitas unas cuantas fresas y un poquito de miel. Con cuatro o cinco fresas será suficiente. Debes triturarlas y mezclarlas con una cucharada de miel. Cuando tengas esta pasta, deberás aplicar tela sobre el rostro y dejarla actuar aproximadamente durante 20 minutos. Después retira con agua tibia. Lo ideal es que te realices esta mascarilla después de la ducha, cuando tus poros estén totalmente abiertos y más receptivos a la hidratación y a la limpieza que nos proporcionará esta deliciosa mascarilla. Después de su retirada, aplícate tu crema habitual. Verás como notas la hidratación en tu piel.

decoración



Color natural

Los colores neutros o naturales, aunque no son tan llamativos, pueden crear una gran variedad de efectos, desde una elegante sofisticación hasta un ambiente rústico y desenfadado. Pueden utilizarse como tonalidades para la decoración de salones y dormitorios, creando con ellos ambientes serenos.

En espacios pequeños los



colores neutros y naturales se convierten en una herramienta para crear una mayor sensación de amplitud. Utilízalos para vestir la cama o las ventanas. Un ambiente monocromático es una alternativa de decoración, que permitirá dar forma a un interior armonioso, elegante y sereno.

SMDECOR

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

las tendencias

¿No conoces Twidd?

¿Harto de cruzarte con gente que va vestida igual que tú? Hasta cierto punto es normal, compramos en las mismas tiendas. Pero Twidd es una buena alternativa, sea cual sea tu estilo, y de una calidad superior al estándar de moda.

TWIDD. La tienda para el hombre

C/ Numancia 26, Soria.
975 23 00 20



Pre-avance

Empiezan a entrar prendas de pre-avance como este vestido de licra con dos estampados favorecedores. Con media tupida, bota y abrigo para un look de más frío; con zapato y cazadora para primavera. De S a XL. Precio 25 euros.

Top Queens Soria
C/ Ferial, 4-Soria.
975 24 66 79



SUPER PRECIO

Antes: 373 €

149 €

90x190 cm.

105 x 190 cms.: 179 €
135 x 190 cms.: 189 €
150 x 190 cms.: 199 €

MUEBLAM
El Universo del Mueble

sm decor

C/ Puertas de Pró 11
C/ Numancia, 8 **SORIA**
Tfn: 975 23 00 78

clasificados

Pisos/casas

venta

SE VENDE terreno urbano 550 m2, muy céntrico en Cidones. Tel. 608 638 967

SE VENDE Casa en Cidones de 2 plantas con 170 m2. 5 habitaciones, 3 baños y terraza. 141.000€ precio negociable. Tel. 608 638 967

SE VENDE piso céntrico y soleado. Cuatro habitaciones, salón-comedor, cocina, dos baños, dos terrazas, plaza de garaje y trastero. Calefacción y agua caliente centrales con contador individual. Tel. 699 143 614.

VENDO piso céntrico en Soria, Venerable Palafox 3 -Plaza toros-4habitaciones, salón, cocina, terraza, baño, ascensor, calefacción. Tel. 649 555 881

SE VENDE piso, 2ª planta, 60 m2 C/ San Martín de la Cuesta N°1 (colocándose ascensor). Telf. 975 232 738.

SE VENDE solar para edificar en Nódalo. Tel: 606 527 993

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

VENDO piso en Almenar junto piscinas. Tel. 976 882 654

VENDO planta baja, dos habitaciones en calle santa clara n°28. Pequeño a reformar. Tel. 675 074 482

VENDO finca de 2028 m2 en Almazán. 7000€. Tel. 635 567 743

VENDO casa en Borobia. Reformada. Cuatro habitaciones. Con corral. Tels. 976 822 782 y 691 534 738

SE VENDE piso 2 habitaciones, con plaza de garaje y trastero en av/ Valladolid 55 de Soria. Tel. 699 805 901.

VENDO piso en Soria C/ Domingo de calderas, amueblado con 3 habitaciones, salón, cocina, baño y amplio trastero. Tel. 975 226 095

VENDO casa en pueblo, de 155m2, a 10km de Soria. Tel. 975213743

SE VENDE piso céntrico y soleado. Cuatro habitaciones, salón-comedor, cocina, dos baños, dos terrazas, plaza de garaje y trastero. Calefacción y agua caliente centrales con contador individual. Tel. 699 143 614.

VENDO piso en Almenar de Soria. Soleado, orientación sur junto a zona de juegos infantiles, 65 m. cuadrados, vestíbulo, pasillo, cocina, tres dormitorios, cuarto de baño y calefacción individual de gasóleo. Tel. 615 218 274.

VENDO casa en Matamala de Almazán con dos pisos el primero con cocina vitrocerámica baño comedor y dos habitaciones grandes con el suelo de parque y cochera grande para tres coches, con calefacción de gasóleo. se puede entrar a vivir en el acto. Tel. 975 229 375.

