



Luces, cámara...

4.000 películas presentadas, 60 cortometrajes procedentes de más de 20 países en la sección oficial, y 12 intensos días para disfrutar del séptimo en pequeñas dosis. La capital acoge del 13 al 27 de noviembre la decimoctava edición del Festival Internacional de Cortos Ciudad de Soria.

PÁGS. 20 Y 21

JOSE ANTONIO DÍAZ



LA ENTREVISTA PÁGS. 14 Y 15

“La diabetes y la obesidad son las epidemias del siglo XXI”

El doctor Ramon Estruch, referente mundial de la dieta mediterránea, visita la provincia para participar en el Soria Saludable. “Vengo a conocer cómo Soria ha sido capaz de cambiar los hábitos alimentarios y reducir las enfermedades crónicas”, asegura.

EL REPORTAJE PÁGS. 6 Y 7

Ordenanzas sanjuaneras

Seis voces autorizadas comparten su opinión sobre la nueva regulación de las fiestas. El proceso, que se prevé largo, se realizará en varias mesas temáticas de trabajo.

LA ISLA CAFÉ

ahora es un paraíso.

Ven a descubrir un archipiélago de sabores muy tradicionales

Apertura
día 28/10

Ronda Eloy Sanz Villa nº2 bajo. Tlf. 975246728



Club Socio

La comunidad de Socios de Caja Rural de Soria

www.club socio.es



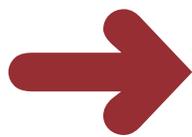
1'49€



9 KING NUGGETS®

**POR TIEMPO
LIMITADO**





OTRAS COSTUMBRES DE LA PROVINCIA

ÁGREDA. Los habitantes de la villa, también tienen su propia tradición. La tarde del 1 de noviembre los vecinos rezan el Santo Rosario en el Campo Santo de la localidad de la Comarca del Moncayo.



la noticia

El puente de Todos los Santos

UNAS TRADICIONES MUY VIVAS

La provincia de Soria cuenta con una larga lista de ritos y cultos, celebrados en torno a la noche de difuntos. Algunos de ellos, han conseguido perpetuarse a lo largo de los años, pero otros, han desaparecido debido a la despoblación.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

Fotografía: DAVID ALMAJANO

Soria guarda y protege una gran cantidad de tradiciones en torno al Día de Todos los Santos. El 1 de noviembre los vivos recuerdan y honran a sus parientes fallecidos a través de la celebración de una serie de cultos y ritos. Unos, con poco tiempo de vida, pero otros sin embargo, se llevan festejando desde hace más de cien años.

En la provincia, el Festival de las Ánimas es el encargado de abrazar algunas de las tradiciones con las que cuenta la cultura soriana. Una labor, que como señala Ernesto López, uno de los organizadores del evento, se continuará realizando durante los próximos años para hacer de Soria, un destino original y diferente durante el puente de los Santos. Este año, a la Noche de las Ánimas de la capital se le suman el Samain en Garray, el paso del fuego en Las Cuevas y el Canto de las Ánimas en la localidad de Tajueco.

EL PASO DEL FUEGO

Fue en Las Cuevas dónde Ernesto López y sus amigos comenzaron a

LOS DATOS

01:

DE NOVIEMBRE

Es el Día de Todos los Santos. Los vivos recuerdan y honran a sus parientes fallecidos con una gran diversidad de ritos y cultos.

04:

TRADICIONES

Son las que "se abrazan bajo la sombra del Festival de las Ánimas". Se realizan en Soria, Tajueco, Garray y Las Cuevas de Soria.

100:

AÑOS O MÁS

Son los que se lleva celebrando el Canto a las Ánimas de Tajueco, una de las tradiciones sorianas que se han conseguido conservar.



Detalle de una de las imágenes, ubicadas en el cementerio de la capital soriana. /DAVID ALMAJANO

celebrar el rito que ahora los vecinos de la localidad celebran cada año. Los jóvenes asustados por la magnitud que alcanzó la Noche de las Ánimas en Soria, decidieron trasladarse al pueblo soriano, adaptando la actividad a la población. El paseo nocturno, la caldereta o chocolatada, el paso del fuego y la lectura forman parte ya de la cultura del lugar.

EL CANTO A LAS ÁNIMAS

El Canto a las Ánimas de Tajueco es una de esas tradiciones centenarias con las que cuenta la provincia. Los hombres de la localidad recitan con fervor "una especie de estrofas durante el atardecer del mismo 1 de noviembre". Los cánticos se realizan todos los años y López explica que "es una de las pocas actividades

Los organizadores del Festival de las Ánimas comenzaron la tradición de Las Cuevas.

El Samhain, rito celta que simboliza el paso al lado oscuro, ha sido recuperado en Garray.

Soria, un destino diferente y original en el puente de Todos los Santos.

que han conseguido perpetuarse a lo largo de los años, gracias al esfuerzo desinteresado de todos los habitantes del pueblo".

EL SAMAIN DE GARRAY

El Samain "recuerda mucho a los ritos celtas y paganos que se realizaban en la península y en todo el norte de Europa para celebrar el término oficial del verano". En el 2015, la Asociación Cultural Tierraquemada de Soria presentó la propuesta para rescatar la actividad y este año el Samain se ha convertido en realidad.

La recuperación del rito en la localidad de Garray supone la vuelta a los inicios del puente de Todos los Santos, y el retorno a la versión original, la celebrada por los celtíberos.

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

El Periódico de Soria S. C.

