

NADIE SOBREVIVE SOLO EN EL DESIERTO

La Oficina de Innovación contra la Despoblación, fruto de la colaboración entre la Diputación y la UVa, pretende cambiar el enfoque de la lucha por la repoblación. Su responsable, **Miguel Broto**, asegura que la solución debe ser conjunta y tiene que implicar factores emocionales: "Hay que ilusionar a la sociedad y potenciar proyectos de comunidad", expresa.

Pags. 16-17



MARÍA FERRER



CAPITAL
DESCUBRIR
CÓMO SE
OLVIDA

Pág. 8-9



PROVINCIA
DANZAS CON
UNA GRAN
HISTORIA

Pág. 10-11



DEPORTES
LA REINA
SORIANA DEL
MUAY THAI

Pág. 18-19



Tramite su ayuda PAC en nuestra red de oficinas de Caja Rural de Soria desde el 01 de febrero 2022, hasta el 30 de abril de 2022.

Caja rural de Soria
contigo donde estés

SORIANoticias.com

COMPROMETIDOS CON LA PROVINCIA

Accede a la sección "TU PUEBLO"  www.sorianoticias.com/tu-pueblo
encontrarás toda la actualidad de



ÁGREDAS



ALMARZA



ALMAZÁN



ARCOS DE JALÓN



BERLANGA DE DUERO



CABREJAS DEL PINAR



COVALEDA



DURUELO



EL BURGO DE OSMA



GARRAY



GOLMAYO



MEDINACELI



MORÓN DE ALMAZÁN



ÓLVEGA



SAN ESTEBAN DE GORMAZ



SAN LEONARDO DE YAGÜE



SAN PEDRO MANRIQUE



TARDECUENDE



VINUESA

MANCOMUNIDAD DE
Tierras Altas

Diputación
de Soria



Elecciones 13F



SORIA YA, CABEZA DE CARTEL DE LA ESPAÑA VACIADA

El colectivo se presenta solo en Palencia, Salamanca, Burgos y Valladolid. La de Soria parece la única candidatura viable.

ADELANTO ELECTORAL CASTILLA Y LEÓN DECIDE

SÉRGIO GARCÍA CESTERO

Aunque no tengan el glamour de unas generales ni la cercanía de unas municipales, las elecciones autonómicas influyen directamente en muchos más aspectos de la vida de los ciudadanos de lo que pensamos. Nunca unos comicios a las Cortes de Castilla y León tuvieron tanto foco mediático, porque nunca se celebraron en solitario. Por ello y, por qué no decirlo, porque esta Comunidad siempre ha sido 'de tercera' a nivel nacional, y porque a nivel interno el desarraigo hacia las instituciones y hacia la propia autonomía es palpable en muchas de las provincias.

Pero la descentralización nos ha traído hasta un punto donde el Ejecutivo autonómico es el responsable de asuntos tan variopintos pero importantes como la atracción de empresas, el cuidado del medio ambiente, la explotación del turismo o el desarrollo de la ganadería y la agricultura. Dejo para el final lo más importante. Los gobiernos autonómicos son los responsables de gestionar, y, por tanto de garantizar que se ofrecen con una calidad adecuada, los servicios públicos esenciales: sanidad, educación y dependencia.

Son, precisamente, los dos pilares básicos del estado de bienestar, la sanidad y la educación, el yin y el yang del par-

Adelantadas, en solitario y en plena crisis del Covid, el 13 de febrero Castilla y León vota en unas elecciones históricas. Las encuestas alejan al PP de la mayoría absoluta, Vox sube con fuerza y Ciudadanos se desploma.



Las incógnitas

1

El efecto que tenga la crisis del Covid en la participación

2

Los apoyos que le faltarán a Mañueco para la absoluta

3

¿Darán las cuentas para formar una mayoría alternativa?

4

Primera prueba de fuego para la España Vaciada

41
escaños
suponen
la mayoría
absoluta

tido en el poder. El PP lleva 35 años gobernando en Castilla y León, y tanto mérito tienen en haber logrado implantar uno de los mejores sistemas educativos del país (siempre en los puestos más altos del informe PISA y con centros de solo tres alumnos), como culpa por la descomposición y las desigualdades del sistema sanitario (la ineficiencia de la sanidad rural, escasez de profesionales, listas de espera, o 4 de las únicas 8 provincias sin radioterapia de España, son algunos de sus debes).

Otras dos realidades afectan de lleno a este proceso electoral: la regeneración democrática y la despoblación. Desde que comenzó este siglo (año 2001) la Comunidad ha perdido más de 96.000 habitantes (el 3,9%

de su censo), mientras el conjunto de España gana más de 6 millones (un 15%). Unos datos aún mucho más duros si se analizan provincialmente. Solo dos provincias crecen significativamente (Valladolid y Segovia, más de un 4%), mientras cuatro sufren una auténtica sangría. Salamanca

ha perdido el 6,5% de su población en estos 20 años, León el 9,5%, Palencia más del 10% y Zamora el 16,6%. Otras están en una situación tan límite que apenas pueden perder gente: Soria se ha asentado ya en el 'lado feo' de los 90.000 habitantes.

REGENERACIÓN

La regeneración necesaria en cualquier sitio donde lleven mandando los mismos 35 años no terminó de llegar con el Gobierno de coalición. Ni se cerraron chiringuitos, ni Ciudadanos fue capaz de sacar adelante sus grandes apuestas antes de que Mañueco ajustara el pacto.

Tres casos judiciales acechan al PP en campaña, aunque los populares parecen estar sorteándolos con éxito, al menos por ahora. Uno afecta directamente a la llegada de Mañueco a la presidencia de su partido. Los otros dos tienen que ver con supuestas tramas de corrupción de los anteriores gobiernos del PP, donde se investigan supuestos casos de tráfico de influencia, prevaricación y un delito continuado de malversación de caudales (caso Perla Negra); así como irregularidades en la concesión

Sanidad, despoblación y ganadería se perfilan como los grandes debates

de licencias para la instalación de molinos de vientos (Trama Eólica).

Todo indicaba que los servicios y, en concreto, la sanidad deberían centrar el debate; pero ha sido la ganadería la que ha centrado la precampaña por obra y gracia de Garzón.

Un tema más complejo y menos pintoresco de lo que lo venden los medios nacionales. La globalización, la estricta regulación medioambiental y lo sacrificado del oficio han acabado con el modelo tradicional. La alternativa son grandes explotaciones cuyo impacto medioambiental y capacidad para generar riqueza en el territorio están más que cuestionadas. Nadie quiere una macrogranja en su pueblo, pero todos queremos un filete barato en el super. Una encrucijada compleja para una campaña apasionante.



N.A.S: 42-E-10
REBAJAS
2X49€
GAFAS MÓ DE SOL
MULTIÓPTICAS

Elecciones 13F

30 AÑOS DE 3-2 PARA LA DERECHA, CON 2 EXCEPCIONES

En 1995, Juan José Lucas logró un 4-1 para el PP en su reelección como presidente. En 2019, el PSOE logró pintar el 3-2 de rojo.

SERGIO GARCÍA CESTERO

Soria ¡Ya! llega para amenazar el reparto

La irrupción de la Plataforma, en su primera cita con las urnas, promete romper el 'status quo' de la provincia, gracias al hartazgo hacia la vieja política, y a una visión pragmática de la aritmética parlamentaria. El escenario es factible hasta para la entrada de 4 formaciones.

Ángel Ceña, Agrupación de electores Soria ¡Ya!
Apelación al voto pragmático y de castigo al bipartidismo tras décadas de olvido institucional

Sin duda alguna, la elección del candidato de la Soria ¡Ya! era uno de los asuntos principales de la campaña y, tres semanas después del anuncio, se puede decir que la elección ha sido acertada. Un perfil desconocido -no había sido portavoz de la Plataforma- pero sólido, que combina un buen conocimiento de datos y procedimientos administrativos con una sorprendente oratoria.

Licenciado en Derecho y funcionario, Ángel Ceña es el número uno, acompañado por Vanessa García y Toño Palomar, a quienes sus compañeros premian así por el trabajo de estos dos años. Soria ¡Ya!, convertida en agrupación de electores, hace bandera de un sorianismo práctico prometiendo pactar con cualquiera que pueda gobernar si se compro-



mete a cosas concretas para Soria, y la abstención en aquellos temas más ideologizados en los que no haya un consenso técnico o político.

En su programa destaca la exigencia de que todas las leyes autonómicas deban ir acompañadas por un informe sobre despoblación. Conectividad, fiscalidad diferenciada para el mundo rural y fortalecimiento de la sanidad y la educación son sus promesas. "El 80% de nuestro programa lo firman perfectamente el PP y el PSOE, pero luego no lo cumplen", señala Ceña.

Nuestras aspiraciones solo las puede satisfacer un partido que pueda gobernar

Ángel Hernández, Partido Socialista
El PSOE soriano reivindica su peso orgánico y se presenta como "única alternativa"

Los socialistas sorianos se presentan a las urnas con el objetivo de repetir la victoria de 2019. Lo hacen sin Virginia Barcones, que en esta ocasión no ha abandonado la Delegación del Gobierno en la Comunidad, por lo que Ángel Hernández da el paso al primer puesto. El número dos lo ocupa Judith Villar y José Javier Gómez Pardo es el tercero.

Los socialistas sorianos repiten la premisa de que "ha quedado demostrado durante años que, cuando tenemos capacidad de gobernar, a Soria le va mejor". Un mensaje junto al que reivindican su trabajo en la oposición, "no ha habido ni una sola de las injusticias que ha cometido el PP y la Junta con Soria, por la que no hayamos alzado la voz y puesto una alternativa encima de la mesa", y en su "peso orgánico"

No puede haber más generaciones que tengan como única opción irse de Castilla y León



dentro del propio PSOE. Con esos argumentos realizan un llamamiento a no dispersar el "voto progresista" de los sorianos, porque la Soria ¡Ya! ha anunciado que pactaría con Mañueco.

Entre las promesas electorales más destacadas de los de Tudanca, están la "apertura de todos los consultorios médicos", la industrialización de la provincia (apostando por Valcorba), la descentralización de las administraciones autonómicas, y medidas económicas contra la despoblación.



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

Teléfono: 975 22 05 28



3 DE CADA 10 ASEGURAN QUE VOTARÁN A LA SORIA ¡YA!

La 'cocina' del CIS da a Soria ¡Ya! 3 procuradores (42% de los votos) en un revolcón histórico al PSOE (21%) y PP (19%), que lograrían 1.

un representante en unos comicios donde Alianza Popular y PSOE se llevaron dos cada uno.

En los últimos dos comicios, el fin del bipartidismo se dejó notar también en Soria, y aunque algunos partidos estuvieron cerca de lograr doblarle la mano al PP y al PSOE, no lo lograron. En 2015, a Ciudadanos solo le faltaron 79 votos para conseguir un procurador. Podemos, que fue cuarto, también se quedó

a las puertas (le faltaron 147 apoyos). En 2019, la subida del partido más votado en más de 2.000 votos les alejó, aun más, del escaño (Cs se quedó a 1.130 votos aunque solo perdió 360 votos).

Este es un buen ejemplo de cómo los resultados de los otros partidos y la Ley D'Hont marcan significativamente el reparto. Además, para calcular el número de votos que se necesitan para entrar en las Cortes repre-

Con unos 6.000-7000 votos el tercero se 'asegura' llevarse el quinto procurador

sentando a la provincia de Soria, hay que tener en cuenta otro factor desconocido: la participación. Un factor que este año es menos predecible que nunca por la sexta ola del Covid, y el hecho de no

coincidir con la votación para elegir alcalde.

En cualquier caso, la ley electoral no miente. Logrando un voto más de la tercera parte del partido más votado se logra un procurador por Soria.

Es decir, una horquilla entre 6.000 y 7.000 votos 'garantizan' representación al tercero.

Este sería el primero de los escenarios, con una Soria ¡Ya! peleando por lograr representación, y un PP y PSOE manteniéndose firmes. El segundo sería una lucha de poder a poder entre las tres formaciones, algo similar a lo que ocurrió en Teruel. En este caso, el reparto sería sencillo (2, 2, 1) por orden de votos.

Rocío Lucas, Partido Popular

El PP promete mejorar los servicios públicos y menos impuestos si sigue en la Junta

Las listas del PP han sufrido una pequeña remodelación, por la apuesta de Mañueco de colocar a sus consejeros como cabeza de cartel en las diferentes provincias. En Soria, el turno era para una Rocío Lucas recuperada para la causa. La actual consejera de Educación de la Junta promete "dejarse la piel" por Soria en las Cortes, aunque reconoce que esta provincia "no siempre ha tenido el trato que se merece". Completan el cartel los dos actuales procuradores populares, Pedro Antonio Heras y Jesús Peregrina.

Lucas presume de Plan Soria como la principal bandera del PP con la provincia, un Plan con "157 millones de euros para 100 proyectos", mientras "otras opciones políticas no tienen ninguna cifra a la que hacer referencia".

Somos el partido del mundo rural y avanzaremos en una ley para su conectividad



El PP ha planteado esta campaña con un marcado tinte nacional, con Mañueco visitando a la lideresa Díaz Ayuso y presentándose como freno al "sanchismo", para impedir que Castilla y León también tenga un gobierno 'frankenstein'.

Avivando la polémica del agro y presentándose como los auténticos valedores de la ganadería autóctona, el PP presenta en su programa una rebaja del IRPF, especialmente para el mundo rural, bonificación del transporte, y vuelve a reiterar su compromiso con la radioterapia.

Resto de candidaturas

La misión complicada de Vox y otras seis opciones que lo tienen 'imposible'

Un total de 10 formaciones se presentan a estos comicios en la provincia de Soria. Seguramente, la más llamativa sea la del leonesista Partido del Progreso de Ciudades de Castilla y León. Junto a ellos aparecerán en las mesas las papeletas de otros clásicos como 'Por Un Mundo Mas Justo', el 'Partido Castellano-Tierra Comunera-Recortes Cero', y el Partido Animalista Contra El Maltrato Animal (PACMA).

Ciudadanos, tercero en Soria en los dos últimos comicios autonómicos, se presenta en horas demoscópicas bajas. Félix Sanz es su candidato en 2022. Exdirector de Caja Soria y expresidente de Cruz Roja Soria, este veterano soriano de adopción presume de conocer las reclamaciones de los empresarios y de los más necesitados.

Para lograr un procurador siendo cuarto, Vox necesita que ningún partido 'se dispare' el 13F



Por parte de Podemos, que en este caso ya se presenta como Unidos Podemos y ha logrado hacerlo en unión con Izquierda Unida y la Alianza Verde, el candidato es Jorge Ramiro.

Cierra el grupo el partido que más opciones tiene de ser tercero y de lograr representación. La enfermera Carmen Romero Peirotén es la candidata de Vox por Soria. Santiago Abascal, que logró el primer baño de masas en Soria en la campaña, ha prometido "no regalarle nada al PP".

C/ Numancia, 26 - 975 23 00 78

TWIDD

REBAJAS



Elecciones 13F

Sanidad y empleo, los problemas reales

Una jubilada, un funcionario, una estudiante y un agricultor. Ellos son la representación de los 76.245 sorianos llamados a las urnas el próximo 13 de febrero. Consideran que los políticos están lejos de conocer las necesidades del mundo rural y toman con mucha precaución sus promesas porque "todo es política".

Arianny Arias, Soria

"Estaría bien que los políticos se implicaran en la sanidad como con las infraestructuras"

Tiene 20 años y, aunque joven, parece tener las ideas claras. Es estudiante, aunque actualmente trabaja de camarera. Su vida profesional ha estado muy ligada a la hostelería, sector que ha tenido que "dejar en ocasiones, debido a la poca consideración que se le tiene". Para la joven, las condiciones a las que se someten a los trabajadores en este sector son "bastante duras". Considera que se necesita un mayor respaldo, ayudas y darle valor, más tras la pandemia.

A la preocupación que muestra con respecto a su profesión, Arianny añade que, "aunque se escucha que se generan más puestos de trabajo", continúan existiendo altas tasas de paro. Lejos de restarle importancia a la pandemia, explica que todo se justifica en torno al



Covid-19. Hecho que también se observa en la sanidad, "donde faltan recursos materiales y personal", y existe una "deficiente atención al paciente".

Por el contrario, la camarera y estudiante considera que "se pone mucho empeño e implicación para embellecer las calles y para mejorar las infraestructuras, como la reforma bien efectuada en el Hospital Santa Bárbara", y que "estaría bien que existiera una mayor implicación por parte de los políticos" en otros temas importantes.

“Se habla mucho de que se crea el empleo, pero las colas en el palo siguen ahí”

Jesús Tovar, Almazul

"Empeora todo en el mundo rural, no me extraña que la gente se vaya"

Resulta difícil destacar un aspecto que haya que mejorar, para Jesús Tovar. Este agricultor de 58 años vive en Almazul, donde dice experimentar todas las complicaciones del mundo rural. Sobre su dedicación, le resultan preocupantes los altos costes de producción, la pérdida del poder adquisitivo y las menores ganancias. "No sé hasta cuándo aguantaremos, hemos tenido dos años decentes de cosecha y nos hemos salvado, pero como vengan 'mal dadas' perderemos dinero", explica.

De cara a las próximas elecciones del 13-F, este agricultor aprovecha para pedir a los políticos "más ayudas para adquisición de maquinaria, que rebajen los precios del gasoil y los fertilizantes, y que mejoren el estado de las carreteras". Sobre la

“Necesitamos más ayudas y que rebajen los precios del gasoil y de los fertilizantes”



sanidad, destaca que "es bastante escasa". Señala que en su municipio les han quitado el consultorio médico, y tienen que acudir al centro de salud de Gómara.

Como vecino de una población que no supera las cien personas, argumenta que para conocer los servicios de los que disponen los pueblos, los responsables del país "tendrían que venir algún día por aquí". Según relata, con el tiempo "va empeorando todo en el mundo rural", lo que provoca "que la gente se vaya".

LA DESPOBLACIÓN PREOCUPA EN CASTILLA Y LEÓN

El CIS señala que la despoblación y la 'España Vaciada' es el problema que más preocupa a los ciudadanos en la Comunidad, con un 30,5%.

SANDRA GUIARRO GALÁN

Parecía que lo estábamos esperando. La encuesta del CIS. Datos, estadísticas, una especie de ranking a "que gane el mejor." Pues bien, en esta ocasión, el ganador resultaría ser Tudanca, aunque si hablamos de líder, Alfonso Fernández-Mañueco se lleva la nota más alta. Duelo Partido Socialista - Partido Popular. Y en esta tesitura, ¿qué lugar les corresponde a los ciudadanos?



VENTA NUEVA

LA CASA DEL TORREZNO

Ctra N-122 Km.185 Calatañazor

975 183251

www.hotelventanueva.com

ENCARGUE SU MENÚ PARA LLEVAR





A nivel autonómico, entre las principales preocupaciones, el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) señala que la despoblación es el mayor problema de Castilla y León, con un 30,5%. El paro (18,1%) y la sanidad (8,7%) ocupan las siguientes posiciones de la lista. Con respecto a Soria, la encuesta otorga a la plataforma Soria ¡Ya! dos o tres procuradores. Noticia recibida "con agrado y con cautela",

según su cabeza de lista, Ángel Ceña. Sobre las apreciaciones ciudadanas, castellanos y leoneses en general, y sorianos en particular, parecen coincidir al mencionar sus preocupaciones cotidianas.

Arianny, estudiante y camarera de 20 años, hace referencia al empleo, especialmente al sector de la hostelería, para explicar que el paro es una realidad. Jesús, agricultor de 58 años, na-

Los últimos datos reflejan una tasa de paro del 6,99% en Soria, 200 menos que hace un año

rra con cierta tristeza y con algo de derrotismo, la situación que vive el campo, que paga mucho y recibe poco. Manuela, jubilada de 66 años, madre y abuela, pide a los políticos que apuesten

por Soria. Manuel, burgense afincado en Burgos, donde trabaja de funcionario, señala a los políticos y alude a que sean consecuentes de la educación y la sanidad, sin evadir los problemas.

Perfiles diversos, consideraciones diferentes, pero todas con ciertas sensaciones de que se necesita implicación, trabajo y esfuerzo para luchar contra la despoblación.

VIVIR 'A LO RURAL'

Los sorianos coinciden en que existe cierto desinterés político por los pueblos en riesgo de desaparición. La falta de iniciativas que ayuden a incrementar la natalidad

y logren hacer frente al descenso de población, a causa del envejecimiento, es una de las menciones que hacen los ciudadanos. Alegan necesitar mayores actuaciones en el ámbito sanitario y de la educación, apostar por la agricultura y la ganadería, facilitar el acceso al empleo y hacer frente a la despoblación. Sienten tristeza, algunos pena, otros rabia, pero muestran orgullo al pronunciar que son de Soria.

Manuela Filip Rodríguez, Casarejos

"Le dije a Mañueco que, por favor, miraran por los pueblos, que estamos desprotegidos"

"He sido ganadera de ovino toda mi vida y he trabajado mucho, pero entiendo que la juventud no apuesta por esto porque es muy esclavo y no es rentable", señala esta jubilada de 66 años, que ve la despoblación y el paro como los principales problemas del mundo rural.

Para Manoli, como le gusta que le llamen, los pueblos se encuentran desprotegidos, se cierran las escuelas, y los políticos tendrían que navegar en la profundidad para saber "lo que tenemos aquí". Precisamente, y como anécdota, cuenta que en una visita del actual presidente de la Junta a Casarejos, le solicitó que escuchara a los vecinos y que atendieran a las zonas en riesgo de despoblación. "Le saludé y le dije que, por favor, miraran por los pueblos, que estamos desprotegidos", asegura.

Si no hay un medio de vida ni ninguna iniciativa, los pueblos se quedarán vacíos



Para ella, "el problema viene de atrás y las cosas se tienen que prever, porque una vez se hunden cuesta el doble levantarlas", argumenta. Para esta habitante de la zona de Pinares, "se necesitan medidas que luchen contra el envejecimiento y apuesten por la natalidad".