SE VENDE casa en pueblo a 10 Kms de Soria, de 155 m2 aproximadamente. Tel. 975 213 74

VENDO piso en Soria, Carretera de Logroño junto al bar California, buen precio. 90m2, buen estado, amueblado, todos los servicios. Tel. 686 514 211

SE VENDE casa antigua a 18km de El Burgo de Osma, muy cómoda para verano, 4 dormitorios amplios, luz agua y un baño. Muchos metros. Tel. 975 228 075 / 975 212 953

VENDO Piso en Soria vendo junto a la dehesa 81m útiles más amplísima terraza y cochera cerrada. 120.000. Tel. 610 981 824

VENDO O ALQUILA casa en Lubia autorizada como casa de turismo rural. a 12 km de Soria. Tel. 676 696 839

VENDO casa en Martialay, ocasión. Tel. 690 989 116

VENDO piso barato en Soria, Paseo San Gregorio, bajo, tres dormitorios, trastero, comunidad 25 €/mes. Tels: 648 533 316 - 630 852 963

SE VENDE 1200 metros cuadrados enfrente de polideportivo de Fuentetoba. Tel. 626 096 421

BUSCO terreno económico en Carbonera, Ocenilla, Cidones o Pedrajas. Tel. 616 693 832

VENDO piso en Soria todo exterior 81m útiles junto a la dehesa, con terraza y cochera cerrada 120.000€. Tel. 610 981 824

VENDO piso en Soria centro junto a la dehesa con 81 metros útiles, exterior y garaje cerrado. 140.000€. Tel. 610 981 824

VENDO casona en Almazán apoyada en la muralla con vistas al río Duero, 450m2, infinidad de posibilidades. Tel. 675 104 445

SE VENDE piso zona hospitales, 2º sin ascensor, Reformado. Luminoso. 3 habitaciones. Salida chimenea. 85000 €. Tel. 679 227 610

SE VENDE piso en Soria junto a la dehesa 81m mas terraza y cochera cerrada. 140.000€. Tel. 610 981 824

Pisos / casas

alquiler

SE ALQUILA piso de 4 habitaciones, baño, todo amueblado, 2 terrazas calefacción de gas ciudad, céntrico, por 400,50 €. Tel. 975 222517.

SE ALQUILA mini loft (12 metros) muy completo y céntrico. Ideal estancias temporales. Tel. 615 934 858

ALQUILO habitación (piso compartido, confortable) 220€. Incluye comunidad, agua caliente, calefacción, Edificio Moreras. Tel. 659 968 005

ALQUILO piso amueblado en Garray Tel. 975 252 125 / 686 059 393

ALQUILO piso seminuevo zona u25 3 habitaciones, 2 baños, orientación ideal. Tel. 620564405 y 656596735

SE ALQUILA casa en pueblo a 25 kms de Soria. Se piden referencias. 380 €/mes. Tel. 615934858

SE ALQUILA piso. Con opción de cochera y trastero. Zona pisos verdes. Tel. 687 860 224

SE ALQUILA apartamento en las Fuentes de Alcocebre, Castellón De Octubre a Mayo. Urbaniz. Fontana Real, primera línea playa, gran salón con terraza, dos dormitorios y dos baños. Tel. 677 614 672

ALQUILO piso en Almazán tres habitaciones orientación sur calefacción, gasoil, ascensor, en ronda San Francisco 58 - 1b Tel. 689 903 619

SE ALQUILA piso y cochera en el Burgo de Osma en buen estado. Tel. 696 884 961.

SE ALQUILA Local Oficina con baño en centro de soría. 200 euros mes. Tel. 615 934 858

SE ALQUILA casa con jardín en pueblo de Soria. Ideal pareja o familia con niños. 380 euros mes mas gastos. Se piden referencias. Tel. 615 934 858

ALQUILO apartamento amueblado de 1 habitación. Interesados llamar Tel. 630 677 995

SE ALQUILA Piso recién reformado, frente fuente luminosa, todo exterior, 3 habitaciones, 2 baños salón y cocina muy amplios. Tiene ascensor. Calefacción y agua de gas natural. Tel. 677 02 16 26

ALQUILO piso temporada de verano o todo el año. 4 dormitorios 2 baños, 2 terrazas. Amueblado. Zona conservatorio. Tel. 638 845 726

Locales

venta/alquiler

SE VENDE O ALQUILA local 240m2 calle Marmullete. Tel. 699 453 862

SE VENDE local de 100 metros con dos alturas en calle Albar Salvadores. Tel. 975 222517.

ALQUILO parcela cercada en polígono El Viso -Soria. 450 m2, ideal para dejar maquinaria vehículos etc. Tel. 609 070 163.

ALQUILO local comercial céntrico, totalmente acondicionado. 30 m2, calle Fueros. Tel. 630 369 279

SE ALQUILA local, acondicionado y equipado para peluquería y estética. Tel. 975 221 110

ALQUILO local, Puertas de Pro nº 32, 29 m2. Perfecto estado. 400€/mes y 2 meses fianza. Tel. 620 239 939

VENDO local comercial totalmente acondicionado de 200m2. Tel. 639 714 759

VENDO despacho amueblado c/ San Lorenzo n-8 local 2. Tel. 608 834 211

ALQUILO local acondicionado. 80m2. Diversos usos: peñas deportivas, enseñanza, reuniones, zona Calaverón. 275€. Tel. 609 568 637

SE ALQUILA despacho con baño. 12 metros. Plaza Mayor. 225 euros. Tel. 615 934 858

ALQUILO local comercial en Venerable Palafox. Totalmente acondicionado. Tel. 975225791 y 690 280 086

ALQUILO local de 70 m. en Fueros de Soria. Totalmente acondicionado. Tel. 975225791 y 690280086

Negocios

SE ARRIENDA bar-restaurante en Renieblas - interesados contactar. Tel. 689 489 821. Isidoro Gallardo.

ALQUILO despachos para actividad medica. Totalmente equipados, incluidos en clínica. Zona centro. Internet. Tel. 679 194 605

SE ALQUILA cuarto de estética. Tel. 616 747 121

SE ALQUILA bar en C/ Cebollera 5. Soria. Tel. 610 507 668

SE ALQUILA local acondicionado para Peluquería, C/ Cardenal Frías de Soria. Tel. 975 228 345

SE ALQUILA bar restaurante en Vinuesa. Tel. 650 119 916 / 618 247 873

SE VENDE peluquería, totalmente equipada con cartera de clientes. Tel. 616 747 121

ALQUILO bar-restaurante en soría, céntrico, sin traspaso, montado, apertura inmediata. Tel. 607 295 317

SE ALQUILA o se vende bar, oportunidad, reformado, todo montado, funcionando (pisos verdes) buen precio, negociable. Tel. 626 913 061

Garajes

venta/alquiler

ALQUILO plaza de garaje, buena entrada y salida. C/Santa Teresa de Jesús, nº 9. Tel. 666 751 592

SE ALQUILA plaza de garaje en C/ Santa Teresa de Jesús. Tel. 975 222 166

VENDO trastero y amplia plaza de

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



garaje en edificio centro.
Tel. 618 925 469

SE VENDE cochera cerrada 20 metros cuadrados C/ Los Betetas (detrás del Ayuntamiento) Tel. 653 828 898

SE ALQUILA plaza de garaje con trastero en Dr. Fleming (junto hospital santa bárbara) Tel. 658 940 650

SE ALQUILA plaza de garaje grande en Avda. Mariano Vicén. 50€/mes. Tel. 654 47 21 27.

SE ALQUILA cochera para coche y moto. Patios de Don Vela. Precio económico. Tel. 975 222 981

VENDO plaza de garaje por 9.000€. Zona estación de autobuses. Tel. 627 561 933

VENDO aparcamiento (dos plazas) en sector Mariano Vicén - Almazán - Camino de los toros. Tel. 975 222 895

SE VENDE plaza de garaje recientemente reformada. Tel. 630 169 189

ALQUILO plaza de garaje en la calle de Elio Antonio de Nebrija en Soria. Tel. 673 461 203

ALQUILO plaza garaje ,en Venerable Carabantes nº1B buena entrada y salida ,edificio Cámara de Comercio. Tel. 648 489 122

ALQUILO plazas de garaje céntricas en edificio vigilado por portero de la comunidad. Venerable Carabantes 21. Tel. 628 166 000

SE ALQUILA plaza de garaje zona Calaverón -Cementerio. C/ Virgen del Espino Tel. 627 370 260

Motor venta

SE VENDE Citroen Berlingo diesel año 2.007. 157.000 km. "demostrables". acristalada. Único dueño. Vendo por no usar. Tel. 634 42 24 35

SE VENDE Buggie 2 plazas tipo mini coche. Muy original 1200 euros. Tel. 615 934 858

SE VENDE autocaravana Ford Transit. 3.5 tdi. 5 plazas. Tel. 615 934 858

VENDO tractor Jhon Deere modelo 7610 con 5300h, ruedas casi nuevas, 150 CV y varios aperos de labranza. Tel. 652 862 620

VENDO Volkswagen Touran Traveller, año 2006, TDI 2.0 140 CV. 67000 Km. Impecable, Tel. 656 549 253

VENDO Citroen AX 1.1 first año 95 93000 KM con enganche siempre en cochera. Tel. 601 481 886.

VENDO Fiat Balilla de 1934 en perfecto estado certificado histórico proviene de familia. Funciona Perfectamente 12.900€. Tel. 696 299 689

VENDO SEAT 850 especial matrícula Soria en perfecto estado siempre en cochera proviene de familia. Funciona Perfectamente 3200€. Tel. 696 299 689

VENDO SEAT 600E matrícula Soria en perfecto estado siempre en cochera proviene de familia. Funciona Perfectamente 3500€. Tel. 696 299 689

VENDO BMW 330i en perfecto estado, ITV hasta 08/2019, muy cuidado, a toda prueba. Tel. 606 350 753

Varios

VENDO remoique esparciador estercol Vorcasol (Rigual) 6500 Kg. Documentación e ITV. Siempre guardado en garaje. Tel. 636 215 069

VENDO Aparatos de estética. Camilla. Lupa. Vapor ozono. Depilación eléctrica (Depilplus). Dos carritos. Alta frecuencia. Aparato de parafina. Tel. 628 588 994

VENDO Equipos Esquí Alpino y Fondo: Botas Salomón 41. Tablas Dynastar y Fisher + Bastones. Tel. 634 422 435 (whatsapp)

SE VENDEN 2 lavabos de baño nuevos y tela para tapizar 1 billar americano. Tel. 675 673 182

SE VENDEN colecciones de la revista Via Libre de Renfe desde el año 1980 hasta la fecha. Tel. 686 033 223

SE VENDEN colecciones completas de lotería nº 24375 desde al año 1972 hasta la fecha. Tel. 686 033 223

EXTRAVIADO monedero negro con dos anillos, uno alianza y cadena de oro. Gran valor sentimental. Zona el Calaverón. Tel. 648 292 440

VENDO saxofón alto con maletín. Poco usado. 4 años. Perfecto estado. Oportunidad. 395 €. Tel. 646 647422

SE VENDE escritorio amplio, con soporte para teclado de ordenador .precio: 40€. Tel. 650 097 183