Como madre de cuatro hijos alude a la necesidad de que los políticos "se acuerden de Soria" no solo en campaña electoral, porque "es una pena que después de tanta lucha queden cuatro vecinos habitando los pueblos".

Manuel Portela, El Burgo de Osma

"Me preocupa que a los políticos se les llene la boca con lo mal que lo hacen los demás"

Es natural de El Burgo de Osma, aunque actualmente reside en Burgos, donde ejerce como maestro desde hace algo más de diez años. A sus 35, Manuel no olvida su tierra, donde ve necesario que se apueste por la industria para atraer a la gente. "No hay intención política, faltan iniciativas, captar industria. Las infraestructuras tampoco son las adecuadas, todo suma", expone.

Como ciudadano de Soria, considera que se debería intentar que la gente vuelva a los pueblos, o que no se vaya de ellos. No obstante, cree que la ciudadanía es conformista y poco crítica. "La población, en general, no se para a pensar las cosas, solo escucha lo que quiere oír, vota y luego no se preocupa de si hacen o no hacen", argumenta.

La población, en general, vota al que dice lo que quiere oír y luego se desentiende



En cuanto a su opinión, Manuel alude a que la actuación política es determinante, y le alarma que a los políticos se les 'llene la boca' y no pongan soluciones efectivas. "Siempre es un 'voy a...' que no llega a buen puerto", dice. "Es fácil responsabilizar a los colegios de cómo está la educación, y a los médicos de cómo se encuentra la sanidad, mientras ellos se ponen medallas", añade. Votará por correo. Lo hará siendo consciente de que "la desinformación es una realidad" y que "todo es política".

ADQUIERA SU PLAZA Y PAGUE EN 24 MESES SIN INTERESES

EN EL CENTRO



DE **SORIA**

POR SOLO

14.424,99 €
en MARIANO GRANADOS

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

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

15.338,81 €
en EL ESPOLÓN

+21% DE IVA
TARJETA
DECREMENTAL DESDE
0,70€/HORA

UNIDADES AGOTADAS

RIOSA
dehesa*park

VENTA DE PLAZAS - 661 919022

NUESTROS PRECIOS NO CAMBIAN...
NO CAMBIAS DE APARCAMIENTO

(21% IVA incluido)
RECARGA MÍNIMA
ANUAL 100 €

ADMINISTRACIÓN
Y ATENCIÓN AL CLIENTE

EL DÍA A DÍA RURAL, PROBLEMA PARA LOS SORIANOS

Los ciudadanos, preocupados por los asuntos que repercuten en el mundo rural, como la sanidad, el paro y la subida de impuestos.

CAPITAL

PATXI VERAMENDI MORENO

La Asociación Alzheimer Soria tiene un compromiso firme con la investigación de las enfermedades de la demencia desde 2013, año en el que alcanzó un convenio de colaboración con la Fundación CIEN (Centro de Investigación de Enfermedades Neurológicas), para donar cerebros. En estos momentos, la asociación soriana cuenta con más de 60 donantes inscritos, y ya ha realizado 17 extracciones, entregadas al Banco de Tejidos de la Fundación CIEN. "Unas cifras que parecen pequeñas, pero que para Soria son relevantes e importantes", destaca la directora de Alzheimer Soria, Beatriz Aldea.

Este acuerdo es el primero y único de sus características -hasta ahora- que tiene CIEN, puesto que Alzheimer Soria gestiona y coordina todo el proceso de donación. Una tarea que abarca desde la captación de donantes a la extracción, que se hace gracias al apoyo de los tanatorios, y que requiere mantener una guardia permanente de 24 horas los 365 días del año, como ocurre con la donación de otros ór-

En estos momentos hay 60 donantes, y se han extraído 13 cerebros, un número relevante

PARA INVESTIGAR EL ALZHEIMER Soria dona cerebros

La Asociación Alzheimer Soria lleva desde el año 2013 comprometida con la investigación de esta enfermedad, gracias a un convenio de colaboración con la Fundación CIEN (Centro de Investigación de Enfermedades Neurológicas), todo un "orgullo para una provincia pequeña como Soria".



Actividades en el centro de día Gaya Nuño; y el presidente de Alzheimer Soria, Antonino Gómez, el director gerente y la responsable de Medio Ambiente y Responsabilidad Social de COPISO, Pascual López y Carmen Yagüe, y la directora de Alzheimer Soria, Beatriz Aldea.

FOTOS: MARÍA FERRER

ganos. Finalmente, es el Consejo de Bioética del Banco de Tejido el que decide donde va el cerebro donado, para continuar con los trabajos de investigación. Una de las donaciones de Soria fue al prestigioso Instituto Karolinska de Suecia, centro referente mundial de estudios médicos en neurociencia.

"Para una asociación pequeña, de una provin-

cia pequeña como Soria, sacar adelante este proyecto de trascendencia nacional e internacional es muy motivador. Por ello, la Asociación Alzheimer Soria está muy bien valorada por su compromiso y trabajo", señala su directora.

Explica que cuando la Fundación Reina Sofía, muy vinculada a la enfermedad del Alzheimer, consiguió declarar en

“Con la pandemia, un diagnóstico puede durar dos años, tiempo de inseguridad y frustración”

Acelerar la detección

Una de las principales reivindicaciones de las asociaciones de alzheimer de España es mejorar y agilizar la detección precoz de esta enfermedad y de otras demencias. Alzheimer Soria ha demostrado que un diagnóstico temprano permite actuar para conseguir una mayor calidad de vida. "Tenemos

pacientes que llevan más de 10 años con supervisión y tratamiento, con buena calidad de vida", señala la directora.

Explica que tienen un programa que facilita el diagnóstico a los médicos. "Tardan más de un año en diagnosticar el alzheimer -dos años ahora por el Covid-. Hay que agilizarlo".



Soria
Intramuros
Casco Viejo



Unión Europea
FEDER - Fondo Europeo de Desarrollo Regional



Una manera de hacer Europa
FEDER - Fondo Europeo de Desarrollo Regional

CAPITAL

Apoyo de la sociedad soriana

Solo el 40% del presupuesto de la Asociación Alzheimer Soria, que asciende a unos 700.000 euros anuales, lo cubren las aportaciones económicas de las administraciones públicas. Así lo ha señalado el presidente de la asociación, Antonino Gómez. El resto del dinero se consigue con las ayudas de empresas, colectivos y ciudadanos a título personal. La sociedad soriana es más solidaria y colaboradora de lo que se pueda pensar", subraya el presidente, "sensibilizada y preocupada por un problema que afecta a cada vez más familias sorianas".

Precisamente, en el momento de elaborar este reportaje, el director-

gerente de COPISO, Pascual López, y la responsable de la cooperativa de Medio Ambiente y Responsabilidad Social, Carmen Yagüe, mantenían un encuentro para conocer más de cerca el trabajo de Alzheimer Soria, a la que han agradecido el trabajo y el servicio que prestan a la sociedad soriana, también en el medio rural". COPISO es una de las empresas colaboradoras con esta entidad social.

"Estamos dando una servicio que, en teoría debería dar la administración, poniendo nosotros los recursos y los medios. Las instituciones públicas deberían apoyarnos económicamente más", apunta Gómez.



2011 el año internacional de apoyo a la investigación de esa enfermedad, "en la asociación nos animamos a apoyar esta faceta".

Ya trabajaba en el apoyo a los pacientes, en la ayuda a las familias, y en dar a conocer esta enfermedad a la sociedad soriana, indica Beatriz Aldea. "Pero nos faltaba colaborar en la investigación", resalta. "Empeza-

La asociación cuenta con tres centros de día (dos en Soria y uno en Ólvega) y dos talleres de estimulación

mos a ver qué podíamos hacer, y los investigadores nos decían que lo que les faltaba era materia prima, es decir, el tejido cerebral con el que investigar el Alzheimer y las diferentes variantes de demencia", añade.

"Entonces, dijimos que desde Soria podíamos ayudar, una provincia en la que hay tanta población mayor y tantos centenarios, con muchas

personas de más de 90 años que no tienen Alzheimer", recalca Beatriz Aldea.

"No podemos extrapolar conclusiones en clave soriana, con los estudios que puedan obtenerse con los cerebros donados desde la asociación, porque no se especifica su procedencia. Pero es un orgullo saber que Soria está ayudando a que se conozca mejor el Alzheimer".

UNOS 100.000 ENFERMOS DE ALZHEIMER EN ESPAÑA

No hay una base de datos exacta sobre el número de personas afectadas por Alzheimer, como ocurre con otras enfermedades.



El Alzheimer abarca el 60% de las demencias, pero se atienden todas

mer, que cada vez sufren más ciudadanos, una enfermedad propia de sociedades avanzadas en las que la esperanza de vida cada vez es mayor.

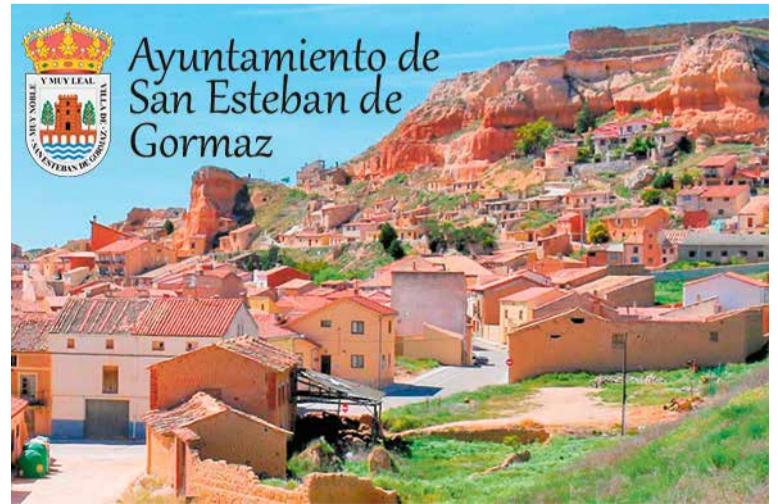
ESTADÍSTICAS

Al contrario de lo que ocurre con otras enfermedades, como puede ser el cáncer, no hay una base de datos fiable sobre el número de enfermos de Alzheimer en España y, por tanto, tampoco en Soria. Además, está la dificultad del diagnóstico. La existencia de varios tipos de demencia, o la idea de que la pérdida de memoria es algo 'normal' en una persona mayor, suponen un obstáculo a la hora de valorar la dimensión del problema.

Se baraja que unas 100.000 personas padecen alzheimer en España, teniendo en cuenta las probabilidades que consideran los expertos. Se valora que el 40% de los mayores de 80 años padece algún tipo de demencias. Un porcentaje que aumenta con las personas de más de 90 años.

Beatriz Aldea resalta que el alzheimer y las demencias son un problema de salud importante, que hay que valorar, y que requiere una atención adecuada por parte de la Sanidad, que debe tratar adecuadamente.

Dijimos que desde Soria podíamos ayudar, con tanta población mayor y muchos centenarios



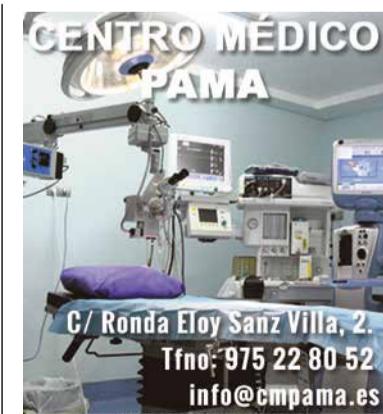
DEL 26 DE DICIEMBRE AL 26 DE FEBRERO 2022

E.Leclerc Soria

REBAJAS 50% descuento

EN TEXTIL, CONFECCIÓN Y CALZADO

*** BUSCA LOS ARTÍCULOS MARCADOS CON ETIQUETA ROJA**



**CENTRO MÉDICO
CMPAMA**

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

CERTIFICADOS MÉDICOS DE CARNET CONDUCIR Y PERMISOS DE ARMAS.
OTRAS ESPECIALIDADES: OTORRINOLARINGOLOGÍA, TRAUMA, GINECOLOGÍA, UROLOGÍA, PSICOLOGÍA, ANÁLISIS CLÍNICOS, FISIOTERAPIA

PROVINCIA

LA PRIMERA GRABACIÓN DE SORIA LLEVA SU NOMBRE

Teodoro de Miguel forma parte del club de los pioneros del cine soriano. "Fui el primero en grabar un homenaje de la Caja Rural".



Teodoro de Miguel nos abre la puerta de su 'templo' para la realización de este reportaje. Entrar en sus dominios y descubrir su tesoro es una experiencia única.

FOTOS: MARÍA FERRER

TEODORO DE MIGUEL Memoria viva de San Leonardo y su Paloteo

“Mágicas y celtíberas”, las Danzas del Paloteo han servido para forjar, a través de los siglos, la identidad de San Leonardo de Yagüe. A día de hoy siguen vivas gracias, entre otros, a Teodoro de Miguel. Su esfuerzo investigador y su infatigable labor de cronista resultan impagables.

■ ENCARNÁ MUÑOZ

San Leonardo de Yagüe puede presumir de mantener vivo un ritual que hunde sus raíces en la época celtíbera. Las Danzas del Paloteo forman parte de la identidad del municipio y, aunque en la actualidad parecen ligadas a la festividad de Las Candelas y San Blas,

constituyen un acto popular, con origen pagano y custodiado gracias al esfuerzo de los vecinos.

Teodoro de Miguel es ejemplo de ello. Este vecino supone todo un regalo para su pueblo, pues su pasión por lo propio le convierte en memoria viva de su tierra. Su esfuerzo investigador y su infatigable labor como

cronista resultan un tesoro que merece la pena conocer.

LA HABITACIÓN VERDE

Entrar en su lugar de trabajo es una experiencia. Una habitación verde se intuye detrás de varias estanterías, donde se almacenan centenares de cintas VHS y algunos DVDs. En ellos se alma-

cena el pasado reciente de San Leonardo de Yagüe, pues de Miguel ha dedicado la mayor parte de su vida a registrar con una cámara el devenir de la localidad.

Robaba algo de tiempo a su trabajo (primero en el campo, después en Norma y, por último, en su propia tienda de electrodomésticos) para aprender, por su cuenta, el arte audiovisual. Consiguió el título de operador de cine y fotografía, y recuerda los comienzos cuando todavía el cine era mudo y se grababa en películas de 8mm.

Ha elaborado más de 500 documentales y publicado dos libros con la historia de San Leonardo

“Estaba al día en todo y, en 1979, cuando salió la primera cámara que permitía registrar sonido e imagen me la compré”, cuenta con satisfacción. Un avance tecnológico que pesaba 40 kilogramos y le costó 480.000 pesetas de una época en la que “me hice con una casa vieja por 80.000”.

Ahora, con 88 años, sorprende comprobar cómo la tecnología sigue sin tener secretos para Teodoro de Miguel. Maneja con destreza sus cuatro ordenadores (explica que cada uno de ellos le permite unas fun-



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

#aislaresahorrar #exigeClimalit www.grupovinuesa.com

Soria 975 22 24 62/Navalcaballo 975 22 01 37



CLIMALIT PLUS®

La mejor marca para tu ventana



PROVINCIA



Teodoro guarda en su habitación verde documentos de valor incalculable. Su abuelo, uno de los recuperadores de las Danzas en 1929, le transmitió una pasión que quiso preservar a base de su información.



ciones), tiene un canal de YouTube y no le tembla la voz al referirse a términos que pueden sonar a chino para el común de los mortales.

Es un placer escucharle hablar y, más aún, cuando lo hace sobre ese tesoro que son las Danzas del Paloteo. Bailes que, no solo han quedado registrados para la posteri-

dad, sino que se conocen mejor gracias a su labor investigadora.

ORGULLO DE UN PUEBLO

Teodoro de Miguel explica que siete de las once danzas tienen reminiscencias celtibéricas porque "recuerdan los ritos guerreros que nuestros antepasados ofrecían a sus Díos para que los

EL RESURGIR DE UN RITO

Teodoro de Miguel cuenta, con orgullo, cómo fueron los vecinos de San Leonardo los que recuperaron un rito que se había perdido por la despoblación. "El año 1909 se dejó de bailar en San Leonardo por la fuerte emigración de los jóvenes del pueblo a América en busca de trabajo", señala. Un hasta luego que concluyó entre los años 1929 y 1930, cuando las Danzas del Paloteo fueron recuperadas por

un grupo de jóvenes de la localidad. Hubo algún cura ("Santiago Izquierdo", recuerda Teodoro) que intentó sacar los instrumentos de la iglesia, otros aspiraron a acabar con los bailes en la procesión, pero les fue imposible. Solo la Guerra Civil y el coronavirus (2021) consiguieron suspender un acto que es sagrado en el municipio. Teodoro pertenece a una familia en la que "todos hemos sido danzantes".

Él aprendió de su padre "todas las danzas y todos los palos" y, con los años, se convirtió en maestro de las nuevas generaciones. Expresa que danzar "es complicado y debes estar muy atento para no perder la precisión que requiere", pero considera que la mayor lección es que "el ser danzante es un honor, y esto se debe sentir y expresar danzando con seriedad y respeto".

“Siempre he inculcado que hay que danzar con seriedad y respeto. La concentración es vital porque los palos son milimétricos”



malos espíritus (adversos a la ganadería, bosques y labrantes), huyeran". Las cuatro restantes, "fueron importadas gracias a un intercambio cultural", por los carreteros en sus viajes Duero abajo, por las provincias de Palencia, Valladolid, León, Zamora y Salamanca", añade.

Con el paso de los años, la evolución no solo afectó al cambio de las espadas por los actuales palos. Fue un cortesano quien decidió renovar la vestimenta pastoril originaria e imponer la actual goyesca. También se modificó

la ubicación, pues antiguamente las danzas se ejecutaban en el campo, cantadas por las bellas mozas serranas, al son de dulzaina y tamboril. Además, inicialmente se ofrecían en honor de la Virgen del Rosario (7 de octubre), pero se trasladaron a los días 2 y 3 de febrero para contar con la presencia de todos los carreteros.

DANZAS ÚNICAS

Continúa Teodoro su clase magistral refiriendo que cada una de las once danzas dispone de su propia letra y música.

Se diferencian entre sí "por el ritmo, pasos, variante de los danzantes y sus giros, acosos, huidas y ataques; y por los objetos que utilizan y entrecasan". Pues además de palos se pueden ver casañuelas y corbeteras.

El grupo lo forman ocho danzantes, dos "bufones o bobos", dos abanderados, un gaitero (a veces dos) y un tamborilero. Cada danzante recibe su palo (puesto en el grupo) por herencia y lo cede ("cuando la edad o la condición obligan") en favor de familiares o amigos.

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



- * Residencia Fuente del Rey (Soria)
- * Residencia Manuela (Soria)
- * Residencia Latorre (Soria)
- * Residencia El Palacio (Víñuela)
- * 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)

MI PUEBLO

ENCARNA MUÑOZ

Fidel Soria y Cabrejas del Pinar forman un matrimonio tan bien avenido que supera las bodas de plata, aunque con un breve periodo de descanso. Soria cumplirá el próximo mes de junio 23 años consecutivos como alcalde del municipio pinariego. "A estos hay que sumarles otros cuatro, en los que fui alcalde después de las primeras elecciones democráticas", explica el regidor cabrejano. Toda una vida al frente del Consistorio e influyendo en las rutinas de unos vecinos que demuestran que su confianza en él está más allá de siglas políticas.

Para Fidel Soria, los años se traducen en experiencia: "Yo ahora sé lo que necesita cualquier persona que entra en el ayuntamiento antes incluso de que comience a hablar. Eso solo se puede aprender estando aquí todos los días", refiere.

Conoce las necesidades de sus vecinos, y sabe que el dinero público debe servir para hacer su días más sencillos. Este es el motivo por el que cada año se hacen malabares con los 750.000 euros del presupuesto y las subvenciones, que llegan de las distintas administraciones para "adecantar las calles, mejorar los servicios en el polígono industrial o ampliar las instalaciones deportivas, por ejemplo", expresa.

CUIDANDO EL DEPORTE

La contribución de los Planes Provinciales de la Diputación sirvió en 2021 para dotar al municipio con una nueva pista de pádel, que se ha estrenado recientemente. Esta

EXPERIENCIA DE GESTIÓN AL SERVICIO DE LOS VECINOS

Cubrejas del Pinar

es un municipio "con todos los servicios" que, cada año, trabaja para mejorar la vida de sus habitantes. Este 2022 promete muchas y necesarias intervenciones.