SE VENDE varios altavoces para coche nuevos. Tel. 630 169 189

VENDO. Aparatos de estética. Camilla. Lupa. Vapor ozono. Depilación eléctrica (Depilplus). Dos carritos. Alta frecuencia. Aparato de parafina. Tel. 628 588 994

VENDO 2 somieres con patas de 90 y colchón de muelles, 10€ cada uno. Tel. 692 844 188

SE VENDE limpiador a vapor vaporisimo de 900 w marca taurus nuevo sin estrenar Tel. 630 169 189

SE VENDE molino de piedra eléctrico trifásico. mas de 100 años precioso Funciona perfecto. Tel. 615 934 858 **LIQUIDACIÓN** de videojuegos de varias consolas. warhammer, playmovi-l,magic. precio coste. todo emblistado. Tel. 635 788 686

VENDO remolque de 10.000Kg. Chisel 13 brazos, Hardi 1000l hidráulico. Arado 4 tejas con rueda de transporte. Abonadora 1300Kg pendular. Tel. 976 882 654

VENDO camilla Ceragem Master cgm-3500 nueva a estrenar. Tel. 628 166 000

SE VENDE 23 libros (con DVD y CD) del Curso Vaughan de Ingles. Ideal para aprender o reparar el ingles por tu cuenta. Tel. 652 011 018

VENDO 8 soportes de banco de jardín, de hierro-forja. Tel. 975 224 499

VENDO losas de piedra para suelo o zócalo. Proceden de tejado de la sierra. Tel. 975 224 499

VENDO 4 sofás orejeros seminuevos por 100€. Tel. 975 213 326

SE COMPRA Frigorifico que funciona con Gas. Tel. 619 7266 45



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

VENDO semichissel marca tendilla quince brazos con enganche rapido rodillo y jaula siempre guardado nave. Tel. 689 903 619

VENDO Equipos Esquí Alpino y Fondo. Botas Salomón 41, Dynastar. Bolsa Salomón 41, Fisher y Bastones. Tel. 634 422 435 (WhatsApp)

SE VENDE 1,50 hectáreas de pinos de entresaca gordos. Tel. 975 211 120.

VENDO estufa de pellet marca Edilkamin modelo Prima 8kb, para calentar unos 50 m. Como nueva, solo cuatro meses de uso. Tel. 975 231 846

VENDO pie de jaula de aluminio para pájaros 20€. Tel. 627 286 214

SE VENDEN 4 tresillos seminuevos, los 4 por 100€. Tel. 975 213 326

SE VENDE sillón masajé y reclinable, prácticamente nuevo. Buen precio. Tel. 628 144 800

SE VENDE sofá cama de dos plazas. Muy barato. Tel. 628 144 800

SE VENDE máquina de escribir Olivetti linea 90 en perfecto estado. Tel. 630 169 189

SE VENDEN tarros de cristal grande, de capacidad de 4 a 5 litro para conservas de cualquier tipo. Tel. 630 169 189

VENDO ventana pvc nueva y sin desembalar, color madera. Con doble cámara de aislamiento, doble cristal cli-

malit. De 116cm de alto x 100cm de ancho. Precio. 250€. Tel. 683 389 149

SE VENDE colchón y somier de laminas, sin patas de 1,05. Precio a convenir. Tel. 650 097 183.

VENDO sillón orejera color granate en perfecto estado por 40 euros. Tel. 669 428 226

VENDO carro bebe jane rider matrix , muy buen estado, capazo convertible en maxicosi para coche, silla reversible. 300€. Tel.652 150 954

SE VENDE mesa escritorio ordenador de unos 90 cms de larga con bandeja extraible y dos cajones precio 20 euros Tel. 630 169 189

VENDO abrigo de piel negro: largo 100 mangas 60 hombros 50 cm. 80€. Tel. 662 634 082

Trabajo

EMPRESA DE NUEVA IMPLANTACIÓN NECESITA: mecánico, chapista, contable, encargado de almacén y recepcionista de taller. Enviar currículums a la dirección de correo ofertadetrabajo06@gmail.com.

SE NECESITAN peones y oficiales de soldadura. Tel. 606 994 302

SE NECESITA presentadora para partidos de pelota en Castilla y León y País Vasco. Colaboración con CYLTV. Alta remuneración diaria. Tel. 658 176 396

SE NECESITA señora para atender a dos mayores. De 09:00 a 13:00 y dormir a partir de las 21:00. Precio a convenir. 697435776, 608336420

#clasificados#

Gratis para particulares

Requisitos:
Nombre, Dni, dirección y teléfono

Envío a El periódico de Soria:
Correo ordinario: C/ Mayor nº17 bajo. 42002 - Soria
Correo electrónico: clasificados@elperiodicodesoria.com

Máximo 17 palabras

LAVADO MANUAL

DESDE **24€**
IVA INCLUIDO

LANZAS Y ASPIRADORES

6,50€
IVA INCLUIDO

LAVADO AUTOMÁTICO

CON SU LAVADO
APARCAMIENTO GRATIS

Polígono Industrial Las Casas

1



Las Casas-Soria
Polígono Industrial

Vicente Tutor 6, 4ª planta 42001 Soria
975 233 222

1



espora
s o u r m e t

Pol.Ind.Las Casas
calle D 13 nave 16
975 232 580

2



mateogrupos

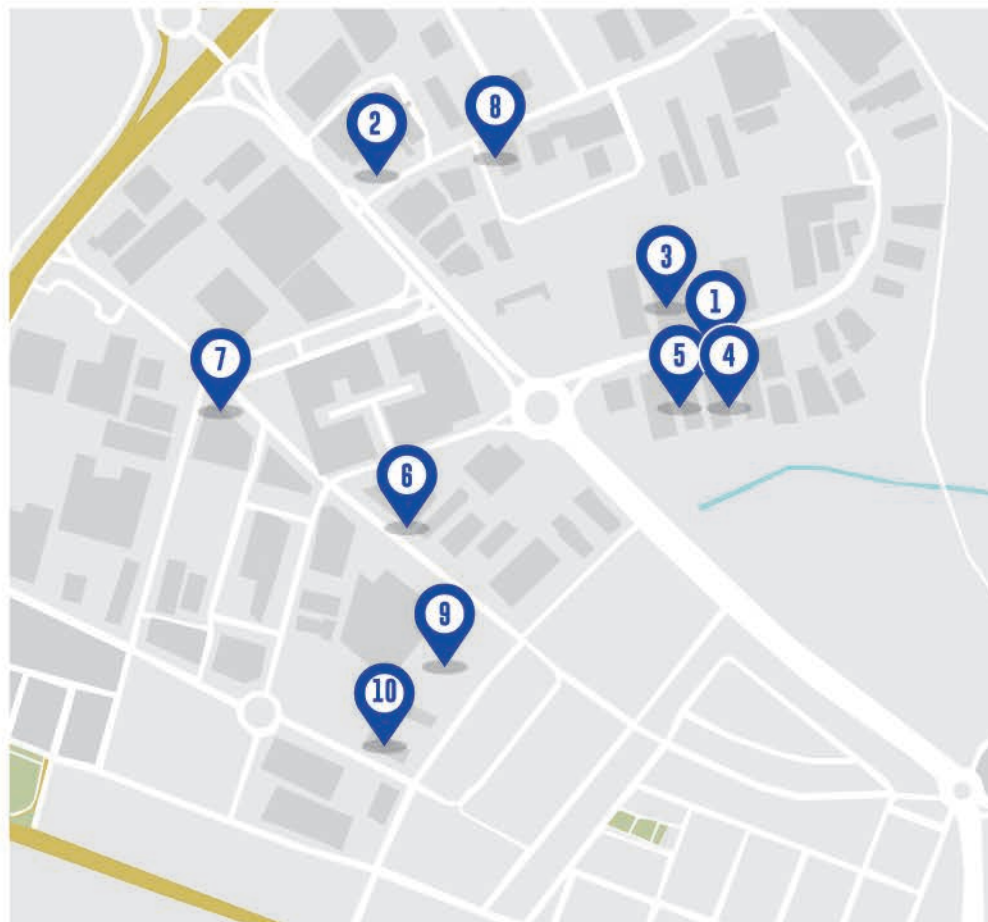
Pol.Ind.Las Casas 42
975 226 262

3



TALLERES LASTRA

Pol.Ind.Las Casas,C/D,
parcela25 A
659 047 591



4



EDUJI
PROTECCIÓN LABORAL

Pol.Ind.Las Casas, calle D,
parcela 13, nave 11
975 23 02 46 / 620 849 381

5



VENUS
ESPECIALIDADES
PASTELERÍA
Soria 1981

Pol. Ind.Las Casas
Calle D

9



E.Leclerc
Soria

Pol.Ind.Las Casas, calle J,
Parcela 290
975 22 61 69


6



MRT TALLERES

Pol.Ind.Las Casas 2,C/C
Parcela C, módulo 4
975 222 853

7



adasa
grupo
Desde 1848

Pol.Ind.Las Casas 2,C/C
Parcela C, módulo 4
975 222 853

8



ENTRE FLORES Y PLANTAS

Pol.Ind.Las Casas / calle C
parcela 225
975 226 672

10



Ciser Glass S. L. **BOSCH Service**

Pol.Ind Las Casas
calle S/N, parcela J-1
975 229 806

#agenda#



LA PROVINCIA

Dee Burrows en Soria

Envibop continua el 8 de febrero su actividad musical con el concierto de Dee Burrows Project, en el café Avalon. Ha querido acercarse al rap con un cantante (Dee Burrows) acompañado por algunos de los mejores músicos de jazz: Marcos Collado (guitarra), Jorge Vera (piano) y Miguel Benito Pete (batería). Dee Burrows es más que un "genial rapero", conocido por sus asombrosas dotes vocales interpreta temas propios y estándares de soul, funk, jazz y rap. **FECHA: 8 DE FEBRERO**
HORA: 23:30



Coproducción soriana

La campaña cultural del Ayuntamiento de Soria ha programado el estreno de tres coproducciones municipales. Una de ellas es la obra teatral 'El abismo de los pájaros', del director artístico Facultad de Artes Escénicas, Música y Danza del centro universitario de Artes TAI de Madrid, Tagore González. Se estrenará en la Audiencia el próximo 9 de febrero. **FECHA: 9 DE FEBRERO**
HORA: 20:30

'Handia'

El CineClub Uned propone la película 'Handia', cinta más nominada de la 32ª edición de los Premios Goya con 13 nominaciones, que se materializarían en 10 premios. Está basada en la historia real de Miguel Joaquín Eleizegui Artega, conocido como el Gigante de Altzo. **FECHA: 6 DE FEBRERO**

CAMPAÑA CULTURAL

Honestidad y sencillez sobre las tablas

Llega a Soria la que está considerada como una de las mejores obras teatrales del 2018. Se trata de 'La Zanja' de Titzina Teatro. La Zanja nos presenta a un ingeniero de minas, Miquel, que va a una población de Sudamérica a instalar una explotación minera de oro. Allí se encuen-

tra con un alcalde, Alfredo, y con una población con ciudadanos a favor y otros en contra de la explotación. A partir de aquí se produce un reencuentro de dos mundos. Las ambiciones, oportunidades y consecuencias de la implantación marcan el futuro del pueblo.