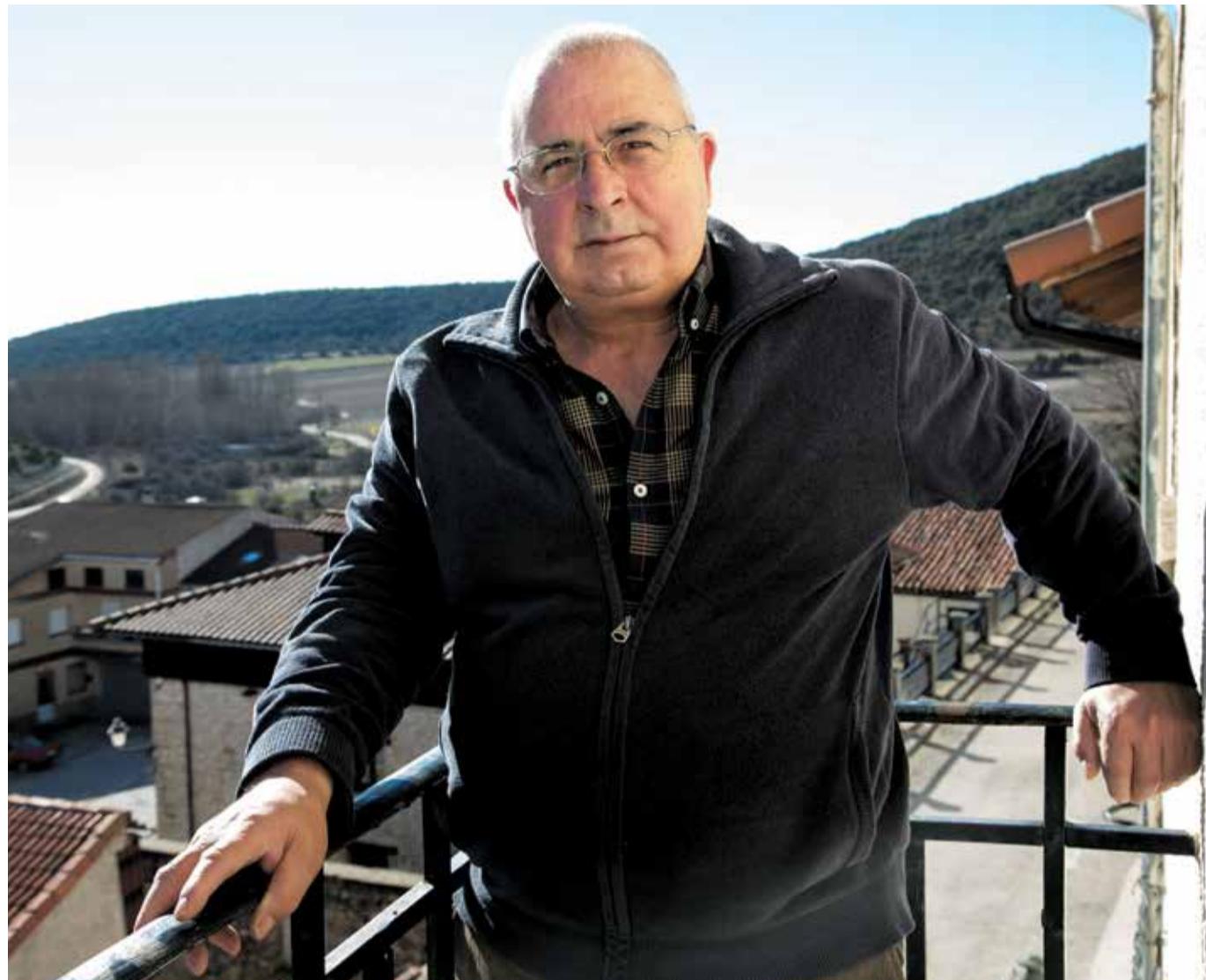


1. Cabrejas del Pinar es un municipio y también una localidad de la provincia de Soria, que se emarca dentro de la comarca de Pinares.

2. Destacan las ruinas de su castillo y muralla urbana, la elegante iglesia de San Millán, o la monumental ermita de la Blanca, donde se celebra una multitudinaria romería.

3. Discurre por este término el Camino de Santiago de Soria, también llamado Castellano-Aragonés.

supuso la inversión total de unos 60.000 euros, pues a los 15.000 euros (financiados al 50% entre la institución provincial y la local) que sirvieron para la obra de explotación del terreno y las cimentaciones, hay que sumar otros 16.000 euros financiados íntegramen-



El pueblo tendrá un foco deportivo y cultural junto a las piscinas y la pista de pádel

te por el Ayuntamiento de Cabrejas del Pinar para la construcción de la pista propiamente dicha. Además, 30.000 euros (pagados entre Diputación, Ayuntamiento y Junta) permitieron el acondicionamiento de los accesos a la instalación, con una calle pean-

LA MADERA ALIMENTA A CABREJAS DEL PINAR

Soria agradece que haya "recuperado" su precio. En 2021 una cota extraordinaria sirvió para comprar la parcela de la pista de pádel.

tonal y un aparcamiento para coches que "facilitará los estacionamientos en lo que será un área deportiva completa", refiere el regidor.

Además, el uso será "más que sencillo", pues se modificaron las ordenanzas para permitir el cobro a través de una

aplicación móvil. "Aportando los datos personales se podrá reservar la hora, abrir las puertas y jugar sin tener una persona del Ayuntamiento pendiente", apunta.

MÁS INSTALACIONES

Esta pista de pádel se ubica en una parcela de 1.500



MI PUEBLO



LA RUTA 'DE LAS CABRAS', TODAVÍA MÁS FAMOSA

Completa el potencial turístico de Cabrejas del Pinar con una opción que une naturaleza, tradición, historia y arquitectura.



A la izquierda, un mural recuerda el bicentenario de La Blanca en el centro de Cabrejas. Abajo, la nueva pista de pádel aguarda mejores temperaturas para la práctica deportiva. FOTOS: MARÍA FERRER

346

20

750

Según los datos publicados por el INE a 1 de enero de 2021, el número de habitantes en Cabrejas del Pinar era de 346, seis habitantes menos que en el año 2020.

Cubrejas contaba con 20 empresas activas en 2020. El motor económico es la madera, y en su polígono industrial trabajan un centenar de personas.

El presupuesto anual de Cabrejas del Pinar ronda los 750.000 euros. Es "prácticamente igual" que el anterior ejercicio, y dedica la partida más importante a Personal.



UBICACIÓN ESTRATÉGICA PARA EL TURISTA

Cubrejas del Pinar es un municipio más que privilegiado. Su patrimonio natural esconde auténticos tesoros, y los últimos meses han servido para comprobar que la explosión turística es más que una realidad. Dentro del término se ubica

la reputadísima Fuentona, un bello monte de sabinas, El Enebral, y el ahora tan de moda Chorrón. Además, ofrece una ubicación privilegiada para iniciar excursiones a la Laguna Negra, el cañón del Río Lobos o el entorno de Calatañazor. Un lujo asequible.

metros cuadrados que se adquirió por 100.000 euros el año pasado, y pretende servir como epicentro deportivo y cultural del municipio. "Creo que es una buena compra porque está situada al lado de las piscinas y del bar-restaurant, el lugar idóneo para la práctica deportiva

Cubrejas ha convencido al Gobierno para que apruebe las obras en su acceso

y para pasar un día entre amigos o familiares", expresa el primer edil.

En la misma parcela se ubica una nave de 600 metros cuadrados que se convertirá en un salón de usos múltiples para "tanto actividades deportivas como culturales", asegura Soria. La intención es apoyarse en los Planes Provinciales de este 2022, y el Ayuntamiento ha solicitado "que esta se considere obra bianual y lleguen los 150.000 euros que hemos pedido", afirma Fidel Soria. Con este dinero se acondicionará el tejado, que actualmente es de chapa de uralita, se arreglará la estructura,

y se ejecutarán la solera y unos aseos.

Además, la Junta de Castilla y León ya ha comprometido una partida de 30.000 euros para rehabilitar las paredes interiores.

LA MÁS ESPERADA

Sin menoscabar las inversiones ya mencionadas, Fidel Soria no duda en calificar la mejora del acceso a la localidad como "la obra más importante de los últimos años". Se muestra orgulloso el alcalde de Cabrejas del Pinar de haber conseguido poner de acuerdo a Gobierno, Junta y Ayuntamiento

para suscribir un convenio y mejorar la entrada al pueblo con dos carriles de desaceleración y una rotonda.

Esta intervención no se llevará a cabo, como se solicitaba en primera instancia, en el acceso que se encuentra frente al polígono porque "la ley obliga al propietario del polígono a hacerse cargo de las obras en los accesos". Por ello, se ha decidido modificar el acceso que se ubica junto al cementerio. "Es una entrada muy peligrosa, sobre todo para camiones, porque sus dimensiones les obligan a hacer un giro de casi 180 grados e

invadir para ello el carril contrario", explica Soria.

Este convenio a tres partes se firmará "a corto plazo", y la ejecución se plantea "sencilla", por lo que el problema podría quedar solucionado "pronto".

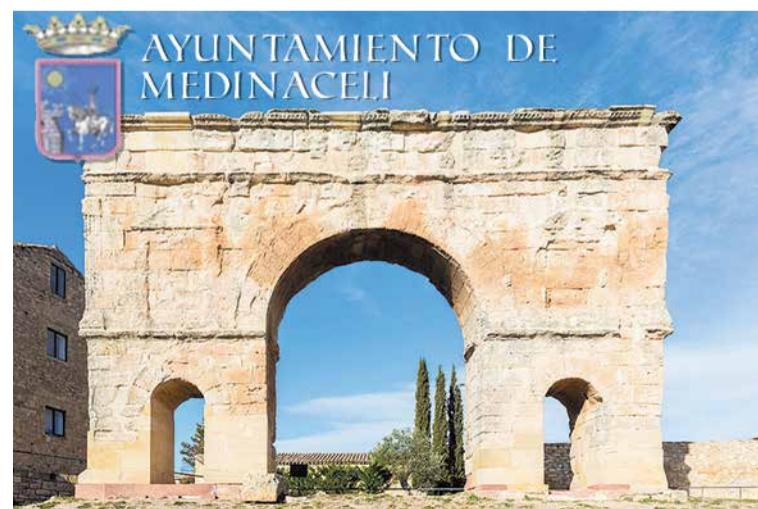
MÁS FAMILIAS

Cubrejas del Pinar dispone de un polígono industrial que da empleo a un centenar de personas, una cifra más que importante teniendo en cuenta que el municipio cuenta con 346 vecinos empadronados. Fidel Soria presume de que "aquí no hay paro", pero también es consciente de que hay aspectos que se podrían mejorar. "La restauración es nuestro talón de Aquiles", reconoce el alcalde, a la vez que afirma que el objetivo de la Corporación debe ser "buscar la forma de explotar el bar de la tercera edad".

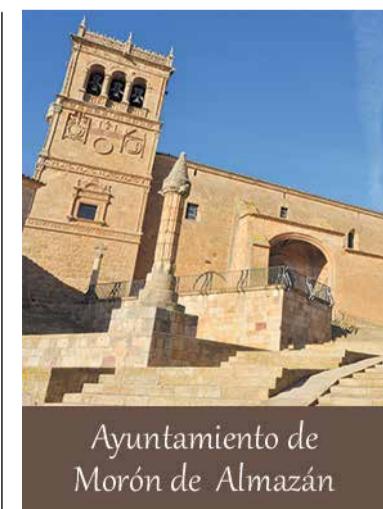
Está previsto "sacar a licitación" la recientemente adecuada Casa del Médico. Soria es partidario de que sea "un autónomo quien la gestione como casa rural". Así, continúa el regidor, "quizás llegue una familia que complementemente un sueldo con esta otra opción". Un proyecto vital que podría ampliarse con el restaurante de las piscinas, cuyo contrato se revisará en el próximo pleno.



Ayuntamiento de Olvega



AYUNTAMIENTO DE MEDINACELI



Ayuntamiento de Morón de Almazán

NOTICIAS

MURIEL ESTALLA ANTE LOS PROBLEMAS SANITARIOS

El Ayuntamiento de Muriel de la Fuente alza la voz porque el médico solo atiende con cita telefónica y la cobertura es pésima



Ermita de San Cristóbal, en Covaleda. /María Ferrer.

Covaleda cumple con la OMS

El municipio decidió en pleno la formación de un comité asesor para avanzar en las pautas que marca la red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores.

ENCARNA MUÑOZ

El último pleno del Ayuntamiento de Covaleda sirvió para comprobar que, el municipio, continúa avanzando en su objetivo de convertirse en un lugar más agradable donde vivir, también para los mayores.

Después de que la Organización Mundial de la Salud declarase a la localidad como Ciudad Amigable con las Personas Mayores, ahora es el

momento de cumplir las pautas que marca el organismo para mantener la certificación durante los años sucesivos.

La primera de ellas es "dar forma a un comité asesor, para analizar qué actuaciones se pueden desarrollar en este sentido y cuál es su prioridad, es decir, dar forma a un plan estratégico completo", explica José Llorente, alcalde de Covaleda. Este, tal y como se decidió en pleno, estará compuesto

por tres miembros de la Asociación de Amas de Casa, tres miembros de la Asociación de Jubilados y tres concejales del Consistorio covaledense.

Entre las acciones, se contempla la creación de un centro de día, edificios accesibles, más calles peatonales y más parques para niños y adultos. Intervenciones que requieren unos fondos que superan, con creces, el presupuesto municipal.

El pueblo necesita 1,6 M€ para la primera fase del proyecto. La segunda contempla una residencia de mayores

La intención del equipo de gobierno es que el Gobierno les eche una mano. Para ello, han presentado el proyecto 'Covaleda, un pueblo para vivir' a las manifestaciones de interés convocadas por el MITECO

PUEBLO PARA VIVIR
Este se concreta en 1,6M€ para lo ya mencionado e ir un paso más allá. "Queremos rehabilitar alguna vivienda para que los mayores no se

vean obligados a abandonar sus casas. Por ejemplo, sustituyendo la bañera por plato de ducha o ampliando las puertas para que pueda pasar una silla de ruedas", expresa Llorente. También se contempla la contratación de cuidadores para atender a estas personas en sus hogares. "Habrá que concretar la gestión de esos puestos de trabajo, y el mantenimiento de los servicios", añade.

'Covaleda, un pueblo para vivir' también contempla una segunda fase con la construcción de una residencia de mayores. La forma de cerrar el círculo y atender a todos los vecinos en cualquier etapa vital.

SAN LEONARDO DE YAGÜE (Soria)

NATURALEZA #DEPORTE #GASTRONOMÍA

Y MUCHO MÁS...

¡Saca la magia de tu interior!

www.sanleonardodeyague.es

Ayuntamiento de Arcos de Jalón

DE LA VILLA DE SORIA

TIERRAS DE BERLANGA
Belleza y realidades

Ermita de San Baudilio

SORIA

TIERRAS DE BERLANGA
Belleza y realidades

Ermita de San Baudilio

SORIA

NOTICIAS



Firma del convenio por la digitalización de la Soria rural.

Unión por el apoyo digital a los mayores

Caja Rural y Soriactiva pretenden impulsar la transformación digital en las zonas rurales fomentando el uso de tecnologías.

■ SN

Caja Rural de Soria y su Fundación Soriactiva, conscientes de la importancia de impulsar y apoyar al medio rural, han firmado un acuerdo de colaboración con La Exclusiva y Luis Mundo Digital, con el objetivo

de revertir el desconocimiento del uso de nuevas tecnologías, al que se enfrentan las personas mayores residentes en las zonas rurales escasamente pobladas, aisladas y mal comunicadas de la provincia de Soria.

Todas las partes coincidieron en que se debía

reforzar y ayudar a las personas en materia de digitalización doméstica, con el fin de evitar la exclusión financiera, como ya está haciendo Caja Rural de Soria, manteniendo 36 oficinas abiertas totalmente al público con presencia física en sus oficinas.

El Jueves Lardero también se festejará fuera de Soria

La Diputación de Soria suma su apoyo a esta iniciativa de la Casa de Soria en Valencia incorporándose como colaborador institucional.

■ SN

El próximo 24 de febrero los sorianos en el exterior volverán a difundir el patrimonio cultural y gastronómico de Soria celebrando el Jueves Lardero. La Casa de So-

ria en Valencia reinventó la celebración en 2021, obligada por el Covid, repartiendo packs de productos sorianos por todo el país. Este 2022 la fiesta volverá a ser virtual (salvo escasas excepciones). Los packs incluyen

el tradicional chorizo y lomo de Cárnica Hnos. Giaquinta, huevos camperos La Cañada Soria, Torreznos de Soria, Mantequilla de Soria, y la novedad de las patatas fritas selectas Martirelo de Añavieja.

La Diputación mantiene la intención de generar riqueza con los residuos

Benito Serrano asegura que hay "varias empresas" con "diferentes tecnologías" interesadas en la gestión del Centro de Tratamiento de Residuos (CTR) de Golmayo.

■ ENCARNA MUÑOZ

La Diputación continúa estudiando una nueva opción de tratamiento para los residuos que actualmente se gestionan en el CTR de Golmayo. La intención de la institución es reducir el coste de un servicio, que supera los 1,2 millones de euros anuales, y si en un momento se contó con la meriólisis, tecnología que prometía transformar la basura en energía eléctrica, ahora se han ampliado las opciones con "más empresas que nos han transmitido su interés", asegura Benito Serrano, presidente de la Diputación.

Actualmente, el contrato con la empresa que lleva la gestión del CTR (Centro de Transmisión de Residuos) lleva varios años paralizado y la intención de la Diputación

es volver a sacarlo a concurso público.

Serrano puntualiza que "se está trabajando con todas las posibilidades", para conseguir un pliego "lo más ventajoso posible tanto para esta casa como para el Ayuntamiento de Soria". Además, se tratará de conseguir "el apoyo de los fondos europeos".

Serrano aclara que la opción de la meriólisis no está descartada. Los planes de la empresa que contactó con la institución pasaban por el vaciado de los cuatro vaños que forman el CTR de Golmayo, para abrir nuevas instalaciones en el PEMA de Garray. La Junta de Castilla y León requirió informaciones para comprobar sus homologaciones y "no ha habido novedades", por lo que se abre la participación de marcas con "diferentes tecnologías".

NOTICIAS BREVES

Transporte rural gratuito

El área de Soria Rural se adhiere al Bono de Transporte Rural Gratuito con 18 rutas, que acercan 42 municipios.

Diputación y la Vía Verde

Serrano asegura que "la única solución" es que la Diputación se haga cargo del mantenimiento de la Vía.

Más viviendas en Ólvega

El Consistorio olveguino ha iniciado contactos con la Junta para "construir vivienda en régimen de alquiler".

Permisos micológicos

Ya están a la venta los permisos para coger setas en 2022 dentro del Parque Micológico Montes de Soria.

Solución para San Román

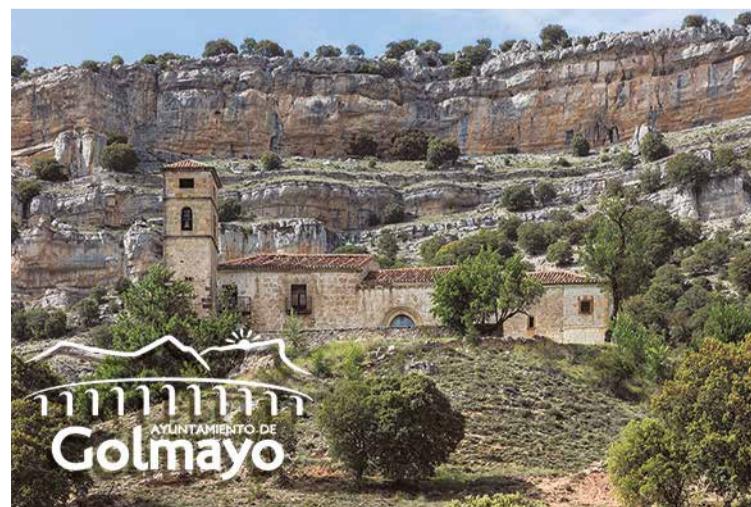
San Leonardo de Yagüe reclama más agilidad y una solución para el 'yacimiento' de San Román.

Reunión por el agua

Golmayo se ha reunido con la Junta para insistir en la necesidad de la concesión de agua para ampliar su polígono.



Los packs de productos sorianos tienen lo mejor de la gastronomía de la tierra.



ENTREVISTA

RECONOCIMIENTO EUROPEO PARA LA OID

La Red Europea de Desarrollo Rural aceptó su integración como participante activo en el Grupo Temático sobre Revitalización Rural.

ENCARNA MUÑOZ

El reto demográfico podría haber encontrado, después de décadas analizando la cuestión, un enfoque definitivo. Desde la Oficina de Innovación contra la Despoblación (OID) defienden que debe buscarse una solución conjunta. Consideran que Soria tendría que enfocarse en encontrar factores diferenciales competitivos, y potenciarlos con ilusión y concepto de comunidad. Lo explica Miguel Broto, un oscense que llegó a Soria por motivos laborales y, ahora, se desvive por su salvación.

La OID se presentó en junio de 2021 como una organización supramunicipal que gestiona ayudas destinadas a paliar la despoblación. ¿Esto qué significa?

Es una entidad de colaboración, creada entre la Diputación y la Universidad de Valladolid, cuya meta es generar un instrumento que permita a la provincia de Soria, a toda ella, desarrollarse y luchar contra la despoblación de un modo innovador.

“La única manera que tiene Soria de superar los retos pasa por la innovación de un modo colectivo: sumar los esfuerzos de todos y generar ilusiones”

Miguel Broto

CAMBIO EN LA LUCHA POR LA REPOBLACIÓN

La Oficina de Innovación contra la Despoblación pretende incluir la ilusión y el concepto de comunidad en la lucha contra una lacra que sangra la provincia. Su responsable alerta de que la situación es "peor de lo que todos imaginan", y pide a los políticos un cambio de mentalidad que "resultará vital para Soria".



Muchos habíamos entendido que la función de la OID era meramente administrativa. Que se trata, de forma resumida, de una entidad de apoyo a los ayuntamientos en diferentes trámites y gestiones.

El trabajo no es en absoluto administrativo, nos servimos del I+D+i. Esto puede sonar muy pedante pero se traduce en investigación, innovación y desarrollo. Primero analizamos el problema y diseñamos las soluciones al mismo. Cuando ya

tenemos esto tratamos el impulso, la gestión y la dirección de esas mismas soluciones. Por supuesto, también está la ilusión.

Necesito que concrete un poco más.

Ahora estamos intentando obtener más información del territorio para entender mejor cuáles son los problemas, porque se ha hablado mucho sobre despoblación, pero se sabe mucho menos de lo que se cree. Nosotros pensamos que se deberían descartar las soluciones específicas y

abordar la cuestión de modo colectivo, global.

Soria es un caso atípico, y la única manera que tiene de superar los retos es la innovación de un modo colectivo. Integrar los esfuerzos de la provincia y conducirlos en una dirección. Es decir, sumar esfuerzos y generar ilusiones.

Dice que el caso de Soria es único, ¿por qué?

Porque se sale de todos los registros. Aquí no existe la actividad económica y social como en otros territorios.

La población activa del medio rural soriano es baja y se reducen las interacciones económicas

El medio rural soriano tiene menos de 50.000 habitantes. La población activa ronda las 20.000 personas, y el número de interacciones económicas es muy reducido. Por ello, cualquier cosa que se intenta difundir lo hace a una velocidad lenta y, muchas veces, se corta antes de llegar al destino. Buscas gente para colaborar y no la encuentras.

Esta es una de las razones por las cuales no se puede afrontar la situación individualmente. Se puede trabajar en llevar una empresa de 500 em-

SRC
SORIA RENT-A-CAR

245 € / MES + IVA

RENTING GRUPO C

35 € / DIA + IVA

ALQUILER GRUPO C

P.I. LAS CASAS C/C Nave 2 - 42005 SORIA - Telf.: 606 70 70 69

EMBUTIDOS LA MATANZA

EMBUTIDOS ARTESANOS SORIANOS DE ALTA CALIDAD

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

975 25 22 12

Campsas
gasoleo
REPSOL

GAS home

GAS home

Pol. Ind Las Casas
C/ R Parc 294

975 23 08 53

ENTREVISTA



Fuentecantos es una de las localidades que participa del proyecto presentado a los DUS 5000. Miguel Broto confía en el futuro de este y del resto de municipios.

FOTOS: MARÍA FERRER

La intención con los DUS 5000 es convertir a Soria en referente sostenible

pleados a un municipio y ese pueblo tendrá 500 habitantes más, pero no se habrá superado la situación de desamparo demográfico. Hay que generar, y para eso estamos nosotros aquí, las ventajas competitivas diferenciadas que consigan que la gente quiera venir y quiera vivir, que es realmente lo importante.

Diferenciarse. Suena sencillo, pero supongo que no será así.

No es fácil, ahí está la gracia. Además, también deben identificarse y po-

tenciarse esos elementos de competitividad diferencial de modo colectivo, es decir, unir los de varios sitios en un paquete, porque un único elemento tampoco consigue que un lugar sea atractivo. La gente no va a mudarse a Soria porque la luz sea más barata, pero si lo es y, además, la educación es buena, la sanidad también y, por ejemplo, hay un ambiente de innovación, quizás si se encuentre la ilusión de generar cosas nuevas.

Hablando de una luz más barata, para conseguirla han presentado una solicitud a los DUS 5000. Una petición peculiar para unos fondos europeos.

Sí. Elegimos los DUS 5000 porque creemos que con su ayuda podemos diferenciar a Soria. Pensamos que el medio rural no tiene que ser solo un campo de patatas. Pretendemos que Soria se

identifique como una vanguardia, y vamos a empezar por la transformación energética con la estrategia de conseguir la sostenibilidad y una energía a un precio ya no asequible, también previsible, que tal y como está el mercado parece importante.

Aparentemente, el proyecto consiste en poner placas fotovoltaicas, pero la realidad va más allá, incluye generar un modelo energético que no se está aplicando en ningún sitio y puede convertir a Soria en referente.

En el proyecto se engloban 300 actuaciones en 181 de los 183 municipios sorianos. Se anunció como una red que transformará toda la provincia, pero lo más llamativo es que se incluyen los factores emocionales.

Soria no ha pedido dinero simplemente porque toca pedir dinero. Estoy

Soria está en una situación dramática. El proceso es lento pero irreversible. Lleva a la despoblación completa de la provincia

un conjunto. También tenemos la voluntad firme de llevarlo a cabo, sea con ayuda de otras instituciones o sin ella. Por eso es importante que la gente se sume a la voluntad. Queremos que los sorianos estén ilusionados, y si quitamos esto hay pocos motivos.

¿Soria y los sorianos tienen pocos motivos para el optimismo?

No vamos a engañar a nadie. Estamos en una situación dramática, peor de lo que creemos, y la mayor parte de la gente no se da cuenta. En muchas partes del territorio la situación es terminal, un curso irreversible. Hemos comprobado que el proceso demográfico se dirige a la concentración, y es un modelo que lleva a la despoblación completa de toda la provincia en pocos años. Ahora se salva la capital porque absorbe de otros pueblos pero, ¿qué sucederá cuando ya no quede de nada que absorber?

Además, aunque en muchas localidades todavía queden habitantes, no se trata de población activa y no generan recursos, proyectos ni ilusión.

Por ejemplo, Pinares. Es una zona económicamente potente desde siempre y se está yendo a pasos agigantados. Allí todavía hay mimbres, por eso es un objetivo principal de la OID.

Pero ustedes confían en que sí existe una solución. ¿También para las localidades más pequeñas?

No damos nada por perdido, precisamente por ese diseño en red. Creemos en que los recursos deben ser sistémicos y repartirse como el agua por la arena, por todo el territorio. Un pueblo vacío funcionaría como un tapón que dificultaría el desarrollo de los demás. Consideramos vital crear comunidades de sentido social y económico, no desarrollar un pueblo y abandonar otros. El término comarca adquiriría sentido, pero debe estar bien entendida. No importa que una empresa vaya a un pueblo, porque mejorará al de al lado.

Hay que entender que solo nos podemos salvar si se salvan los demás. Nadie sobrevive solo en el desierto. Si todos los pueblos de tu alrededor se vacían, te acabarás yendo también del tuyo.

Todos debemos entenderlo, pero especialmente deberían hacerlo los políticos.

¿Dejar de competir y comenzar a colaborar?

Los políticos deben entenderlo y participar porque si no funciona, no hay solución. No obstante, somos optimistas. Con la creación de la OID La colaboración ha mejorado muchísimo. Esta herramienta está sirviendo y la situación es de esperanza.

La OID está mejorando la colaboración con la clase política, que "debe implicarse"

SORIA TIERRAS DE ALMAZÁN
La historia que no cesa

Plaza Mayor de Almazán. Alfonso Rodríguez

SORIA 

975 18 38 44 / 673 31 97 94 C/ Santiuste 13. CP 42240 info@elcielodemadinaceli.com 94

EL CIELO
de Medina Celi
RESTAURANTE GALERIA

Como en el cielo. en ningún sitio

SORIA 

Avenida Valladolid. N°8, Entreplanta (Soria)

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

PIES EN EL SUELO A PESAR DEL LIDERATO CONSEGUIDO

Tras el derbi frente al Río Duero, el Sporting se colocó líder de la categoría, aunque con algún partido más que sus rivales directos.



SPORTING SANTO DOMINGO

Un futuro muy prometedor

■ PEDRO LAFUENTE MIÑANA

El deporte femenino sigue alcanzando cimas y superando obstáculos inimaginables hace unos cuantos años, y Soria es un claro ejemplo de ello. Cada vez hay más niñas practicando diferentes disciplinas, y demostrando el por qué la ciudad está considerada como una de las más deportivas del país.

En esa situación, el Sporting Santo Domingo está trabajando paso a paso para convertirse en un referente del voleibol

en su primer año de existencia, el senior femenino del Sporting Santo Domingo tiene el objetivo de crecer, para alcanzar metas más ambiciosas en próximas temporadas.

femenino de la provincia. Para lograrlo, el club ha recuperado después de muchos años al equipo senior, que compite en 2º Autonómica bajo las órdenes del entrenador, Daniel González.

EQUIPO EN CONSTRUCCIÓN
El técnico soriano, que siempre ha estado vinculado con este deporte,

en el Numancia, Santo Domingo y Sporting, explica cómo están siendo los primeros meses de vida del equipo: "Estamos viviendo un periodo de adaptación a la categoría y al equipo. Actualmente contamos con 20 jugadoras que apenas habían jugado juntas, por lo que tenemos que formar un buen grupo y seguir creciendo".

Con este contexto, González manifiesta que es muy difícil hablar de ascenso, "ya que hemos visto que hay rivales que juegan conjuntamente mejor que nosotras, a pesar de que podamos tener mejores individualidades". En esa dirección, el entrenador indica que su objetivo es "quedarse lo más arriba posible, formar buen equipo para la próxima temporada, y que se afiance la estructura del equipo para ser referentes dentro de la cantera".

En la misma línea analítica sobre los puntos a

“Queremos seguir creciendo, afianzando la estructura del club y convertirnos en un referente para las niñas de la cantera”

mejorar, la capitana del Sporting Santo Domingo, Sara Carnicero, se muestra consciente de las limitaciones del equipo: "Según avanza la liga vemos rivales muy fuertes con muchos años de experiencia. Les intentamos plantar cara, pero es complicado".

A pesar de esas adversidades, la capitana es optimista y afirma que la mezcla de juventud y veteranía (hay jugadoras desde los 18 años hasta los 36) "nos aporta cosas increíbles para formar un equipo que, con

Por sabor y calidad, elige Soria



Cañada Real

EL NÁUTICO

RESERVAS 677130562

El Náutico, como siempre... donde siempre

La laguna negra... Punto de nieve Santa Inés... Urbión... La Virgen del Castillo...

Visítalos y víztalos

Menú 15€ Comida tradicional Trato familiar



EDUJI PROTECCIÓN LABORAL

25 años de experiencia

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

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

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

DEPORTES



Entrenador, Diego González, y capitana, Sara Carnicero, coinciden a la hora de hablar del reto de esta campaña. Ambos señalan que "nuestro objetivo debe ser acabar la temporada con la sensación de haber crecido y con ganas de volver dentro de cuatro meses, con la convicción de que la estructura se ha afianzado".

FOTOS: MARÍA FERRER



el paso del tiempo, se compenetrará más para poder luchar por metas importantes".

Con ese reto en mente, tanto entrenador como capitana señalan que esta segunda vuelta la plantilla debe mejorar en el aspecto táctico, "siendo más ordenadas, teniendo mayor fortaleza en el bloqueo y en defensa, y continuando la mejora en la parcela ofensiva, en la que ya estamos realizando un buen trabajo".

DIFICULTADES

Dentro de esas facetas en las que el equipo debe mejorar, el cuerpo técnico encabezado por González, pone en relieve las dificultades que tiene para realizar la convocatoria cada fin de semana: "Normalmente un equipo tiene 14 jugadoras y nosotros tenemos 20. Siempre intentamos que no se queden sin convocar las mismas, ya que además somos amigos o conocidos de la mayoría, pero en estos momentos lo que queremos es competir".

En ese sentido, el técnico del cuadro rosa expresa que "aunque intentamos que todas estén a gusto, seguramente nos equivocaremos con algunas jugadoras porque todas quieren jugar".

En esa labor, el papel de la capitana, Sara Carnicero, es fundamental. La receptora del combinado soriano indica que "siempre intento que todo el mundo esté contento, que nadie tenga la cabeza baja y doy ánimos a todas las compañeras". Con ese trabajo del cuerpo técnico y de Carnicero, las pupilas que forman el equipo manifiestan una ilusión muy grande y una implicación

UNA CAPITANA GUERRILLERA AL MANDO

Carnicero explica que lo que más le gusta hacer en pista es defender, luchando por todas las bolas, no dando ninguna por perdida.

Igual, una solución para jugar todas es crear un segundo equipo el próximo año en la misma categoría

tendríamos que plantearnos sacar una buena estructura de base, porque a la larga podríamos tener un equipo muy bueno en Primera y alcanzar cotas muy altas. Las bases se están formando y están siendo perfectas en ambos clubes".

Sobre los dos equipos y el derbi que les enfrentó, González se desmarca del clima ansioso que le rodeaba "porque estoy un poco cansado, ya que lo único que pensábamos es que iba a ser un partido más con competencia sana". Por su parte, la capitana se mantiene en la misma línea que el mister, aunque afirma que "fue muy ilusionante ganar por 3-0 a Río Duero".

AFICIÓN

Con todos estos retos por delante, y con la cantera impulsando desde abajo, el club cuenta con otro pilar fundamental en su línea de crecimiento: una afición incondicional.

A estos fieles que llenan el pabellón de Los Pajaritos, González les transmite su agradecimiento "porque estamos encantados de contar con vosotros y con el apoyo incondicional de la Sección 12", mientras que Carnicero expresa que no se esperaba ver ese ambiente jugando como local, y "eso, aunque nos hacer jugar con más responsabilidad, es un chute de ilusión".

Esta mezcla de ambición, cantera y afición hacen del equipo senior femenino del Sporting Santo Domingo un conjunto con un futuro prometedor. La meta del ascenso todavía es lejana, pero con el trabajo de todos cada día estará más cerca.

**CONSTRUCTO, S.A.**



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



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



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



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



Limpiezas de:
garajes
oficinas
moquetas
alfombras
tapicerías

+34 646 19 21 32



LA RUTA

Castroviejo, paraíso de cascadas y cuevas

Atravesaremos un desfiladero para alcanzar un mirador único

Calzado de montaña, palos para andar y ropa de abrigo son imprescindibles para poder llevar a cabo esta ruta.



En esta propuesta viajaremos hasta Castroviejo, para recorrer alguno de los rincones más espectaculares de la provincia. Durante el trayecto podremos disfrutar de las cascadas de la Chorla y la situada en la cueva de la Serena, nos adentraremos en un desfiladero digno de admirar, y contemplaremos la inmensidad de la naturaleza soriana desde un mirador increíble.

PEDRO LAFUENTE MIÑANA

La ruta de este fin de semana nos trasladará hasta Castroviejo. Este paraje natural situado muy cerca de Duruelo de la Sierra atesora, entre su naturaleza, un sinfín de imágenes imborrables para la retina de todas las personas que visitan sus inmediaciones. Cascadas, cuevas, vías ferratas o un desfiladero son solo algunos de los tesoros naturales que podemos encontrar en nuestro trayecto de siete kilómetros.

Para poder disfrutar de esta ruta, con seguridad, es recomendable llevar botas de montaña (recorreremos un trazado rocoso y montañoso), palos de andar para sujetarnos bien al terreno, ropa de abrigo para evitar el frío correspondiente a estos meses, y una cámara de fotos para captar la inmensidad de este paisaje. Con todo esto preparado y con unas ganas inmen-

DURACIÓN DEL TRAYECTO Y RECOMENDACIONES

A un buen ritmo, el tiempo estimado para realizar el trayecto completo es de tres horas. Importante llevar bebida y comida.

El agua de la cascada de la Chorla se mezcla, al caer, con unas plantas blanquecinas que provoca el frío nocturno

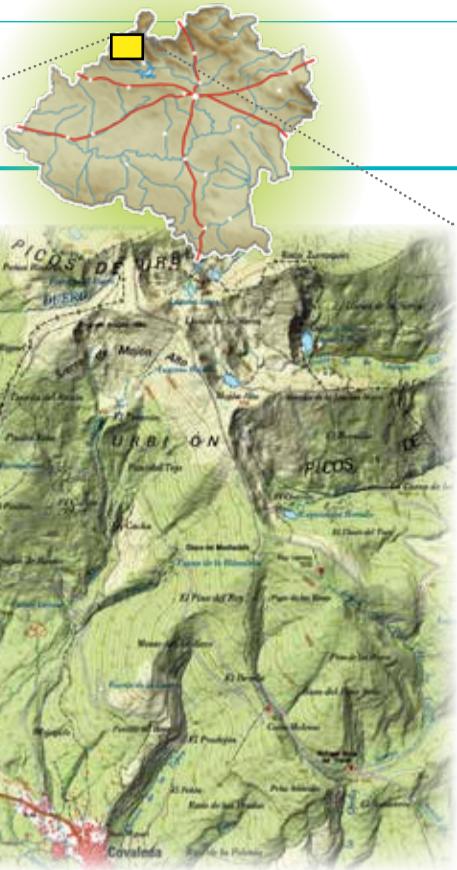
Allí emprenderemos la propuesta de este mes dirigiéndonos hacia la derecha para introducirnos en un GR que va paralelo al río Duero. A través de él iniciaremos una bajada que desembocará en un camino a la derecha que nos llevará hasta la majestuosa cascada de la Chorla.

RIQUEZA ACUÁTICA

Una vez estamos delante de la cascada, podemos observar cómo su agua, en abundancia, cae desde lo alto hasta un fondo que deja una imagen preciosa. En él, contemplamos una escena en la que el agua caída se mezcla con hierbas blanquecinas, estadio provocado por las bajas temperaturas que se dan en este paraje.

Este viaje lo iniciaremos cogiendo el coche desde Soria con dirección a Burgos por la Nacional 234, utilizando el desvío para llegar a Duruelo de la Sierra. Una vez allí continuaremos hasta llegar al parking de Castroviejo, lugar en donde dejaremos nuestro vehículo.



LA RUTA

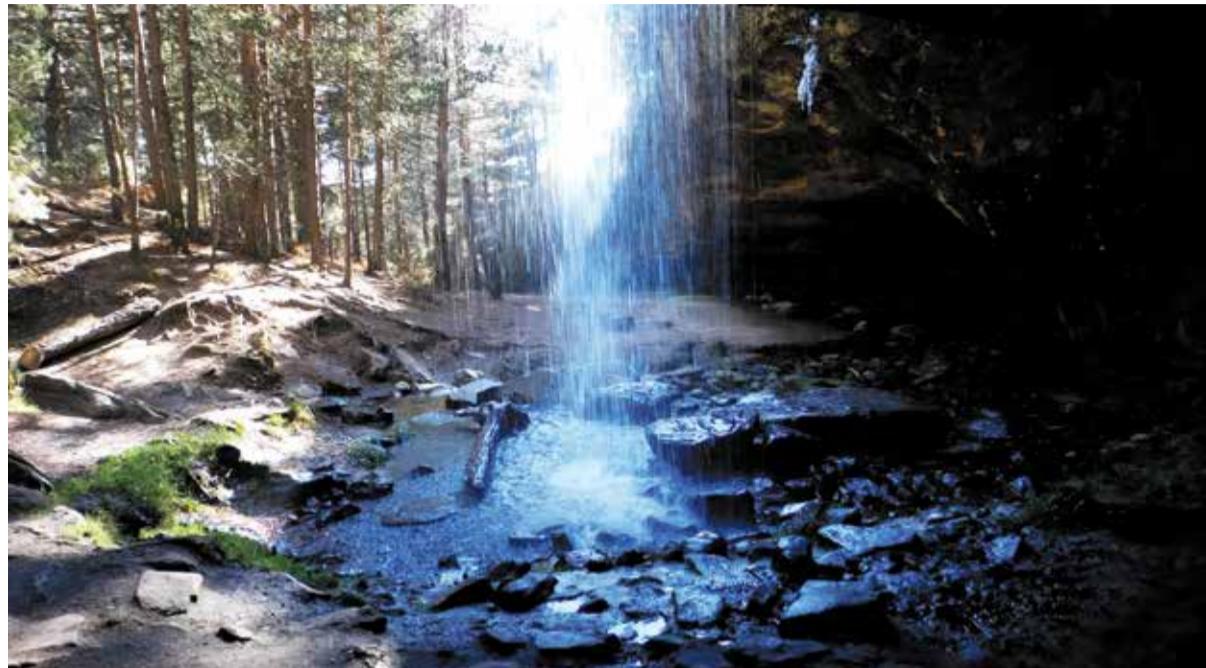
Para llevar a cabo esta ruta es fundamental realizarla con personas que se conocen el territorio, como Ángel Campos, guía de 'Soria paso a paso', o Manuel Ciria, aficionado al senderismo.



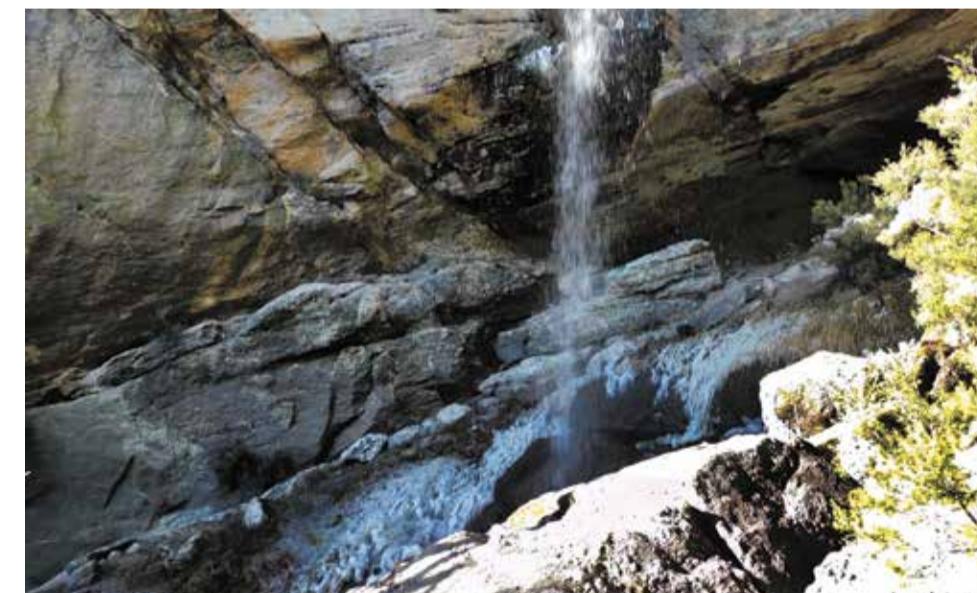
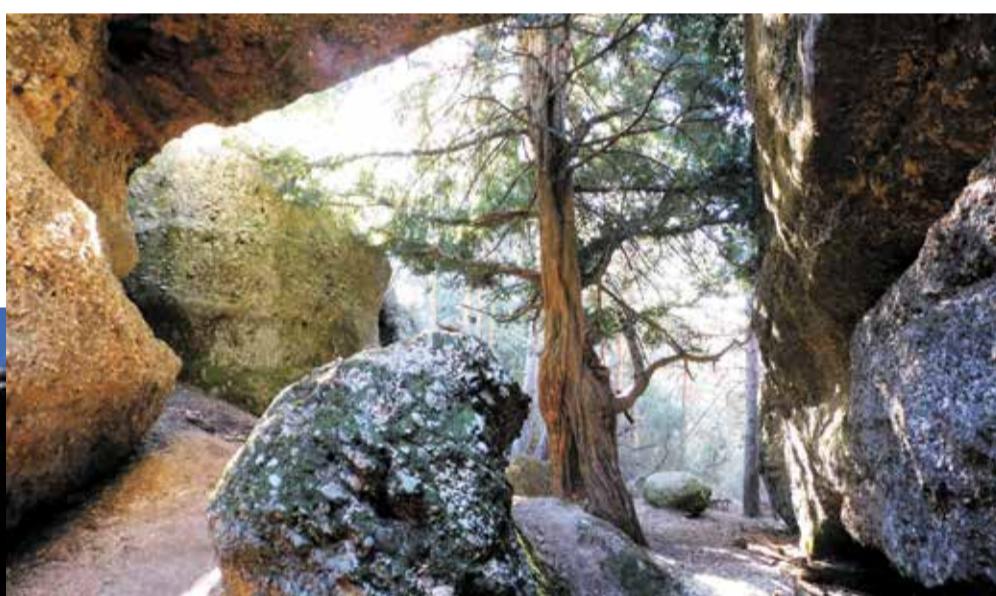
propias rocas que rodean este salto de agua, mostrando una convivencia totalmente armoniosa.