¡Todos al agua!

La piscina Ángel Tejedor anima al público de todas las edades a meterse al agua con actividades supervisadas por monitores. Entre ellas, destacan los hinchables, juegos, circuitos, matronatación, hidrosporting, fitness acuático, etc. **FECHA: 10 DE FEBRERO**
LUGAR: PISCINA ÁNGEL TEJEDOR

Ruta dorada

30 establecimientos participan del jueves 1 de febrero al 18 del mismo mes en la 5ª edición de la 'Ruta dorada de la trufa', actividad que bajo el manto del diamante negro de los montes quiere servir para desestacionalizar el turismo en la provincia. **FECHA: DEL 1 AL 18 DE FEBRERO**

'El viaje circular'

La Sala A del Palacio de la Audiencia acoge esta exposición que recopila obras de Antonio Merinero, Antonio Merinero es un artista gráfico y fotógrafo especializado en la técnica del collage. El artista reivindica aprovechar materiales impresos **FECHA: HASTA EL 6 DE FEBRERO**

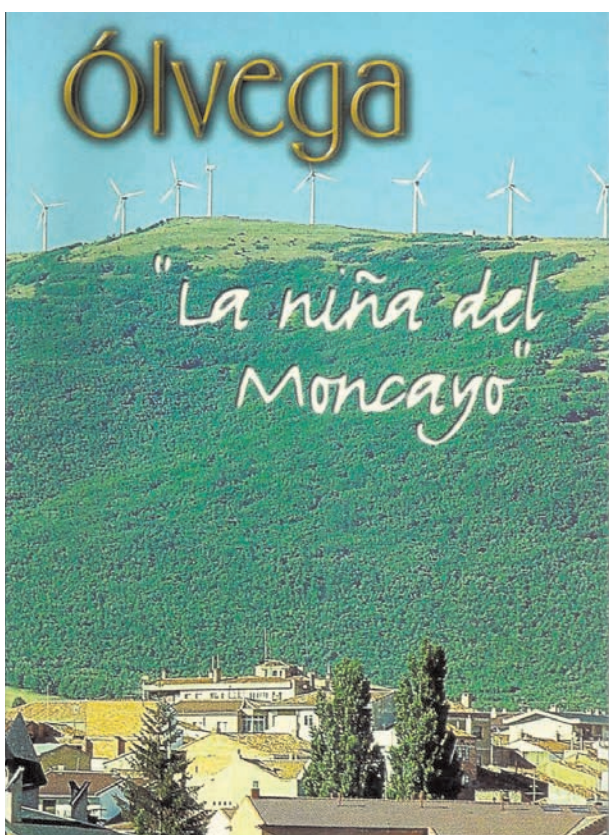


Candelas y San Blas

San Leonardo de Yagüe celebra desde el 2 y hasta el 5 de febrero las fiestas de las Candelas y San Blas. Celebración reconocida por las Danzas del Paloteo. No se conoce con exactitud la historia de estas danzas. Posiblemente sean celtibéricas y su origen puede remontarse a las danzas guerreras de nuestros ancestros, celtas y celtíberos. Con el paso del tiempo, se han convertido en danzas religioso-guerreras. Se realizan en las festividades de las Candelas y de San Blas al finalizar la misa en el interior de la Iglesia. **FECHA: DEL 2 AL 5 DE FEBRERO**
LUGAR: SAN LEONARDO DE YAGÜE

Matanzas del Virrey

Febrero es sinónimo de fiesta en El Burgo de Osma, pues toman protagonismo las Jornadas de la Matanza del restaurante Virrey Palafox. Este evento reconocido como fiesta de interés turístico nacional ha reunido en sus 45 años de historia a más de 300.000 comensales. La idea de su creación surgió en 1974 cuando el restaurante convocó un concurso de cocina de platos sorianos. El cocinero Gil Martínez Soto observó que la mayoría de los platos tenían al cerdo como ingrediente principal. **FECHA: SÁBADOS Y DOMINGOS**
LUGAR: EL BURGO DE OSMA



SAN LEONARDO DE YAGÜE

FIESTAS EN HONOR A LA VIRGEN DE LAS CANDELAS Y SAN BLAS 2019

DIA 01 DE FEBRERO - VIERNES - VÍSPERAS
DIA 02 DE FEBRERO - SÁBADOS - VIRGEN DE LAS CANDELAS
DIA 03 DE FEBRERO - DOMINGO - SAN BLAS
DIA 04 DE FEBRERO - LUNES - LOS CAPONES
DIA 05 DE FEBRERO - MARTES - SANTA ÁGUEDA

¡ FELICES FIESTAS!

San Blas y Santa Águeda

ARCOS de JALÓN

2019

castilla y león



LA INCIDENCIA ALCANZARÁ SU MÁXIMO EN 3-4 SEMANAS

LOS VIRUS detectados, tanto en muestras centinelas como en hospitalizados, se reparten por igual entre el tipo A(H1N1)pdm09 y A(H3N2). No existe, sin embargo, ningún dato que indique problemas de efectividad de la vacuna.



Una de las habitaciones del Hospital Santa Bárbara de Soria. /SN

220 camas adicionales y 232 profesionales más contra la gripe

Durante los meses invernales, los centros sanitarios de Castilla y León presentan un aumento de su actividad asistencial motivado, entre otras causas, por coincidir con la mayor incidencia de la epidemia estacional anual de gripe, lo que suele requerir un incremento de las atenciones en los servicios de urgencias y de las hospitalizaciones.

Para hacer frente a esta situación, la Consejería de Sanidad tiene en marcha un año más el 'Plan de contingencia de invierno 2018-2019', con el objetivo de organizar la actividad y adaptar los recursos en función del impacto de la epi-

demia gripal. Entre la semana 45 de 2018 y la 3 de 2019 se monitorizan diariamente diversos indicadores para organizar esta respuesta: presión asistencial de consultas y urgencias en Atención Primaria, actividad de emergencias sanitarias, urgencias atendidas, ingresos y altas hospitalarias, índice de ocupación, y suspensiones de cirugía programada.

Hasta el momento, según los datos remitidos por los hospitales públicos de Castilla y León entre el 5 de noviembre de 2018 y el 20 de enero de 2019, no se han registrado incidencias reseñables. En la tercera semana del año, el núme-

En la semana 3, la tasa ha alcanzado los 236 casos por cada 100.000 habitantes.

ro de urgencias atendidas en los 14 hospitales fue de 21.199, una media de 3.028 urgencias diarias, por lo que se han incrementado un 4 % respecto a la misma semana de 2018. Por su parte, el índice de ocupación de camas está en un 79,7 % de media -la media anual es del 71,1 %- y no se han producido desprogramaciones quirúrgicas por aumento de la demanda.

En esta semana 3, el número de ingresos total en los hospitales de Castilla y León ha sido de 5.309 y el número de altas, de 5.242. Del total de urgencias atendidas fueron ingresadas el 16,8 %, proporción similar a la del año anterior.

En el caso de la Atención Primaria, la actividad se ha incrementado entre un 5 y un 10% entre la semana 45 de 2018 y la 3 de 2019. La presión asistencial media de los profesionales fue similar a la del año anterior: la de los médicos de familia en los centros de salud urbanos fue de 38,6 pacientes por día; de 27,5 en el caso de los pediatras y de 17,3 para los profe-

sionales de enfermería; en los centros rurales la presión fue inferior.

Las llamadas con demanda asistencial a emergencias sanitarias se han incrementado en un 13 % desde la semana 45, pasando de 4.996 semanales a 5.650 en la semana 3 de 2019. Por su parte, el teléfono de atención pediátrica recibió en esa semana 511 llamadas de consulta.

En los centros sanitarios de Sacyl se han incrementado en 217 las camas hospitalarias en servicio, mientras que el aumento de profesionales en los centros hospitalarios ha sido de 220: ocho médicos, 99 enfermeros, 96 auxiliares de enfermería y 17 celadores.

En Atención Primaria, a los refuerzos habituales en los fines de semana, se ha añadido el incremento en distintas fechas de seis profesionales de enfermería y seis facultativos médicos.

INCIDENCIA DE LA GRIPE

En la semana 2 de 2019 la incidencia estimada de síndrome gripal en Castilla y León alcanzó los 87 casos por 100.000 habitantes, situándose por encima del umbral epidémico para esta temporada -51 casos por 100.000- y, por consiguiente, iniciándose el periodo epidémico estacional. En la semana 3/2019, la tasa casi se triplica, alcanzando los 236 casos por 100.000 -datos actualizados a 24 de enero-, acercándose al nivel de intensidad medio de acuerdo con los históricos de las pasadas 10 temporadas.

Por grupos de edad, los adultos de entre 25 y 75 años presentan tasas acumuladas un 50 % superiores a las de la temporada anterior, lo que, de mantenerse esta dinámica, podría suponer un aumento de casos graves y hospitalizaciones en las próximas semanas.

ADQUIERA SU PLAZA Y PAGUE EN 24 MESES SIN INTERESES



EN EL CENTRO DE **SORIA**

POR SOLO

14.424,99 €

en MARIANO GRANADOS

15.338,81 €

en EL ESPOLÓN

VENTA DE PLAZAS - 661 919022

ABONO DIURNO
41,00€/MES
(21% IVA incluido)

ABONO 24 HORAS
69,50€/MES
(21% IVA incluido)

TARJETA
DECREMENTAL DESDE

0,70€/HORA

+21% DE IVA

RECARGA MÍNIMA
ANUAL 100 €
(21% IVA incluido)

ADMINISTRACIÓN
Y ATENCIÓN AL CLIENTE
975 22 17 82

mirincón#JoséAntonioDeMiguel#

“Mis padres me enseñaron humildad y a no meterme en problemas. No les hice mucho caso”

NOMBRE COMPLETO: José Antonio de Miguel Nieto
FECHA DE NACIMIENTO: 19 de noviembre de 1967
ESTUDIOS: Bachiller Superior

LUGAR DE NACIMIENTO: Cabanillas (Soria)
PROFESIÓN: Autónomo

ENCARNA MUÑOZ

P: ¿Qué es lo último que hace antes de acostarse?