Echando la vista atrás por última vez, seguimos con nuestro recorrido, esta vez por un sendero PR local para llegar hasta la cueva del Tejo. En ella, el árbol que da nombre a este lugar inunda todo el espacio con la majes-

Durante esta ruta podemos observar el mirador que se está construyendo en Castroviejo. Este nuevo espacio ha causado muchas controversias, desde que su proyecto comenzara a diseñarse en el año 2017.

**EL ÁRBOL DEL TEJO, UN MATERIAL MUY VALIOSO**

Reino Unido y Francia utilizaban madera de Tejo español para realizar arcos y ballestas en el pasado.



tratase. En ella, vemos cómo una especie de boca se abre entre la montaña, justo debajo del mirador de Castroviejo, con numerosa vegetación nacida entre los diferentes niveles de rocas.

PASEO ROCOSO

Después de este paso por dos cuevas características de la naturaleza soriana, iniciamos la 'escalada' hasta el mirador de Castroviejo. En nuestros primeros pasos tendremos que agarrarnos a unas grapas para subir una zona más difícil. Desde ahí ya comenzamos a ver una imagen digna de película con Duruelo a nuestros pies, acompañado de miles de pinos.

Durante esos instantes seguiremos recorriendo un trazado de rocas para pasar por un desfiladero, típico de las producciones norteamericanas, que por fortuna podemos disfrutar en nuestra tierra. Al salir de él llegamos de nuevo a la zona de Castroviejo para alcanzar un mirador extraordinario.

IMAGEN INOLVIDABLE

Desde allí nos damos cuenta de la grandeza de este paraje formado por cascadas, cuevas, pinos y rocas de todos los tipos. Si pueden permitírmelo, escenas como esta son difíciles de olvidar por todo lo que representan.

A pesar de que después de este paso por el mirador pueda parecer que la ruta ha terminado, todavía nos falta trayecto por recorrer.

Atravesamos un desfiladero de película para llegar a un Castroviejo imperial, con unas vistas y una variedad de rocas única

En este caso, una de las últimas paradas nos lleva a la cueva de la Serena. Esta ubicación guarda en su interior una cascada, con gran cantidad de agua durante estas fechas, que se encuentra rodeada de vegetación. Para los amantes de la fotografía es muy recomendable introducirse en el interior de ella para ver cómo cae el agua desde dentro, y ver todo el paisaje difuminado por ella.

Tras esta visita, nos adentramos en los últimos metros de la ruta para alcanzar el raso de la Cespedilla, pasando por varias vías ferratas. Con todo este camino recorrido, volvemos al parking con la satisfacción de haber podido ver tantas riquezas únicas de la naturaleza soriana. Creanme si les digo que este trayecto es digno de guardar en las mentes de todos los visitantes, por la cantidad de tesoros que aglutina siete kilómetros.

OPINIÓN



RELATOS

SANDRA
GUIJARRO

Periodista

La pareja perfecta

Recuerdo que cuando era pequeña me llamaban mucho la atención los juegos de memoria. Ese amasijo de piezas entre las que tenías que encontrar "la pareja perfecta". Hoy, con la seguramente todavía larga experiencia que me queda por adquirir en la vida y todo lo que me queda por aprender, repaso todos esos movimientos que hacíamos por buscar esas piezas casi iguales, con entusiasmo y sin preocupaciones. Casi iguales porque nada es idéntico en este mundo. Los errores de impresión también cuentan.

En ese análisis, me he dado cuenta de que hay una serie de indicios. Sospecho que, al final, todo se basa en política. Haciéndolo, he caído en la cuenta de que vivimos en una sociedad en la que todo se argumenta en base al otro, o a lo otro. Firmamos y aceptamos políticas y condiciones que ni leemos, aceptamos 'cookies' que ni conocemos ni nos preocupan, escuchamos discursos que no entendemos y los aplaudimos igual. Pero lo hacemos. Nuestros actos se basan en torno a algo, aquello, lo otro.

Discúlpennme, pero el hartazgo social a mí me ha calado. He creído ver la honestidad del que dice la verdad y la sinceridad del que nada oculta ni pretende engañar. Sí, me la he llevado. Grande y fuerte.

Pero ellos, los políticos, también se esfuerzan por encontrar su pareja perfecta. Qué sería de Alfonso Fernández Mañueco sin Luis Tudanca, y viceversa. Qué sería de Pablo Iglesias sin Santiago Abascal, del yin sin el yang. Qué serías tú, con tus ideas, sin contar con las contrarias.

Encuentra tú ahora la aguja en un pajar. Mira a ver tu, entre las 1.000 piezas, cual de todos los azules cuadra mejor en el espacio que te falta para completar el cielo. Analiza lo que esconde el discurso del político de turno, que dice lo que quieras escuchar y tacha al otro para tratarse de justificar. Haz vida social de forma independiente sin menospreciar. Esfuérzate por encontrar tu pareja perfecta antes de ir a votar.

SANDRA
GUIJARRO

Periodista

Si hay alguien que todavía espera algo de todo esto, tal vez se deje caer por aquí para conocer mi análisis de las próximas elecciones de Castilla y León. Quizá esperando un amigable consejo a la Soria ¡Ya! para que pelee con todas sus fuerzas, para evitar pervertir su fondo y su mensaje en una campaña electoral donde es fácil pasarse de frenada.

Tal vez le apetezca observar mi desgarradora desesperación al ver cómo se debate sobre quién tiene más ganas de tener los consultorios abiertos, y no sobre cómo es posible garantizarlo y qué significa una sanidad rural de calidad. A lo mejor, los más cafeteros, quieren regodearse en la pregunta puñetera: ¿Por qué la PPSO hace dos años y medio se presentó a estas mismas elecciones, haciendo suyo el programa de la Plataforma Soria ¡Ya! y ofreciendo los puestos de salida a los miembros de esta; y, ahora, que la Soria ¡Ya! decide presentarse, va y pide el voto para el Partido Popular?

Pero no, en este último lunes de enero a uno le apetece más hablar de Nadal que de Tudanca, fíjese por donde. Uno ve con más inquietud la escalada

LA CARTA DEL DIRECTOR

¿Y si no hablamos de Castilla y León?

SERGIO GARCÍA

Director de Soria Noticias

entre Rusia y la OTAN, que el enfrentamiento verbal entre Vox y el PP por ver quién es más puro. Y si eso pilla muy lejos, aquí, a orillas del Duero, algo de lo que uno tiene ganas es de gritar San Juan Ya. Así que me va a permitir desviarme un poco del tema. Si usted quiere información electoral, en las primeras cinco páginas de este número tiene una buena muestra. Y si quiere más, la cobertura electoral que hay en la web www.sorianoticias.com está capacitada para saturar al más insaciable de los fans de la política. Permitíame un único consejo. Lea, compare, piense, no se deje engañar ni manipular por nadie, y el 13 de febrero vaya alegre a votar por quién usted considere que puede hacer más por esta tierra.

Y, ahora sí, vamos con Rafa. Qué ma-

nera tiene de enganchar este hombre, como si a través de él todos nos convencieramos de que, sin tener las mejores cualidades, uno puede llegar a ser el mejor en lo suyo a base de trabajo duro, esfuerzo constante y sufrimiento desorbitado. La victoria de Nadal en Melbourne (que le sitúa como mejor tenista de la historia) nos demuestra que nada es definitivo hasta que se acaba. O, como se diría en castizo, que 'hasta el rabo, todo es toro'. Porque un 2 a 0 en la final de un Grand Slam, si no se acaba confirmando, te vale lo mismo que unas encuestas que te sitúan al borde de la mayoría absoluta.

Las brabuconadas de Putin nos enseñan que una pelea a ver quién la tiene más grande (la potencia armamentística, claro), puede acabar en un gran fiasco, y que se gana más con palabras y negociación que con insultos y pulsitos. El Benidorm Fest nos recuerda la cara de Tudanca en 2019, cuando descubrió que los votos de la gente no lo son todo, y las ganas que tenemos de San Juan son la mejor muestra de que, al final, solo nos queda esperar y confiar en que todo salga bien. Oremos.

TRIBUNA DE INVITADOS

Pasión por el pueblo

ÁGUEDA MAIZA

Vecina de Valdelagua del Cerro



Hace tiempo que venimos oyendo, desgraciadamente, la expresión "La España vaciada o despoblada..." ¡Es una pena!, dicen unos, y ¡Se necesita gente involucrada y dinero!, dicen otros, para poder frenar la progresiva despoblación de nuestros queridos pueblos. Efectivamente, razón no les falta.

Me gustaría convencerlos, queridos lectores, que todo puede ser posible con ilusión, apoyos y mucho tesón.

Y lo digo, porque he ido viendo con mis propios ojos a lo largo de los últimos años lo que ocurre en mi querida Valdelagua del Cerro (Soria), a la que

suelo visitar desde hace ya 35 años. Pueblo de poquísimos habitantes (concretamente 20 censados), aunque en verano, tal y como ocurre en la mayoría de los pueblos, recibe muchos lugareños, descendientes y vinculados a pasar 20 días a lo sumo. A descansar, a ver a la gente, y a participar en las actividades veraniegas que el Ayuntamiento con gran esfuerzo organiza.

Pero lo que yo quiero compartir con vosotros va más allá de esto.

El caso es que, y es la clave de lo que os quiero contar, Valdelagua está llena de actividades culturales, deportivas y gastronómicas a lo largo de todo el año,

y de ahí su particularidad y encanto.

Tenemos exposiciones, concursos fotográficos, de pintura (pintores de toda España), media maratón con muchísimo éxito (vienen corredores de toda España), salidas a la montaña... Además de poner luces led, parque infantil, salón social, biblioteca...

¡Ah! Y como proyecto ya en marcha una zona para autocaravanas que recibe turistas de muchos rincones. Y la guinda, el proyecto de una fábrica de cerveza que ya va también en camino de ponerse en marcha.

Con esto, quiero proclamar a los cuatro vientos la labor del alcalde de Valdelagua para que el pueblo esté vivito y coleando todo el año.

Quiero compartir la satisfacción y orgullo de tener, como alcalde, a una persona que nos ha devuelto la ilusión de seguir yendo al pueblo durante los fines de semana, a lo largo de todo el año (no solo en agosto), y participar en cantidad de eventos que organiza. Ojalá sirva de inspiración, para otros pueblos en las mismas circunstancias.

Al alcalde de Valdelagua, Ruymán Domínguez, y a sus colaboradores, mi más sincero agradecimiento por su pasión por el pueblo, con todo lo positivo que eso conlleva a todos ¡Gracias por transmitirnos la ilusión y las ganas de volver una y otra vez al pueblo!

Para terminar, me gustaría con esto hacer llegar a las autoridades de Soria, Diputación, políticos y demás influyentes mi más sincero ánimo a que conozcan Valdelagua del Cerro, y el trabajo que realizan su alcalde y colaboradores.

Ojalá que apoyéis sus iniciativas y que sirvan de ideas e inspiración para muchos otros pueblos pequeños, sin apenas recursos. Está claro que querer es poder.

OPINIÓN

EL ACENTO

Modelo de éxito

Creo que es algo mutuo. A Sánchez no le gusta Castilla y León, pero a Castilla y León tampoco le gustan las políticas de Pedro Sánchez.



ALEJANDRO RAMOS

Profesor universitario y secretario de NNGG Soria

Los castellanoleoneses no queremos que se ataque a nuestros agricultores, ni se abandone a los ganaderos ante el lobo. Tampoco queremos que se cues-

tione la calidad de nuestro sector cárnico o el vacuno de leche, y no nos gusta que se de la espalda al toro de lidia.

Estamos cansados de que continuamente se perjudique a sectores importantes para nuestra Comunidad como la industria del automóvil o el azúcar de remolacha. No apoyamos los cierres precipitados de las minas o las térmicas, y defendemos que sigan abiertas las pistas de esquí de Navacerrada.

Nos oponemos a un reparto desigual de los presupuestos y de los fondos europeos, únicamente en función del signo político y del grado de esclavitud que tiene el Gobierno de España para con sus socios independentistas, comunistas y Bildu - etarras. Tampoco queremos subidas de impuestos.

Frente a esta política, el PP en Casti-

lla y León ha demostrado ser un partido con amplia experiencia de gobierno, que conoce a la perfección todo el territorio de la Comunidad, que sabe gestionar y, especialmente, que defiende los intereses de las personas de esta tierra.

Todos estos años de gobiernos populares han permitido que nuestra Comunidad tenga los mejores resultados en educación de toda España; disponga de uno de los mejores servicios sociales de todo el país, especialmente, en cuanto a dependencia se refiere; ocupe uno de los primeros puestos en relación a la prestación de servicios sanitarios; y sea una de las comunidades, junto con Madrid, con las mayores bajadas de impuestos, favoreciendo a toda la población y, de manera especial, al mundo rural y a nuestros jóvenes.

GRACIAS, DE NADA



RES NON VERBA

Lecciones

En 10 días tenemos una nueva cita con las urnas, capricho del hasta ahora presidente de la comunidad 'Sr. Mañueco'.

Estos días acudían a la Soria olvidada el ministro de Cultura y la ministra de Industria, Miguel Iceta y Reyes Maroto. Sorprendente visita cuya finalidad ha sido "alardear" de las migajas con las que el gobierno central agasaja a su populacho provincial.

Es por ello por lo que Ciudadanos denunciaba al PSOE ante la Junta Electoral Provincial de Soria, por la utilización de recursos públicos con fines partidistas para uso electoral, con el



JOSÉ ÁNGEL TIERNO

Concejal de Cs. en Ólvega

siguiente tirón de orejas de esta a los socialistas. De igual forma, la Junta Electoral de CyL apercibe al gobierno autonómico por incluir contenidos de naturaleza electoralista en sus actos, por reclamaciones de PSOE y Ciudadanos. Mismo perro, diferente collar.

Hasta ahora, en la provincia de Soria los resultados alternan entre los dos y tres procuradores que consiguen el PP o el PSOE. Podemos seguir votando a los de siempre para obtener lo de siem-

pre: promesas cumplidas por otros tantos años o sus continuos tiras y aflojas que no conducen a nada. Políticos necesitados y agarrados a un sillón, que no conocen otro medio de vida.

Ciudadanos sigue apostando por una política útil, cercana, honesta y necesaria. Sin mangoneos ni obligaciones partidistas. Un partido formado por ciudadanos de la calle que están fuera de las estructuras gubernamentales. Estos dos años y medio de legislatura hemos dado la cara mientras que Mañueco estaba detrás del telón. Es el momento, los ciudadanos debemos dar una lección al bipartidismo cutre y huir de las viejas políticas.

Pero ya lo dijo Mark Twain: "Es más fácil engañar a la gente, que convencerlos de que han sido engañados"



EL PESO DE LAS PALABRAS

EDER GARCÍA

Soriano comprometido

Toca cambio

En las últimas elecciones autonómicas la voz de la ciudadanía se escuchó de forma clara y rotunda: Castilla y León necesitaba un cambio. Es lo que se interpreta de la victoria del PSOE como partido más votado y con mayor número de procuradores, pero también con el apoyo que obtuvo Ciudadanos, que reiteró hasta la saciedad como principal bandera de su campaña que venían a "regenerar la política", y a traer el cambio a nuestra tierra.

En aquel momento, Ciudadanos traicionó la palabra dada de la forma más bochornosa posible, otorgando la presidencia a Mañueco en un pacto que vendría firmado desde Madrid. Pronto hicieron buenas migas en el Gobierno de la Junta, o eso es lo que nos contaron hasta que se les ha visto el plumero recientemente cuando partieron peras a cuenta de un adelanto electoral flagrantemente irresponsable.

En cualquier caso, la palabra de PP y de Ciudadanos no tiene ningún valor. El PP lleva lustros prometiendo que van a arreglar todo aquello que ellos mismos se han cargado, mientras que Ciudadanos está pagando con su desaparición aquella falta de escrúpulos, entre otras cosas.

El PSOE es el único partido que, pese a estar prácticamente siempre en la oposición, lleva muchos años proponiendo leyes, reformas y consensos trascendentales para Castilla y León, fundamentales para evitar nuestra sangría demográfica. Únicamente ha encontrado el voto en contra y la traición del PP como moneda a todo el trabajo y el apoyo responsable ofrecido.

Por eso mismo, la única alternativa real de cambio en la Junta de Castilla y León es el PSOE, sobre todo para cualquier persona progresista. No consigo entender cómo alguien que se considere de izquierdas o que simplemente aborreza la naftalina y la sombra de corrupción que pesa sobre el PP, entregue su voto a cualquier otra formación que no se plantea firmemente asegurando que nunca pactará con el PP de Mañueco, especialmente si su próxima pareja de baile va a ser la ultraderecha.

OPINIÓN



LÓGICA RURAL
ENRIQUE RUBIO
Desde Berlanga

Animalistas y animalistas

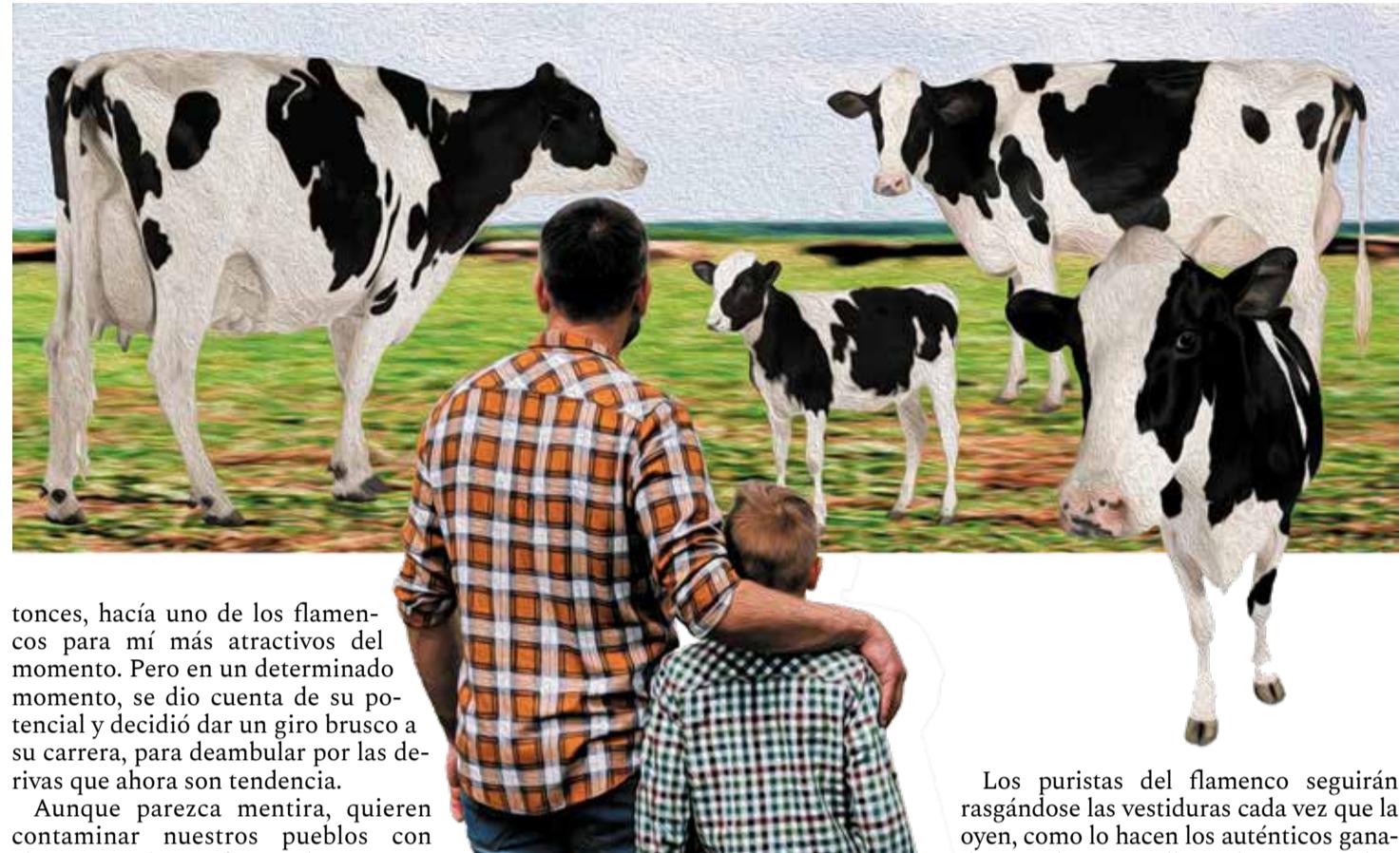
La radio siempre es una fiel compañera de aquellos que pasamos muchas horas en el campo. Las conversaciones y tertulias que en ella suceden nos ponen al día de muchos aspectos de la actualidad.

Sin ir más lejos, hace un par de días hablaban sobre la última canción de Rosalía. La cual no voy a recomendarles que escuchen. Pero sin juzgar si es más o menos adecuada para todos los públicos, sí que en ella se utilizan los términos cargados de anglicismos y de palabras no reconocidas en la Real Academia Española de la Lengua. Lo más sorprendente fue ver la vehemencia con la que se expresaba uno de los tertulianos, ante la pregunta de qué sucedería si Góngora levantara la cabeza ante este hecho. Él, de manera tajante, apostillaba que Góngora lo que debe, debería de hacer, es "ir aprendiendo"...