R: Lamentablemente, lo último que hago cada noche es fumar un cigarro en la ventana o en la terraza de casa. Después de eso, directamente a dormir, aunque hay algunos días que nos entretenemos un poco más (sonríe).
P: Cuando tiene una tarde libre, ¿a qué le gusta dedicarla?
R: Suelo tener pocas porque el Ayuntamiento de Almazán supone una implicación de 24 horas al día. Cuando consigo la tarde libre me gusta irme a mi pueblo, Cabanillas, a ver cómo van las labores del campo, cómo crecen los trigos o el girasol.

P: ¿Libro o película?

R: Película

P: Recomiéndeme una.

R: 'Pearl Harbor'. Me gusta la historia. Creo que en estos momentos no se estudia lo suficiente en los libros de texto, y el cine me parece una buena forma de entenderla, teniendo en cuenta que incluyen fragmentos ficcionados. Hay que conocerla para no repetir los errores por los que hemos pasado.

P: ¿Qué música pone cuando se ducha?, ¿Canta?

R: No pongo música porque me ducho lo más rápido posible. Si tengo un día bueno y me puedo meter en la bañera sí que aprovecho para relajarme con música, pero lo de cantar, ni hablar. Lo

hago tan mal que sólo canto con mis amigos cuando nos juntamos a merendar o a comer, y porque paso desapercibido.

P: ¿Cuál es su palabra favorita?

R: Soriano y soriana. No soy el más apropiado para hablar de economía del lenguaje, los que me conocen saben que hablo mucho y a veces de más (bromea) y, aunque creo que todos estamos bien definidos con los adjetivos plurales, si podemos dar un empujón hacia la igualdad de esta forma, no está de más que nos impliquemos los políticos.

P: ¿Le gustan los animales?, ¿Tiene alguno?

R: Mucho. Desde que decidí quedarme en el pueblo para dedicarme a la agricultura hemos tenido animales siempre. Unos me gustan más y otros menos. Lo explico. Además de cerdos, perros, gatos..., teníamos vacas de donde sacábamos leche para todos los días y criábamos terneros para venderlos. Desgraciadamente, uno de ellos con 500 kilos mató a mi padre cuando yo tenía 13 años. Les he cogido manía, pero con mi hermano tenemos 1.200 ovejas y vamos a emprender la aventura de una explotación de 2.700 madres cerdas en Cabanillas.

P: Si pudiera viajar en el tiempo, ¿iría al pasado o al futuro?

R: ¿Me dejas elegir? Iría al pasado y al futuro. Me gustaría trasladarme a los años 30 en este país

para intentar evitar la historia más oscura de este país. También iría al futuro para ver como estamos de aquí a 300 años, si es que el planeta sigue existiendo.

P: ¿Cómo era en el colegio?

R: Ufff (coge impulso). Desde los 5 años tuve que ir interno a la Escuela Hogar de Almazán, y estar interno allí era como estar hoy en China. Después me fui a Sigüenza. Era un buen chico y buen estudiante hasta los 13 años. La muerte de mi padre me hizo dar un cambio radical, y me convertí en revoltoso, golfete y de los que más problemas daban.

P: ¿Era muy fiestero?

R: ¿Era? Yo creo que sí (vuelve a reír).

P: ¿Quiénes han influido más en su forma de ser?

R: A mi padre nunca lo he podido apartar de mi cabeza. Mi madre se hizo cargo de nosotros y con su bondad, sabiduría y buenos consejos me ha influido mucho. Aunque uno de ellos era que no me metiese en problemas, y no le hacía mucho caso.

P: ¿Cuál es la mayor lección que le han enseñado sus padres?

R: La humildad (que igual tampoco les he hecho mucho caso) y hacer siempre que se pueda el bien a todos.

P: ¿Y qué no le enseñó nadie que tuvo que aprender a base de palos?

R: La vida es la mejor escuela y me ha enseñado casi todo.



EL TEST DE SORIANoticias.com

Cuando habla de su tierra, ¿lo primero de lo que presume es?

- De la naturaleza
- De sus gentes
- De las fiestas de San Juan
- De la gastronomía

Un genio le concede un deseo para la provincia... Usted pide

- Una gran empresa
- Buen tiempo
- Terminar las autovías
- Un baby boom

¿Qué lleva a sus amigos cuando les visita para quedar bien?

- Panceta (torreznos)
- Un vino Ribera del Duero
- Mantequilla
- Trufa

Coincide todo el mismo día y solo puede ir a una de estas cosas

- La Saca
- Ascenso del Numancia
- Las fiestas de mi pueblo
- Boda de un primo lejano



ABOVE & BEYOND

3 años GARANTÍA SIN LIMITE DE KILOMETRAJE

DISCOVERY SPORT AVENTURA. ESTÁ EN NUESTRO ADN.

Cuando termina la carretera, empieza la diversión. Y los que saben de aventura saben que hay que ir preparado. Por eso el Discovery Sport tiene la máxima puntuación en seguridad y 981 litros de espacio de carga, porque queremos que quepa cualquier aventura que puedas imaginar.

Por algo el #DiscoverySport es el SUV compacto más versátil de la carretera. O lo que es más importante, fuera de ella.

UNTORIA 4X4.
 Avda. de Valladolid, s/n 42004 Soria
 975 22 06 50

Gama Discovery Sport: consumo combinado 4,7-6,4 l/100 km, emisiones de CO2 123-169 g/km.



DESPEDIDAS SORIA

Toda una experiencia en Despedidas de Solter@s

682 937 326

www.despedidasensoria.com