Tengo que reconocer que siempre he sido mucho más de Quevedo que de Góngora. Quizás por ese lado pendenciero ingenioso del que hace gala en muchos de sus poemas. Incluso cuando Góngora es el objeto de sus dardos. Pero en este caso no me quedó más remedio que ponérme en el lado de Góngora.

Todo este tema también hace reflexionar sobre muchas de las derivas que tiene la sociedad actual. Y sí, en nuestra Soria y en nuestros pueblos, la forma de hablar es un castellano correcto porque lo hemos heredado de nuestros antepasados. Quizá las formas hayan cambiado y tengamos que ponernos al día en algunos aspectos. Pero allá donde quiera que vayamos nuestro castellano es impecable.

A Rosalía tuve la suerte de descubrirla cuando era acompañada por el músico y productor Raúl Refree. Por aquel en-



tonces, hacia uno de los flamencos para mí más atractivos del momento. Pero en un determinado momento, se dio cuenta de su potencial y decidió dar un giro brusco a su carrera, para deambular por las derivas que ahora son tendencia.

Aunque parezca mentira, quieren contaminar nuestros pueblos con algo parecido en forma de opiniones que confunden. Venimos de conocer perfectamente cuál es el trabajo del campo, cómo se tiene que desarrollar y sobre todo lo amamos profundamente. Pero los tiempos cambian inexorable e ilógicamente en muchos casos.

Ahora, los modelos productivos que hace tiempo lo eran, han dejado de serlo

son los agricultores es ecologistas, pues cuidan el campo. Y los ganaderos son animalistas, procurando el bienestar de nuestros animales en todos y cada uno de los momentos de su vida.

Sabemos lo que es el bienestar animal y ecológico, porque sabemos cuáles son sus necesidades y carencias en cada momento,

así como cuáles son las vías para corregirlas. Porque del mismo modo que Rosalía sabe darle el énfasis a cada una de las notas de sus interpretaciones, un ganadero o un agricultor saben cuándo y dónde hace falta un cuidado. Y cuidarlo es la base de que la producción llegue a todo el mundo de una manera intachable.

Seguramente, el tertuliano que la defendió incre-

pando a Góngora no sabía absolutamente nada de poesía. Y mucho menos de su evolución. Así como quienes increpan a la ganadería saben poco de animales, se llaman animalistas y ecologistas cuando los verdaderos animalistas y ecologistas son aquellos que en nuestra provincia, así como en otras, dedican su día a día al bienestar de sus animales, por amor y porque de ello depende su sustento y gran parte del futuro de Soria.

Todo ello para producir alimentos de la mejor calidad.

Quizá, el final de las micro granjas empezaron a dictarlo las macro ciudades, y el del flamenco en los macro conciertos.

Los puristas del flamenco seguirán rasgándose las vestiduras cada vez que la oyen, como lo hacen los auténticos ganaderos cada vez que llegan las normas dictadas desde un despacho por un completo ajeno a este mundo. Pero seguiremos cuidando animales con celo y cariño, tal y como nos enseñaron nuestros abuelos, pero dentro del marco legal y normativa vigente, aunque le falte el compás.

Siempre habrá ganaderos como mi amigo Jorge y Roberto, de Noviercas; o Vicente, Jesús o Javier, de Berlanga; Chema, de La Muela; Jaime, de Nogales; Toño, en Boos, y así hasta un largo etcétera de sorianos que siguen produciendo carnes de excelente calidad, por mucho que alguien diga lo contrario.

Quizá, para quienes critican sin saber, Quevedo perfectamente se podría haber adaptado a los tiempos con una versión de uno de sus famosos poemas.

Por ejemplo, aquel que hablaba sobre una nariz y que decía:

Érase un hombre a una "lengua" pegado,
érase una "lengua" superlativa,
érase una "lengua" sayón y escriba,
érase un pez espada muy barbado;

era un reloj de sol mal encarado,
érase una alquitara pensativa,
érase un elefante boca arriba,
era Ovidio Nasón más "lenguado".

Érase un espolón de una galera,
érase una pirámide de Egipto,
las doce tribus de "lenguas" era;

érase un naricísimo infinito,
muchísimo "lengua", "lengua" tan fiera
que en la cara de Anás fuera delito.

FOTO DEL MES



Sandra Guijarro

Los protagonistas de El Pueblo disfrutaron de la vuelta de Las Matanzas en El Burgo de Osma



PARTICIPA EN EL CONCURSO ENVIANDO TUS FOTOS A:

fotodelmes@sorianoticias.com

Incluye tu nombre y datos de contacto. Todas las fotos aparecerán en nuestra web y la mejor ocupará esta página el próximo mes.

TALENTO SORIANO

SANDRA GUIJARRO

Hasta los 18 años su vida fue muy tranquila, "como la de cualquier otra niña". Era buena estudiante, su identidad iba unida a sus logros, le gustaban las matemáticas y la física. Entonces se marchó a Madrid por motivos académicos, y acabó enganchándose a "un deporte exigente, siendo una persona exigente, que estudiaba una carrera exigente". Entusiasta, alegre y decidida. En un mundo aparentemente violento, es estudiante de mecanismos espaciales. Tal vez no sea la imagen de luchadora que podríamos tener preconcebida, o tal vez sí.

A sus 28 años, Laura de Blas compagina sus estudios con su amor al Muay thai. La joven, natural de El Burgo de Osma, se inició en este arte marcial hace algo más de nueve años. Empezó con el boxeo "por hacer algo de deporte". Al año siguiente, decidió hacer el cambio y aquello parecía otra cosa. Del thai, cuenta, le enganchó "el equipo humano, el grupo que se crea". Ahora le dedica seis días a la semana, y lo comparte dando clases y estudiando.

Lejos de quitarle tiempo al estudio, considera que el entusiasmo y la implicación en los entrenamientos le ayudan a centrarse. "Todo lo bueno que me da el thai y el feedback que suponen los logros, ser capaz de ponerte metas pequeñas y conseguirlas hace que te sientas bien, que te vengas arriba y aprendas a canalizar las emociones", explica. "Soy consciente de que la carrera se me alarga, pero disfruto estudiándola. También es cierto

La batalla espacial de una promesa del Muay thai

Del pueblo a la capital de España. De Madrid a Tailandia. Lo que empezó como "algo fortuito" ha convertido a esta joven soriana en un referente nacional. Laura de Blas se enfrenta a una nueva pelea: compaginar el "arte de las ocho extremidades" con la ingeniera aeroespacial.



Laura realiza el 'Wai Kru' al comienzo de la pelea del Grand Prix celebrado en Madrid, un baile con el que muestra respeto al maestro y atrae la buena suerte.

FOTO: ADRIÁN RUBIO

pasión, los estudios, un propósito", añade.

OBJETIVO PROLONGADO

Lo "fortuito" se convirtió en una realidad a la que no quiso renunciar. La Universidad Politécnica de Madrid era su primera casa, el gimnasio 'Muay Sapein' era, en realidad, su hogar. El lugar donde convertía el estrés en adrenalina para afrontar una rutina con la que hoy continúa, sin atreverse a priorizar.

"Es mi lucha constante. La elegí porque quería irme por la rama de la ingeniería. De las opciones que tenía, pensé: 'Laura, ya que haces una ingeniería, haz una difícil'", bromea.

que me voy dando cuenta de que me propongo algunas exigencias incompatibles", analiza.

Aunque "frustra" enfrentarse a una doble dedicación, su situación es fruto de una especie de "dualidad", entre lo que le encanta hacer y aquello por lo que sigue luchando, que es la carrera.

"Soy consciente de que la carrera se me alarga, pero disfruto estudiándola. También es cierto

A pesar de tener "el

San Benito de ser algo

Laura dedica seis días a la semana a una disciplina con la que consiguió una plata en Tailandia que le situó en la cúspide nacional

violento", para Laura, el arte que practica "es como un baile que empieza con una marabunta de golpes que luego empiezas a perfeccionar". Para la burgense, "no es solo fuerza, es un compendio de muchas habilidades mezcladas en un instante muy pequeño, en un momento de adrenalina máxima".

A pesar del concepto preestablecido y de la ausencia de una Federación que lo regule, ella habla de magia, de una sensación que, de no vivir desde dentro, desconoces y "puede parecer que solo

consiste en pegarte". La realidad, cuenta, es otra. "Entreno todos los días y no me hago daño. He tenido dos lesiones por sobrecarga muscular, no por golpes. Quema más el aspecto mental. El cuerpo tiene límites, pero están en sus propiedades mecánicas", explica.

UN VIAJE A TAILANDIA

Versos, mantras, ritos ancestrales con raíces milenarias. La tierra de las sonrisas y de los hombres libres. Así se vende Tailandia, la meca del Muay thai.

En 2018, tras ir perfeccionando, dio el salto del

SORIA
DERIVACIÓN Y CARBURANTES, S.L.
Distribución de gasóleos
'A', 'B' y 'C' a domicilio
Ctra. Soria-Logroño, N-111, Km. 244 • 42169 ALMARZA (Soria)
E-mail: soriaderivacion@yahoo.es
Tfns. 975 250 124 - 615 985 972 - 618 697 629

JARDINERÍA RAMÓN DÍAZ
MANTENIMIENTO DE JARDINES
RIEGOS
TRABAJOS DE JARDINERÍA
Tels.: 975 240 887 • 669 934 462
Paseo La Florida, 36 - 42002 SORIA

MONTE PINOS
Agua mineral natural • Natural carbonated water
Fuente de vida
¿Necesitas una web?
NetyTec Soluciones en Internet
www.netytec.es

TALENTO SORIANO



Tailandia es un país machista donde en algunos estadios las mujeres no pueden pelear, ni siquiera tocar el ring

amateurismo a la categoría profesional. Eso le permitió viajar a Tailandia para seguir creciendo. Allí participó en el campeonato universitario de la Federación Internacional de Asociaciones de Muay Thai (IFMA) y consiguió la plata. Como experiencia vital fue "mucho más gratificante que otras cosas porque es la cuna del deporte. Pero a nivel deportivo, quizás sea más estimulante pegarte con la referente de un país. Ahí es donde puedes ir midiendo el punto en el que estás, con quién te vas pegan-

do, en qué ligas juegas", apunta.

A partir de entonces, comienza su despliegue. En octubre del 2019 su carrera pega "un salto hacia una liga más importante". Es entonces cuando Laura se define por el deporte que practica, y cada verano sueña con volver a un país donde "la gente que pelea no hace nada más que dormir, comer y entrenar, pues generalmente, viven de ello".

A pesar de sus logros, se mantiene humilde: "Lo que he hecho realmente ha sido entrenar

y hacer lo que me gusta. A veces, me pongo a pensar en todo lo que he ido construyendo y, siendo objetiva, a nivel nacional, puedo ser un referente. Mi nombre destaca, por lo que sea, y creo que es fruto del trabajo. Hay mucho trabajo detrás que la gente desconoce, meses de preparación, horas de trabajo técnico, estratégico, físico. Te pones marcas en cuanto al peso. Lo violento se queda a años luz", comenta.

ROMPIENDO BARRERAS

El desconocimiento y la representación que se hace de él relaciona al Muay thai con gente violenta, un tópico que quiere romper. No obstante, la luchadora reconoce que proviene de "un país machista donde hay estadios en los que las mujeres no pueden pelear, ni siquiera tocar el ring, los hombres pasan por encima de las cuerdas y ellas por debajo".

Una práctica que reclama reconocimiento y regulación

Su experiencia en Tailandia le sirvió para analizar las diferencias con España, donde, a pesar de aspirar a participar en los Juegos Olímpicos de 2024, se considera un deporte minoritario. "Fui a Tailandia y creo que lo merecía porque se vio en los resultados, pero no creo que la selección para acudir fuera la más adecuada. Lo normal, si fuera un deporte regulado, es que hubiese habido una preselección", comenta.

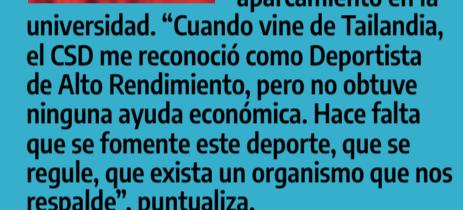
En el país asiático, la gente vive de este arte marcial, incluso algunos luchadores "viven en los gimnasios y dan una parte de la bolsa a los entrenadores". Una realidad que contrarresta con



España, un país donde es casi imposible vivir de ello. "He tenido bolsas que rondaban los mil euros, pero muy pocas, y he tenido que moverme a través de las redes sociales, aunque las competiciones no dependen de mí, sino de los promotores", explica una peleadora cuyo único

beneficio recibido por parte del Estado fue la concesión de una plaza de aparcamiento en la

universidad. "Cuando vine de Tailandia, el CSD me reconoció como Deportista de Alto Rendimiento, pero no obtuve ninguna ayuda económica. Hace falta que se fomente este deporte, que se regule, que exista un organismo que nos respalde", puntualiza.



algo raro, aunque se van dando pasos".

"La suerte", dice, "o lo que viene siendo normal", matiza, es que ella no ha vivido ninguna situación inapropiada, pero desconoce si, siendo hombre, "hubiese tenido más oportunidades".

Lo que sí cree es que, gracias a la lucha por la igualdad, este arte marcial va creciendo, y espera que siga haciéndolo, pero como "algo continuo, sin impulsos. Eso hará que exista una liga grande femenina", expone.

Ahora, la afincada en Madrid se encuentra muy bien, a la espera de retomar las competiciones después de un parón. En su caso, no fue por la pandemia, sino por una lesión, una fractura de peroné "por estrés" de la que ya se ha recuperado. Su última pelea fue en noviembre.

Su intención, dice, es volver a competir, pero

sin metas altas y sabiendo que tiene que "coger el ritmo otra vez".

EL APOYO PARENTAL

A día de hoy, sus padres son su gran apoyo para seguir adelante, porque los ingresos como profesional no le dan para vivir. "Tengo la suerte de que mis padres me mantienen y me lo permiten. Si tuviera que depender de mí sería imposible".

Sin embargo, admite que han existido momentos de bajón. "Es un arma de doble filo, dedicas mucho de ti a algo que no aporta beneficios económicos. Es algo que me ha llevado a plantearme si estaré perdiendo el tiempo y genera dudas".

Aún así, asume riesgos, se lleva golpes. Le hace muy feliz, pero no le da para vivir. Es sacrificado, pero merece la pena, eso dice ella. Su lugar, ahora, está en el ring, donde baila. Su futuro, aunque incierto, apunta a la luna.

La burgense fue cabeza de cartel en la última edición del 'Muay Thai Grand Prix' celebrado en Madrid, hecho que pone en el foco el papel de la mujer en este arte marcial



ensenia
CENTRO DE FORMACIÓN
FORMACIÓN
ABIERTO PLAZO MATRICULACIÓN
CURSOS SUBVENCIONADOS 2021/22
CURSOS PRESENCIALES EN SORIA
MÁS INFORMACIÓN
www.ensenia.es


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

RELIGIÓN

Apuesta por el patrimonio de la Diócesis

El Obispado pone en marcha un nuevo fondo extraordinario (55.000€) para las pequeñas empresas sorianas afectadas por el Covid.

SÉRGIO GARCÍA CESTERO

La Diócesis de Osma-Soria está trabajando en la creación de unas audioguías turísticas, que enlacen los templos más importantes de la provincia. Una apuesta por la cultura que aúna la creación de posibilidades turísticas y económicas con el "potencial evangelizador" de los templos, señala monseñor Abilio Martínez Varea. La primera, que estaría para Semana Santa, unirá cuatro templos de la capital: El Espino, San Juan de Rabanera, La Mayor y Santo Domingo.

Una prueba piloto que cuenta con la intención de ampliarse a otros puntos de la provincia como San Esteban-El Burgo-Ucero, Ágreda o Medinaceli-Almazán. Además, también es el objetivo realizar una segunda audioguía de la capital con la Concatedral de San Pedro y San Saturio, a la que quieren sumar, y ya han pedido permiso para ello, los Arcos de San Juan de Duero.

Precisamente, sobre la ermita de San Saturio, el obispo de Osma-Soria se muestra optimista sobre una actuación que ade-



La necesaria actuación en San Saturio, más cerca.

que la ermita. Cabildo y Ayuntamiento, que en público han mostrado su compromiso con el proyecto, se encuentran a la espera de que la Junta presente el estudio adjudicado sobre la situación actual del templo. Abilio Martínez señala que el primer paso será "acabar con el problema de humedad que es lo que estropea las pinturas" para

luego proceder a su recuperación.

El obispo es optimista, "se va a hacer", pues conoce la "voluntad de la Junta de Castilla y León de sufragar la reparación de las pinturas", algo que, ya avisa, no va a resultar barato. Destaca Martínez Varea que el Ayuntamiento y la Diócesis también están "dispuestos a implicarse". Actuaciones que también



Monseñor Abilio Martínez, junto a alguno de los cargos de la Diócesis de Osma-Soria.



La vuelta a la misa de los domingos está costando por el Covid.

llegarán a 4 templos de la provincia (por el momento se desconocen cuáles), gracias a un convenio con Diputación que movilizará 333.000 euros, de los que la institución provincial aporta el 30%, el 45% el Obispado y otro 25% la parroquia beneficiaria.

APORTACIONES

La Diócesis de Osma-Soria ha creado un nuevo

fondo extraordinario de 55.000€ (a partes iguales entre el Fondo Diocesano de Solidaridad y Cáritas) para ayudar a aquellos negocios familiares que peor lo están pasando durante la pandemia. Un fondo que, en su primera actuación, ha ayudado a 121 de las 129 solicitudes presentadas con un desembolso de casi 110.000€, y una ayuda media por

empresa de más de 900€. El obispo ha agradecido las donaciones de sacerdotes, religiosos, cofradías o fieles particulares a este fondo, y ha recordado a las pequeñas empresas sorianas más golpeadas por la pandemia que pueden acudir a él.

Una crisis del Covid que aún sigue muy presente en el día a día de la Iglesia, pues "la vuelta a los templos está costando", reconoce Abilio, sobre todo en los oficios de los domingos, aunque no tanto en otras celebraciones como las comuniones. El obispo señala que la fe "es mejor si nos vemos", y ha recordado que los templos son "muy seguros" y "muy exigentes" con el cumplimiento de las medidas. La Diócesis prepara una campaña para animar a la presencialidad "cuando todo esto haya pasado". Mientras, las Cofradías se preparan para una "Semana Santa normal", aunque con mascarilla y plan B.

ADQUIERA SU PLAZA Y PAGUE EN 24 MESES SIN INTERESES

EN EL CENTRO



POR SOLO

14.424,99 €
en MARIANO GRANADOS

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

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

15.338,81 €
en EL ESPOLÓN

+21% DE IVA
0,70€/HORA

TARJETA
DECREMENTAL DESDE

UNIDADES AGOTADAS

RIOSA
dehesa*park

VENTA DE PLAZAS - 661 919022

NUESTROS PRECIOS NO CAMBIAN...
NO CAMBIAS DE APARCAMIENTO

RECARGA MÍNIMA
ANUAL 100 €

ADMINISTRACIÓN
Y ATENCIÓN AL CLIENTE

CAMPO

Adiós a ovejas y vacas de leche, hola a los cerdos

En 2019, Soria vendió más de dos millones de cabezas de ganado porcino. El vacuno lácteo ha pasado de 3.500 vacas y 26 explotaciones a unas 100 en solo dos.

SERGIO GARCÍA CESTERO

El campo soriano ha cambiado su fisionomía radicalmente en las últimas décadas. En los últimos 30 años, el censo de cabezas de ovino y vacuno de leche se han desplomado, mientras el porcino se ha multiplicado por dos. ¿La razón? "El ganadero busca la forma de vivir un poco dignamente", explica Carmelo Gómez de Asaja Soria. Las ovejas y las vacas para leche son muy esclavas, y quienes se incorporan al sector buscan algo más rentable y llevadero en el día a día.

Los datos son abrumadores. En 30 años el censo de ovejas ha pasado de 662.855 a 179.433, según los datos de la Junta, aunque las estimaciones del sector señalan que el dato actualizado rondará los 150.000. Casi medio millón de ovejas menos, en una provincia para la que en su día la Mesta lo fue todo.

Más extremo es el caso de las vacas de ordeño, que han pasado de 3.500 a 180 en datos oficiales, aunque en la realidad rondan solo el centenar en la provincia. "Si esto sucede es por algo", señala Carmelo Gómez, quien avisa que "con esta situación difícilmente se va poder mantener la ca-



ANIMALES VENDIDOS

2.017.900

Cabezas de porcino en 205 explotaciones y un censo de 531.773 cerdos.

207.163

Cabezas de ovino en 459 explotaciones y un censo de 179.433 ovejas.

13.648

cabezas de bovino en 307 explotaciones y un censo de 23.809 vacas de carne.

3.463

cabezas de caprino de las que 2.799 fueron cabritos y chivos.

716

cabezas de equino, de las que 676 fueron caballar.

168M€

fue el valor de la producción animal en la provincia de Soria en 2020. De ellos, 124M€ fueron gracias al ganado porcino, que ya supera al valor del cereal (111M€).



lificación de Mantequilla de Soria".

En el lado contrario está el de porcino. Con más de dos millones de cabezas de este ganado vendidas al año desde la provincia, el censo ha pasado de 246.102 a 531.773 en 30 años. También sube, aunque menos, el vacuno de carne. Su censo ha pasado de 19.891 a 23.809 en estos 30 años. Con estos datos, el cer-

do se ha convertido en el rey del mundo rural de Soria. Genera el 75% del valor ganadero provincial y más riqueza que el cereal (que en un 70% va destinada a alimentar al propio ganador porcino).

La provincia de Soria facturó en el año 2020 más de 415 millones de euros en su rama agraria. Un valor de producción que se concentra principalmente en el cereal

(111M€) y el ganado porcino (124M€).

En 2019, y según los datos oficiales de la Junta facilitados por Asaja, en Soria se vendieron más de 2 millones de cabezas de porcino.

Los animales vendidos se reparten casi equitativamente entre lechones (1.083.673) y otros porcinos (934.227), principalmente para la gestación. Para hacerse una idea

de la importancia de esos datos del sector porcino, basta compararlos con otros ganados.

El ovino vendió 166.183 corderos y 40.980 cabezas de ovino mayor. El bovino más de 13.600 cabezas, de las que más de la mitad eran terneras y 3.182 añojos. Menores cifras presentan el caprino (3.463 cabezas) y el equino (716), donde la inmensa mayoría es caballar.

PUERTAS. VENTANAS. PORCHES. TERRAZAS

Pol. Ind. Las Casas Calle D (junto a Carglass) 975 22 13 47

+ QUE ALUMINIO

ALUMINIOS JOSE M. JIMENEZ

Estudio, control y prevención de TODO tipo de PLAGAS

TERMITAS | CHINCHES | CUCARACHAS | ROEDORES | MOSQUITOS
CARCOMA | HORMIGAS | PROCESIONARIA | PULGAS | LEGIÓNELLA | A.P.P.C.C.

Polígono Industrial Las Casas C/D. Parc. 44 Nave nº 10 (Soria)

www.serbiam.com

SORIA
CONSULTORES

Avenida Valladolid. N°8, Entreplanta (Soria)

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

EMPRESA

COMpra DIRECTA A TRAVÉS DE LA PROPIA WEB

Los huevos camperos de La Cañada pueden adquirirse directamente del productor, a través de la propia web de la granja.

Huevos de gallinas felices

LA CAÑADA SORIANA

Garantía y calidad

Los huevos camperos La Cañada Soriana se han convertido en un referente de máxima calidad de la agroalimentación de la provincia y de España, muy bien valorados por los clientes y consumidores más exigentes. El bienestar animal de las gallinas está avalado por la Asociación Nacional para la Defensa de los Animales.



PATXI VERAMENDI MORENO

La empresa La Cañada Soriana es otro ejemplo reconocido de la calidad de la agroalimentación de la provincia de Soria. Sus huevos camperos se pueden comprar ya en buena parte de España. Por supuesto, también en la provincia de Soria. ¿Todavía no los has probado?

En estos momentos, la granja cuenta con una capacidad de más de 30.000 gallinas, repartidas en cinco naves y dos fincas, con una producción de 700.000 docenas de huevos.

Se trata de un proyecto en crecimiento e ilusio-

nante, con mucho futuro y compromiso por delante, que está ayudando a reforzar ese marchamo de calidad y de natural que han conseguido tantos productos sorianos, gracias a la imagen que traslada Soria entre los consumidores.

La Cañada Soriana se crea en el año 2000, con la producción de pollos camperos. Pero en 2006 reorienta la actividad, y la granja pasa a dedicarse a la producción y venta de huevos camperos. Un cambio que surge como consecuencia de la asistencia a unas jornadas de agricultura, en las que se evidenció que

Bienestar animal avalado por la Asociación ANDA

Es importante destacar el compromiso que la granja La Cañada Soriana tiene con el bienestar animal. Sus gallinas están avaladas por ANDA (Asociación Nacional para la Defensa de los Animales), que certifica que estas gallinas cumplen con un bienestar animal superior al que marca y exige la legislación. Asimismo, garantiza que, realmente, son huevos

camperos, de animales que salen al aire libre y que tienen unos parques, con unas condiciones determinadas, como la existencia de un arbolado, para que las gallinas tengan sombra y protección. Además, ANDA valora otras acciones en el manejo y cuidado de los animales, que lleva a cabo la granja soriana, como es la purificación del agua, para garantizar que

consuman un agua limpia. Tampoco se corta el pico a las gallinas, y quizás fue la primera granja de producción que no llevó a cabo esa corta. Aspectos que evidencian la preocupación por un mayor bienestar animal, por unas gallinas "más felices", recuerda Ciria. ANDA nace en 1989 con el fin de proteger a los animales, y pronto se interesa por los de granja.

la legislación europea se encaminada hacia mayores exigencias de bienestar animal.

Así lo explica el responsable de la granja y joven ganadero Jesús Ciria García de la Torre, que decide construir una primera nave de 5.000 gallinas camperas, con su parque de paseo para que puedan estar sueltas. Contacta con una empresa de distribución de huevos, y a partir de ahí se va creciendo, hasta llegar al año al 2013, en el que La Cañada Soriana dispone de cinco naves en dos fincas, además de un centro de clasificación de huevos.

EMPRESA



El producto se reparte por buena parte de España, y se vende -principalmente- al 'detalle', es decir, en el pequeño comercio, en tiendas de barrio y más especializadas, en pue-

La producción es de 700.000 docenas anuales, en una granja con capacidad para más de 30.000 gallinas

tos de los mercados, en restaurantes... Una distribución "cercana" que se ha logrado gracias a un tremendo esfuerzo de trabajo, subraya Jesús Ciria, manteniendo un contacto directo con el comerciante y hostelero, "que nos permite dar a conocer mejor la calidad de nuestro producto".

No obstante, "la calidad de los huevos sorianos ha trascendido, los ha pedido algún gran distribuidor y pueden comprarse en ciertas grandes superficies".

Precisamente, La Cañada Soriana ha negociado y ha llegado a acuerdos con alguna marca

relevante, con la que se están concretando los detalles de la comercialización. "Y seguimos hablando con empresas", añade Ciria.

FUTURO

El sector se encuentra en un buen momento, por lo que las perspectivas de futuro para La Cañada Soriana son buenas. De hecho, las intenciones para los dos próximos años es incrementar la producción de huevos un 50%, un 25% cada año.

Los principales mercados de la marca sorianas están en torno a la provincia. Madrid es uno de ellos, en expansión.

“Las perspectivas de futuro son buenas. En los dos próximos años tenemos intención de incrementar la producción un 50%”

CENTRO DE CLASIFICACIÓN DE HUEVOS AUTOMATIZADO

Los huevos que ponen las gallinas de las cinco naves se clasifican, según el tamaño, a través de un eficiente centro de clasificación.

Apuesta por el medio ambiente

La sostenibilidad medioambiental es una preocupación para La Cañada Soriana, que no ha dudado en apoyar la investigación en el sector avícola. Por ello, ha participado en el proyecto Life-Ammonia trapping, para crear una planta piloto de tratamiento del amonio y amoníaco, que evite y reduzca estas emisiones. Este proyecto consta de tres fases principales. La primera es el diseño de prototipos, uno capaz de atrapar el amoniaco en la atmósfera, una vez se haya volatilizado; y otro para captarlo en residuos líquidos y digestato, donde se encuentra el amonio (antes de convertirse en amoníaco). La segunda fase es la construcción e instalación de estos prototipos en las

granjas, por lo que se instaló uno en la granja de La Cañada Soriana. Y la tercera fase es la monitorización de la captura de ese amoniaco. Pero esta apuesta por el medio ambiente, ha llevado a La Cañada Soriana a plantar 9,5 hectáreas de árboles en el entorno de la granja, para reducir la huella de carbono. Igualmente, el cereal que se utiliza para la alimentación de las gallinas es de la provincia, de los agricultores sorianos, con lo que además de reducir los kilómetros del transporte y el consumo energético, se apoya el desarrollo del sector primario de Soria. La agroalimentación es un pilar de la economía social del medio rural en la provincia soriana.

“Se reparte por buena parte de España, principalmente en el pequeño comercio, con una distribución más 'cercana'"

tendencia del mercado y de la normativa europea, las grandes empresas -que ya tenían muchas gallinas de jaula- se han incorporado a esta línea de producción. "Pero entre los productores pequeños de campero, nosotros estaremos entre los principales", apunta Ciria.

La Cañada Soriana está en la localidad de Aldealafuente, a 17 kilómetros de la capital soriana, a mil metros de altitud. Cuenta con unas modernas y amplias instalaciones, con la última tecnología; y con un equipo profesional de siete personas, bien formado en el manejo de los animales; si bien para ciertos servicios el número de trabajadores puede llegar a 15.

El tipo de huevo campero que se distribuye es de clase XL, M+L y S, a granel y en diferentes envases, con una rotación prácticamente diaria, que garantiza la total frescura del producto.

SIN ESTILO



Los colores que iluminarán el interior del hogar en 2022

Como cada año, los tonos naturales siguen estando de moda, son la tendencia en este nuevo año. Los tonos naturales son cálidos y profundos, permitiéndonos crear una atmósfera auténtica. Sin embargo, a diferencia de las temporadas anteriores, esta vez prescindiremos del beige y del gris ratón en la decoración interior del año 2022. Ambos son colores demasiados clásicos. ¡Y este año queremos que sea colorido!

El color Camel es el hilo conductor de la tendencia del estilo terracota, nos encanta su espíritu intemporal, chic y luminoso. El color Ocre es un amarillo que ayuda a crear un ambiente cálido y delicado. El color Coñac es un tono elegante y masculino para una decoración imponente.

El color Rosa Nude es el equilibrio perfecto entre el neutro y el color, que aportará un toque de luminosidad a tu habitación. La ventaja de los colores naturales es que son muy fáciles de combinar.

Además, esta temporada está de tendencia el Azul Pato, que se impuso el pasado año y continúa. También tiene protagonismo en la decoración el Verde. Eso sí, ambos en un tono más suave que en 2021, como el Verde Salvia, que transmite suavidad y frescura; o los azules cielo y azul bígaro, con toque violeta (color del año).



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



Consejos para realizar una compra online segura

La compra online está creciendo, y se está incorporando a los hábitos de las familias. Sin embargo, hay que tener cuidado, porque muchos delincuentes digitales tratan de estafar a los consumidores, muy vulnerables, en una herramienta poco conocida.

Por eso conviene tener en cuenta algunos consejos importantes. Para empezar, hay que pro-

teger los datos personales, que no hay que dar -como cuentas bancarias o número de tarjeta de crédito- si no estás en una zona segura.

Para evitar entrar en una web trampa o fraudulenta, el enlace debe tener una conexión segura <https://>

No hay que fiarse de promociones y oportunidades escandalosamente baratas, porque detrás

puede haber una estafa. Asegúrate que sean páginas serias y de contrastada garantía.

Hay que ignorar cualquier email que genere sospechas, que te lleve a enlaces o descargas que propicien desconfianza, que pueden ser la puerta a un virus. Por eso, es también esencial disponer de antivirus de calidad, que protejan bien los dispositivos.



Para vestir a tu hija en el día de la Comunión

Para vestir a tu 'princesa' en un día lleno de ilusión, magia y espiritualidad, como es la celebración de su Primera Comunión, confía en Soria Novias.

Si hay una primera experiencia vital que ilusione a tu hija, es ese día. Por eso, en Soria Novias recibirás el mejor trato, ofreciendo los modelos más exclusivos, de las mejores colecciones. Con la elegancia, aten-

ción, cuidado y el asesoramiento más cercano, Soria Novias te ayudará. Piezas únicas que harán que tu pequeña, y las madres, encuentren lo que se busca.

Soria Novias
Travesía Teatinos, 4 Soria.
Tel. 600 03 17 00

Apuesta por un maquillaje menos convencional y deja que tus ojos luzcan más

Si hay algo que diferencia a un maquillaje convencional de otro espectacular, es el de ojos. El tiempo que dedicamos a los ojos es primordial para obtener un resultado de revista. No decimos que a diario innoves, pero

sí de vez en cuando. No dejes que tus ojos luzcan siempre iguales, y abre el abanico de colores que te ofrecen las mejores paletas.

Las máscaras de pestañas no siempre tienen que ser negras; también existen las marrones, las azules e incluso las que tienen brillantes. En cuanto a los lápices de ojos, no te centres solo en el uso de uno. Puedes mezclar dos tonos como el verde (que sería ideal para la zona de mitad de ojo que va ha-



cia el rabillo), y el vainilla (que sería perfecto para la zona del ojo que va de mitad hacia el lagrimal).

Al unirlos, crearás un maquillaje único que puedes -además- finalizar con sombras en tonos marrones y beige.

Las cejas han cobrado máxima importancia. El accesorio más atrevido de la pasarela de los mejores diseñadores, no es un bolso o unos zapatos, sino unas cejas oscuras y marcadas.

Si las tuyas son finas, rellénalas con un lápiz de un par de tonos más oscuros que el color de tu pelo. Realiza trazos cortos y no presiones muy fuerte, o tendrás un resultado muy artificial. Después, equilibra las cejas densas con pestañas llamativas y largas.

Se utilizan mucho las pestañas postizas, pero actualmente las extensiones de pestañas están generalizadas: pide presupuesto.

LORENA MARTÍNEZ

Cuidate

SALUD Y BIENESTAR



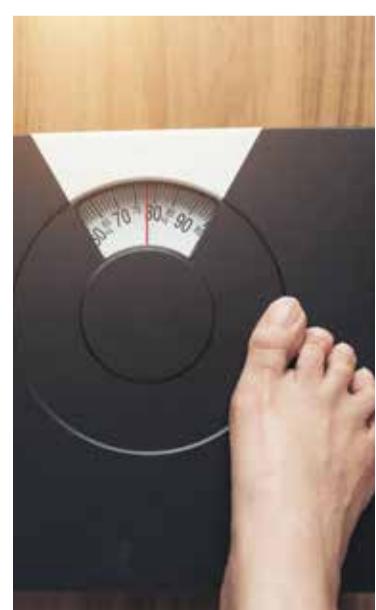
HIIT con intensidad

CONSEJO
Para esta segunda sesión de 2022 vamos a hacer un HIIT. Al realizar los 4 ejercicios, vamos a descansar un minuto. Hacer un mínimo de 4 series y un máximo de 6.

1. Frog jump: empieza con los pies a la anchura de los hombros y los dedos del pie apuntando hacia afuera. Haz la sentadilla despacio hasta que los dedos de la manos toquen el suelo y mantén la espalda recta. Luego levanta los brazos por encima de la cabeza y haz un salto. Aterrizá sin forzar en posición de sentadilla, con los dedos tocando el suelo.
2. Zancadas hacia atrás: separa las piernas a la anchura de tus hombros, y da una zancada hacia atrás en ángulo de 90° en la pierna de delante y doblando la rodilla de atrás lo suficiente pero sin llegar a tocar el suelo. Mantén la espalda recta y la planta del pie delantero apoyada en el suelo. Repite el mismo ejercicio con la otra pierna.
3. Flexiones laterales: coloca las manos en el suelo con una separación menor que la anchura de los hombros. Sin mover las rodillas (o los pies), eleva la mano derecha y desplázala hacia la derecha. Realiza la flexión en ese lado. Eleva el cuerpo y vuelve a la posición inicial, de tal manera que los pulgares se junten en el centro. Repite el mismo procedimiento en el lado izquierdo.
4. Sentadilla profunda: colócate de pie, con las piernas separadas a la altura de los hombros y las puntas de los pies orientadas hacia afuera. Baja con la espalda recta, inclinada hacia delante y los muslos paralelos al suelo. El glúteo, hacia abajo, quedando las caderas por debajo de las rodillas. Nunca deben sobrepasar las rodillas las puntas de los pies.



OCIO Y DEPORTE NO INDUSTRIAL
 Camino de la Piñorra, 4, 42004-Soria
 Tel. 605 843030



Lo que no hay que hacer para adelgazar

Con la llegada de febrero, en el invierno duro, seguramente estés pensando en que es el momento para perder unos kilos, antes de que llegue la primavera, para esperarla con un cuerpo menos pesado y más ágil.

De entrada, no te lances a hacer ejercicio 'a lo loco' horas y horas, como si te fuera la vida en ello. Es mucho mejor hacer un ejercicio intenso y más breve, de

media o una hora más o menos, porque así se pierde más grasa. Además, no te agobiará tanto y evitarás dejar de hacer deporte enseguida. Hay que dormir las horas suficientes, entre 7 y 9. Si se duerme poco se libera más hormona de cortisol y, por tanto, se acumula más grasa.

Y durmiendo muy poco se tiende a picotear por la noche. La alimentación es clave: no hay que picotear entre horas. Pero tampoco hay que pasar hambre. Hay que comer razonablemente, con una dieta equilibrada y mediterránea.

Algunos hacen la dieta de no desayunar, es decir, mantener un ayuno de 16 horas. Esta

Revisión para los más pequeños

Con la vuelta a las aulas y después de celebración de la época navideña, es un buen momento para que los más pequeños acudan a una revisión odontológica. El cambio de rutina durante las vacaciones (alimentación, higiene bucodental, etc.) puede haber afectado a su salud oral. Las visitas periódicas al dentista son esenciales para mantener la cavidad bucal en óptimas condiciones.

El 46% de los padres considera que sus hijos no tienen ningún problema de salud oral, según la última edición del Libro Blanco de la Salud Bucodental en España. Pero la realidad es muy diferente, ya que el 31% de los niños menores de 6 años en nuestro país tiene caries, y entre el 80 y el 90% de los dientes cariados no ha recibido el tratamiento necesario. Y es que solo el 71% de los padres afirma haber llevado a su hijo al dentista en el último año.

Los excesos de la época navideña pueden haber afectado a los dientes de los menores provocando problemas bucodentales que, a la larga, pueden derivar en patologías más graves.

Comenzar el año con una revisión bucodental, asegura que los más pequeños disfruten de una buena salud oral y, por tanto, general: "Los dentistas

haremos un diagnóstico y valoraremos las necesidades concretas de cada niño. Así, a los que presenten un mayor riesgo de caries, se les podrá aplicar selladores o un barniz de flúor para proteger los dientes", explica el Dr. Castro, presidente del Consejo General de Dentistas.

Y es que hay que desterrar el mito de que no es necesario tratar los dientes de leche cariados, porque se van a acabar cayendo para dar paso a la dentición definitiva. Pero cuidarlos es fundamental por varias razones: evitan infecciones (flemones) y dolor al niño, posibles complicaciones (infecciones renales o válvula cardíaca), y que el niño pierda horas de colegio.

Además, los dientes de leche guardan el espacio a los permanentes, por lo que, si los dientes definitivos erupcionan en una boca con dientes de leche cariados, van a tener mucha mayor probabilidad de enfermar.

En ese sentido, además de las visitas periódicas al dentista, desde el Consejo General de Dentistas, se recomienda llevar a cabo una serie de acciones, para que el niño -desde muy pequeño- aprenda el hábito de cepillarse los dientes correctamente.



CAMILO SAINZ

Colegio Oficial de Dentistas



los productos zero hay que saber que los edulcorantes que llevan, producen efectos parecidos al azúcar y activan la insulina, y la tendencia a acumular calorías sobrantes.

Las salsas son el enemigo de las dietas. Aunque la comida esté más insípida, si estás de dieta no consumas salsas. Provocan un incremento de calorías, grasas o azúcares. Incluso las que sean más light. Y respecto a los zumos, que sean naturales. Y junto al ejercicio, la alimentación adecuada y dormir bien, hay que tener una vida diaria activa, tanto en el ámbito laboral como en el familiar y el social.

CLASIFICADOS

PISOS/CASAS
VENTA

SE VENDE unifamiliar en urbanización con gran jardín, bien situada y orientada. Salón cocina, baño, aseo, 3 dormitorios y zona abuhardillada con sala de estar. Cochera para dos coches. Tel. 655 420 075

SE VENDE piso en la Avda. Valladolid. Económico. Orientación sur, servicios centrales. Dispone de 3 Habitaciones, 1 baño, Terraza cerrada y Posibilidad de palaza de garaje. Tel. 690 261, 615 053 847

SE VENDE casa de 173m² en Valdelubiel, a 6 km de El Burgo de Osma. Buenas vistas en lo alto del pueblo. Para reformar enteramente. 8000€. Tel. 609 041 484

SE VENDE solar urbano en Valdelubiel, a 6 km de El Burgo de Osma. 134m², orientación norte, este y sur para sacar ventanas. 5000€. Tel. 609 041 484

SE VENDE solar rústico orientación sur a 1 km de El Burgo de Osma. Tiene 3 bancales, 2529m², capacidad para merendero de 30m². Antes había un pozo que salía agua. 5000€. Tel. 616 767 908

SE ALQUILA cochera para autocaravana en Soria. Tel. 619 726 645

VENDO piso céntrico, Soria, plaza de toros, 4 habitaciones, salón, cocina, baño, terraza, calefacción, ascensor, 3^a planta. Tel. 649 555 881

PISOS/CASAS
ALQUILER

SE ALQUILA piso 60 m, 3 dormitorios, soleado. Reformado. Calefacción gas. No ascensor. 450 euros. Trabajo estable. Alquiler larga duración. Tel. 655 303 239.

LOCALES/ NEGOCIOS

ALQUILÓ local comercial en Carretera de Logroño, nº 19. Múltiples servicios, alarma, agua, servicio acon-

dicionado para varios usos: "Colmao", frutería, panadería, plantones invernaderos. Abstenerse curiosos. Tel. 616 767 908

SE ALQUILA cochera para autocaravana en Soria. Tel. 619 726 645

VENDO cochera cerrada en la Calle Doctrina. Tel. 617 796 477

SE ALQUILA plaza de garaje en C/ Elio Antonio de Nebrija, zona Avenida de Valladolid/Bar Gari. Precio 50€/mes. Tel. 627 56 15 93

SE VENDE O ALQUILA local 475m, totalmente equipado. Tel. 696 940 126

SE ALQUILA local para peluquería o para otras actividades en C/ Mayor numero 17 bis bajo. Tel. 659 18 79 16

EMPLEO

Si eres una empresa y buscas trabajadores, envíanos tus

ofertas de empleo a:
trabajo@sorianoticias.com

MOTOR / CAMPO

SE VENDE Audi A3 150 CV gasolina, color negro, 3 puertas y techo solar. Del año 2003. Tel. 618 726 931

VENDO R5 GTL Clásico. Pasada ITV. Guardado en cochera. Tel. 616 762 692

SE VENDE Citroën Saxo gasolina 5 puertas 900 € Tel. 975 661 185

SE VENDE licencia de taxi en Soria. Precio a convenir. Tel. 616 262 171

SE VENDEN 28 hectáreas en 4 fincas de cultivo en Fuentetovar (minicipio Velamazán). Tel. 659 536 804 y 608 832 726

SE VENDE Tractor SAME TIGER SIX 105, perfecto estado. ITV en vigor. 11800 horas la mitad de caminos. Soria. Único dueño. Tel. 608 310 369

HOGAR

VENDO Canapé Pikolin de 190 x 150 en perfecto estado, 2 años de uso. Tiene gran capacidad de almacenamiento y sistema hidráulico. 250€. Email: angelorum@gmail.com

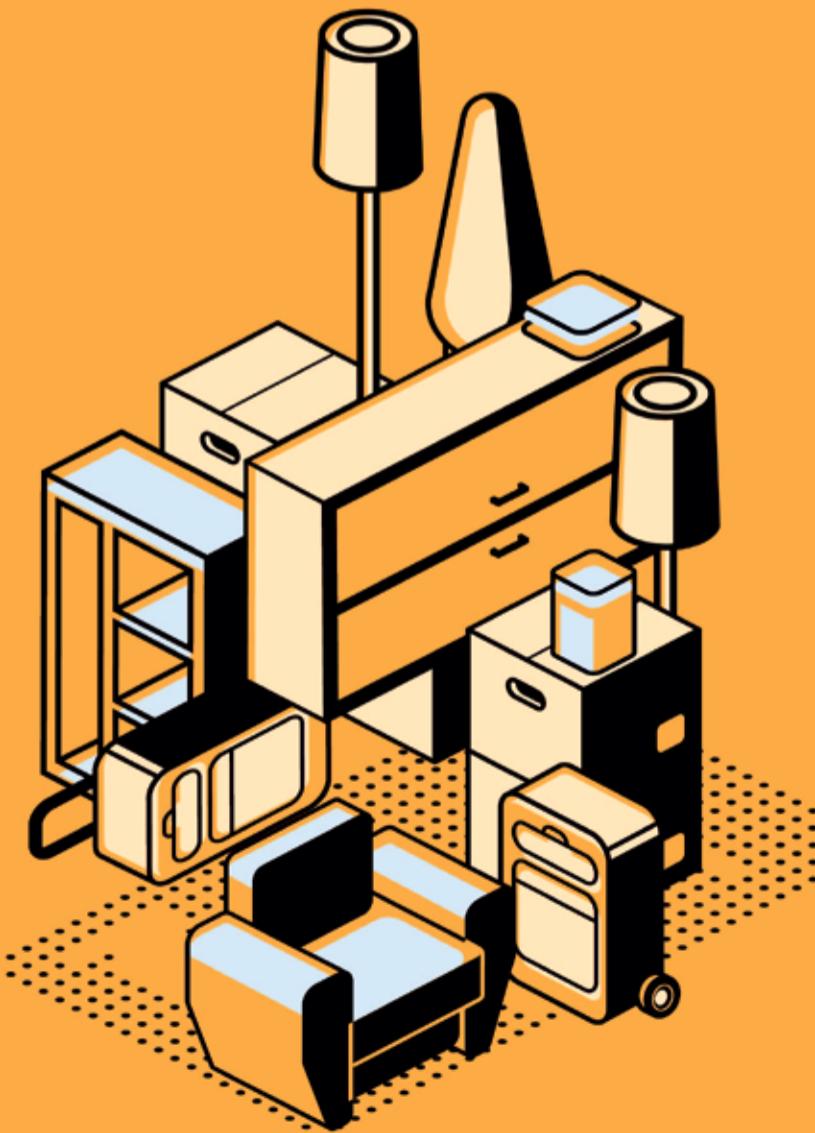
VENDO leña de roble seca cortada a domicilio. Tel. 636 215 069

VARIOS

COMPRO Y CAMBIO fotografías y tarjetas postales antiguas. Tel. 627 707 352

VENDO revistas Soria 1^a y 2^a época Celtibérica y libros de Temática Soriana BARATOS. Tel. 609 197 074

GAFAS EXTRAVIADAS en la calle Cerro de los Moros, olvidadas en un banco. Se gratificará. Tel. 667 455 914



**¿CANSADO DE TRASTOS EN CASA?
¿NECESITAS ALQUILAR O VENDER TU CASA?**

Anuncia tus artículos en Soria Noticias, en nuestra **versión en papel** y **nuestra página web** sorianoticias.com

Puedes venir a nuestras oficinas en **Venerable Carabantes 1B -Bajo 6 (patio de "Las Moreras")** junto a **Seguridad Social. en Soria de 10 a 14h de lunes a viernes.**

Puedes hacerlo mediante la página web o app en sorianoticias.com/anuncios_clasificados o accediendo desde el **menú de servicios**.

Por solo 2€ publica tus anuncios clasificados en nuestras dos plataformas. **Este servicio solo se presta a anunciantes particulares.**

**VENERABLE CARABANTES 1B -BAJO 6
(PATIO DE "LAS MORERAS")
JUNTO A SEGURIDAD SOCIAL.**



CASTILLA Y LEÓN



Stand de Castilla y León en la 42 edición de la Feria Internacional de Turismo, FITUR.

Presumir de turismo rural en Fitur

SN

En la 42 edición de la Feria Internacional de Turismo, FITUR, celebrada en Madrid, el stand de la Junta de Castilla y León ha visto incrementada su actividad un 30 % respecto al pasado año, incrementando de 1.100 a 1.430 contactos comerciales.

La Junta de Castilla y León confía en que el incremento de los contactos comerciales registrados en esta cita marque la senda de la recuperación

del sector turístico. En esta edición, la Consejería de Cultura y Turismo ha mantenido el planteamiento del pasado año, unificando en el stand la zona de promoción institucional y la zona de negocio, promoviendo un mayor aprovechamiento comercial, que se ha tra-

ducido en un aumento de los contactos. El espacio comercial ha contado con 20 mesas de trabajo, donde se han mantenido las reuniones y encuentros comerciales por parte de los empresarios del sector.

Durante los cinco días que duró la feria espa-

ñola más importante del mundo del turismo, el stand de Castilla y León ha acogido en sus 789 metros cuadrados de superficie múltiples actividades de promoción de diferentes productos turísticos de las nueve provincias y del Consejo Comarcal de El Bierzo, que han contado con un mostrador promocional individualizado.

Los productos turísticos consolidados en la oferta de la Comunidad han centrado parte del

SORIA, PRESENTE EN FITUR CON LA VULCANALIA

El Ayuntamiento de la capital promocionó el evento de agosto con Tierraquemada y también las bondades de nuestra gastronomía.

Apuesta por el vino y el Camino de Santiago

cual se han monitorizado algunas zonas, con el objetivo de conocer las impresiones del público que lo visita y que puede contemplar diferentes espacios de la amplia oferta, a través de las gráficas y los audiovisuales. Por otro lado, con el objetivo de promocionar la Comunidad como destino de rodajes y con la colaboración de la Film Commission Castilla y León, el stand ha contado con un fotomatón dinamizado durante el fin de semana, destinado al público final asistente a la feria que, además, está participando en los diferentes talleres infantiles programados y actuaciones musicales y artísticas.

SECTOR CLAVE

Los datos, aun marcados y mermados por la pandemia, arrojan que la Comunidad sigue siendo líder en turismo rural, tanto en número de viajeros, alcanzando los 680.000, como en pernoctaciones, rebasando los 1,4 millones a lo largo de 2021. También se elevó el gasto turístico por encima de los 1.430 millones de euros.

Además, según los datos de la Seguridad Social, al cerrar el pasado ejercicio había más de 70.200 afiliados en este sector en Castilla y León, lo que representa un incremento respecto a 2020 del 12 %.

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

jam@mochuelojam.es

SERVICIO DIARIO

NACIONAL Y PROVINCIAL

ENVÍOS INTERNACIONALES

CARGAS COMPLETAS

TT. PESADOS

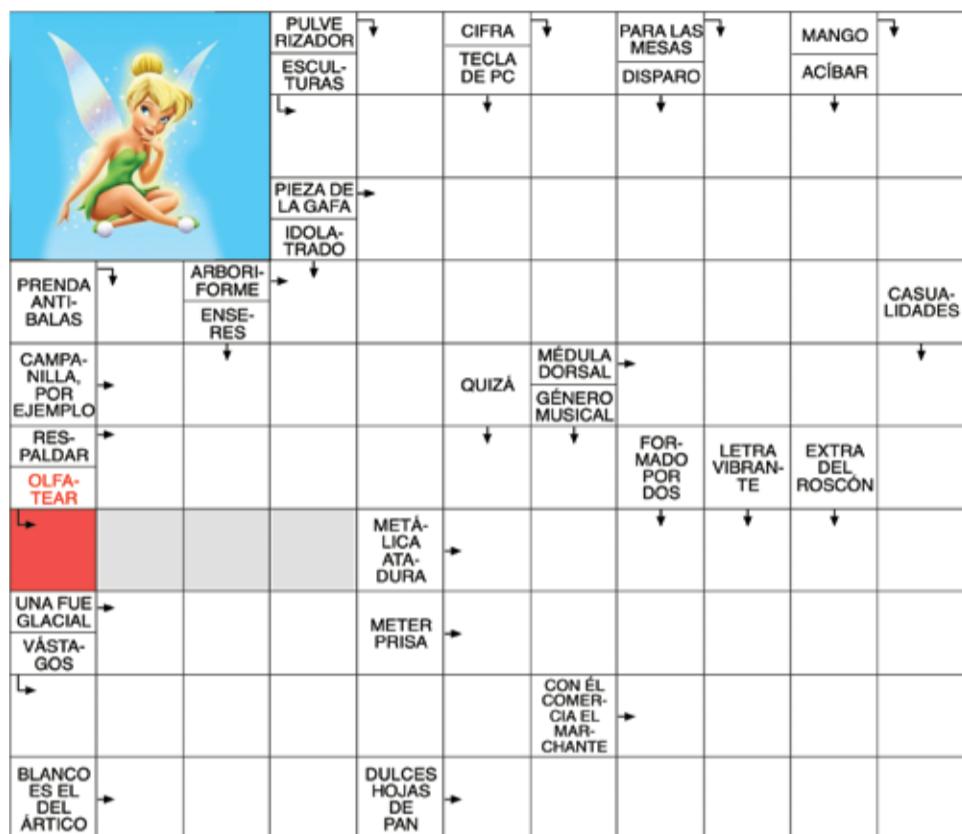
EXPRESS





PASATIEMPOS

AUTODEFINIDO

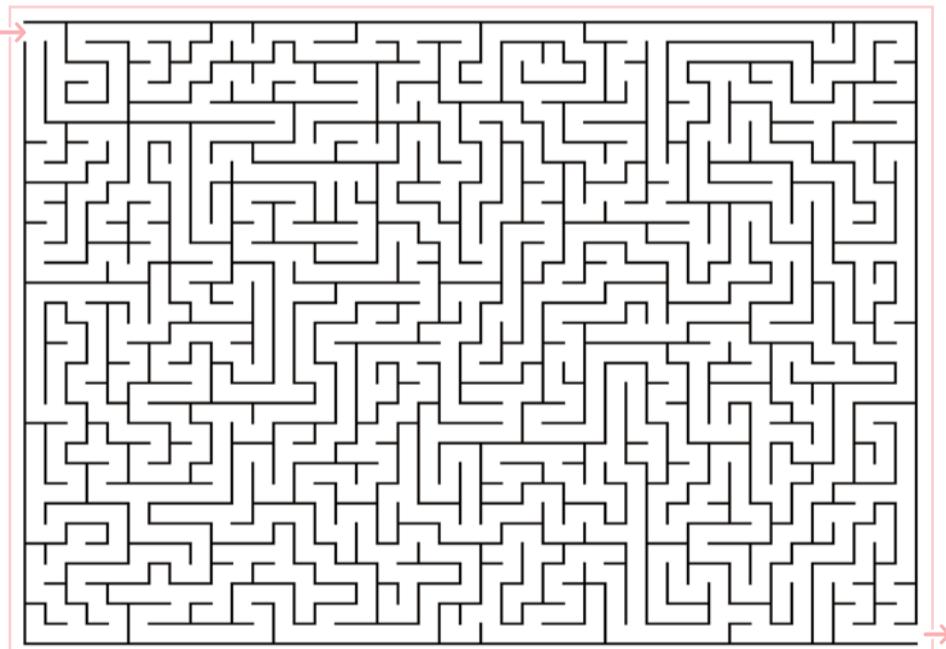


SOPA DE LETRAS



7 RÍOS DE LA PROVINCIA DE SORIA

ATRAVIESA EL LABERINTO



ADIVINANZA

Un cuadrado tiene de envase, redonda es su base y triangular la porción.

PALABRAS DESORDENADAS

Ordena las siguientes palabras y forma un refrán.

**MÁS DINERO LARGO EL FEBRERO
MES CUANDO HAY NO**

Refrán:

* SOLUCIONES DEL MES ANTERIOR. Adivinanza: La letra "s".

Palabras desordenadas: "Cada persona es dueña de su silencio y esclava de sus palabras".





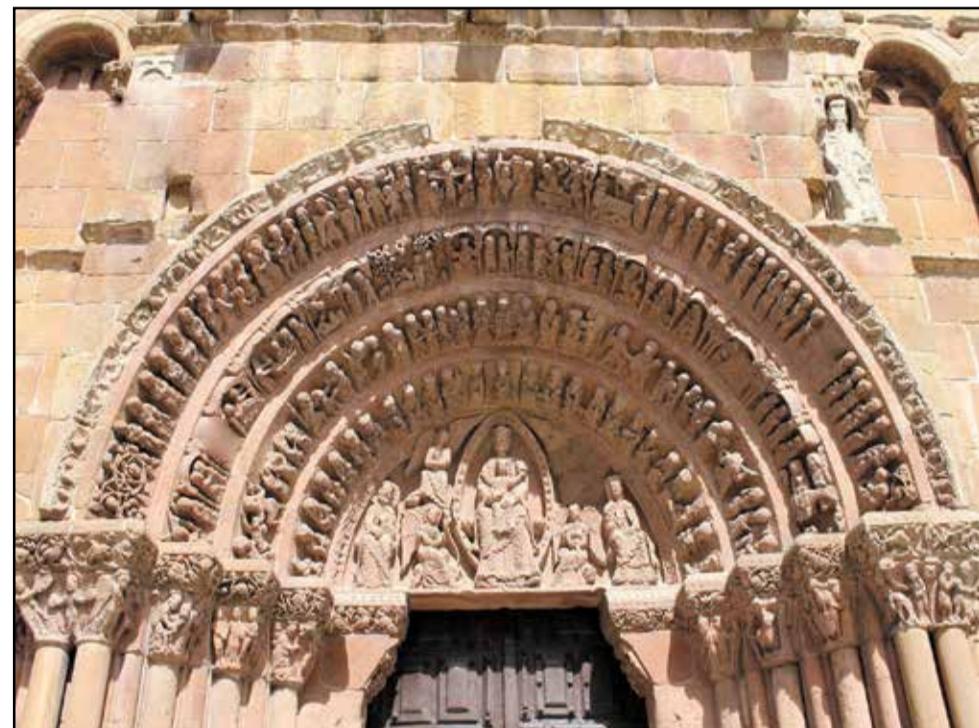
PASATIEMPOS

7 DIFERENCIAS

ORIGINAL



TU BÚSQUEDA



Portada iglesia Santo Domingo (Soria)

SUDOKUS

			2	8	5			
		6						7
8	6			5	3	4		
8	6	9	2	3				
5	1	2			7			
4			5					2
2	8		6					
5		4		2	7			
4				6	3	9		

FÁCIL

		3		7				
8	3		5					
9					3	2	4	
	7	8	6	2		3		
4		9						
3	5	2					6	
			9	3	8	6		
5		7	8			4		
6			4			3		

NORMAL

		8				7	4	
5		9						
	8				3	2	4	
	4	6					8	5
1		5					9	
8			9	2				4
	5	7						9
9			4			5	6	2

DIFÍCIL



DESCUBRE EL PUEBLO

En el segundo conjunto de letras hay unas cuantas que no están en el primer conjunto. Cuando las hayas encontrado, ordénalas y forma el nombre de una localidad soriana. Además, en la imagen de la izquierda, tienes un detalle que te ayudará a identificarla.

X N T L M V J Y E W D
A I C L R I K Z N B E

E I A L K Z Ñ L D M V J N B E D
A R S I X E N Y E L A W O T C L R

Localidad:

* SOLUCIONES DEL MES ANTERIOR. Descubre el pueblo: "MEDINACELI".



REGRESA LA FERIA DE LA TRUFA

La Feria de la Trufa de Soria regresa este 2022 a Abejar. Vuelve, tras el parón impuesto por el coronavirus, con su 19 edición para el tercer fin de semana de

FECHAS: 19 Y 20 DE FEBRERO
LUGAR: RECINTO FERIAL DE ABEJAR

febrero. Una de las novedades será la celebración, el 12 de marzo, de la primera 'BTT Trufa', que discurrirá por territorios truferos entre Abejar y Cabrejas del Pinar.



TEATRO

UN PICANTE MUSICAL, ESTRELLA DE LA PROGRAMACIÓN CULTURAL

'Full Monty' llega a Soria con el mismo montaje, los mismos actores y la misma producción con la que ha estado las últimas semanas en la Gran Vía madrileña. El musical se pondrá en escena los días 4 y 5 de febrero en el Palacio de la Audiencia. Promete una historia llena

de corazón, con humor afilado y mucho dinamismo, una comedia conmovedora y optimista imprescindible en estos momentos. Sin pasar por alto una banda sonora que consiguió colar varios de temas en la memoria colectiva de toda una generación.

FECHAS: 4 Y 5 DE FEBRERO
HORA: 20:30
PRECIO: 22 €

NO TE LO PIERDAS

SAN BLAS, EN ARCOS DE JALÓN

Los días 3, 4 y 5 de febrero Arcos de Jalón volverá a rendir honores a San Blas, San Blasito y Santa Ágreda, con diversos actos culturales y festivos.

FECHA: 3, 4 Y 5 DE FEBRERO
LUGAR: PARROQUIA Y CALLES DE ARCOS DE JALÓN

UN SUEÑO CON 'LA LÁMPARA MARAVILLOSA'

El Palacio de la Audiencia invita a soñar en familia con la obra de teatro 'La lámpara maravillosa', un llamativo espectáculo de títeres y actores.

FECHA: 19 DE FEBRERO
HORA: 12:30 HORAS
PRECIO: 6 EUROS

SNOW RUNNING, EN SANTA INÉS

El Punto de Nieve acoge la tercera y última prueba de la Copa de España de Snow Running con presencia de los mejores especialistas.

FECHA: 19 DE FEBRERO
LUGAR: PUNTO DE NIEVE SANTA INÉS
HORA: 17:00 HORAS



Ayuntamiento de
Duruelo de la Sierra



Disfruta
de El Burgo
de Osma



HOY CON:
Jaime Martínez
El Balcón del Brezal

ENCARNA MUÑOZ

LASAÑA DE BERENJENA CON SETAS

El Balcón del Brezal propone una receta completa, con la que se ha conseguido reunir lo mejor de los montes sorianos y todo el potencial nutritivo de la huerta. Se saborea de frente, se disfruta sin disimulos.

Todo el sabor del fuego lento vestido de sencillez.

RECETA

► **Ingredientes:** berenjena, ajo, cebolla, barreja (mezcla de seis tipos de setas), tomate natural, un queso que funda bien, aceite de oliva y sal.

► **Elaboración:** requiere tres cocinados previos. El primero es el de la berenjena. Hay que sudarla antes para quitarle el amargor. Para ello, se corta en rodajas y se deja reposar con sal durante 20 minutos. Para cocinarla hay dos opciones, pasárla por la sartén o llevarla al horno.

► En una sartén con aceite de oliva se sofrién bien la cebolla y el ajo. Se agregan las setas y sal al gusto.

► El tomate se debe hervir y triturar antes de freírlo para que sirva como salsa.

► El plato se arma por capas intercambiando setas y berenjena. Se cubre con salsa de tomate y el queso. Se lleva al horno para terminar.



Todo el carácter de los Pinares elevado entre fogones

Jaime Martínez tiene la garra que requiere un negocio propio. De alma inquieta y corazón aventurero, lucha cada día para ofrecer un mejor servicio y mantener vivo su pueblo. Su cocina, como él, va de frente. Con productos de cercanía y fuego lento, sin postureros.

Ubicado en el corazón de la comarca de Pinares y a un paseo del mayor tesoro natural de Soria, la Laguna Negra, El Balcón del Brezal presume de historia y de nombre. Comer aquí no se olvida, y así lo demuestra la tradición oral de la provincia, que alaba sus carnes (y su chuleton) sin escatimar en elogios.

La fama cuesta, y aquí han pagado con mucho trabajo para que esto sea y siga siendo así. Jaime Martínez es el responsable del establecimiento y el dueño de su cocina, y tiene meridianamente claro lo que busca quien se sienta a su mesa. "Nuestro producto es de casa", expresa. Se refiere, sin duda, a la carne de la zona, que alcanza una calidad excepcional tanto en vacuno como en ovino. Tampoco olvida la importancia de la micología, que "ahora vuelve locos a todos, pero aquí se explota desde hace décadas"; ni el potencial de los vegetales que "cultivamos durante todo el año en nuestra huerta".

Aquí no solo se come con los ojos, se saborea como antes y los platos acaban vacíos. Disfruten, es real.



**OFICINA
DE INNOVACIÓN
CONTRA
LA DESPOBLACIÓN**

oficinadeinnovacion@dipsoria.es


Diputación
de Soria


UVa



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

CUBO DE SNACKS

NUEVO



**¡INCLUYE
3 SALSAS
GRATIS!**