C/ Mayor nº 17. 42002. Soria

Tfno.: 975 12 34 69

www.sorianoticias.com / elperiodico@elperiodicodesoria.com

Dirección: **Sergio García** sgarcia@elperiodicodesoria.com

Coordinación: **Patxi Veramendi** pveramendi@elperiodicodesoria.com

Fotografía: **David Almajano**

Redacción: **Pedro Calavia, Chusja Andrés, Patricia Blázquez, Alfonso Blasco**
redaccion@elperiodicodesoria.com

Director Comercial: **Juan Carlos Díaz** jcdiaz@elperiodicodesoria.com

Publicidad: 975 100 900 publicidad@elperiodicodesoria.com

Dpto. Técnico: **Jesús Esteras** jesteras@elperiodicodesoria.com

Imprime: **Bepsa** Depósito legal: **SO-74/2015**

Si te tienen
que hablar así...

quizá deberías
revisar tu audición.

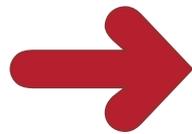
REVISIÓN GRATUITA

MICROAUDIO

CENTROS AUDITIVOS DE MULTIÓPTICAS



N.A.S: 42-E-10



PREMIO DE MICOLOGÍA DE CASTILLA Y LEÓN

EL CHEF ITALIANO, ENRICO CRIPPA recibió el primer 'Premio de Micología de Castilla y León', que otorgará la Consejería de Cultura y Turismo cada año a personas, colectivos o instituciones en reconocimiento a su trabajo a favor de la micología de Castilla y León.

V CONGRESO INTERNACIONAL 'SORIA GASTRONÓMICA'

Hablando de, MICOLOGÍA

La nueva edición del congreso gastronómico ha dado un paso fundamental para la promoción de uno de los recursos sorianos más preciados, la trufa. El hermanamiento con la *Tuber magnatum* italiana posicionará mejor a Soria en el mapa micológico mundial.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

¿Hacia dónde va la cocina?, ¿qué papel juega la micología dentro de la gastronomía? La respuesta a estas dos cuestiones resume parte de lo debatido y tratado en la quinta edición del congreso internacional de micología celebrado en Soria.

La reunión gastronómica, a la que asistieron 403 personas, casi el doble que en el año 2014, es el escenario perfecto para que los grandes chefs del momento expongan sus novedades, y lo que es más importante, dialoguen y pongan en común sus propuestas con las de sus compañeros de profesión y otros expertos.

Está claro que España es un referente gastronómico, pero es fundamental que el colectivo de cocineros camine unido para que continúe siendo así. En Castilla y León, se está consiguiendo gracias, entre otras cosas, a Soria Gastronómica y a la buena relación que existe entre ellos, como apuntaron diversos cocineros de la región. Uno de ellos, Rubén Amanz, explicó la importancia de este vínculo para lograr objetivos comunes, y el claro

ejemplo está, en las comunidades autónomas que comenzaron hace ya muchos años como el País Vasco.

La cocina española está cambiando, y como muchos piensan, atrás quedó la revolución gastronómica que creó Ferrán Adrià, importantísima para la historia de este país, que está volviendo a lo natural, a los productos de la tierra, a la cocina 'Kilómetro 0' como antiguamente.

Las claves del éxito para uno de los propietarios y chefs de El Ermitaño son claras, "primero el producto, segundo el conocimiento y por último la sensibilidad". Con estas tres premisas el zamorano opina que es difícil no triunfar. Y no solo los castellanoleoneses, los gallegos también transitan por el mismo sendero, y Pepe Solla afirma que "a veces las fórmulas mágicas son las más sencillas".

PRODUCTOS MICOLÓGICOS

Respecto a la micología, los cocineros también están de acuerdo. Las setas son productos muy ver-

403 personas asistieron al congreso, casi el doble que en la edición de 2014.

Pepe Solla, chef gallego: "a veces las fórmulas mágicas son las más sencillas".

sátiles y ofrecen muchas posibilidades en la cocina, siendo protagonistas o formando parte de la guarnición, y tanto en elaboraciones saladas como en dulces.

En cuanto a cocina micológica se refiere, Castilla y León está avanzando a pasos agigantados con el objetivo de ser referente. Los recursos con los que cuenta y el trabajo de los profesionales de la región han sido primordiales para su crecimiento. Y ahora, toca concienciar al comensal del consumo responsable de los productos micológicos y del respeto a la naturaleza durante la recolección.



Bill Jones, geólogo y cocinero, durante su ponencia en Soria Gastronómica 2016. /SN

globaldeco  **Muebles Frías**



La mayor exposición de muebles de Soria y provincia

Ctra. de Logroño 35, Tel: 975 22 16 20. Fax: 975 22 16 28

PISCIS Bar Restaurante



CENAS Y COMIDAS DE NAVIDAD PARA GRUPOS Y EMPRESAS
!RESERVE YA! PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
VARIEDAD DE MENÚS Y PRECIOS.

Calle Tejera, 14, 42001 Soria • Teléf. 975 22 20 51 • www.hermanosarranz.com

 **m-audiovisuales**

Unidades móviles de radio y televisión.
Emisiones en directo por internet.
Producción audiovisual.
Comunicación y sonorización.

www.m-audiovisuales.es
Teléf. 659 171 258
info@m-audiovisuales.es



BOLETUS, REPOLLO, CIGALA Y ALGAS

ÓSCAR GARCÍA de Baluarte propuso esta mezcla de ingredientes en uno de sus platos presentados en el congreso. Todos ellos unidos con un caldo de cocido elaborado con la técnica de Camarena, en olla a presión y poco tiempo.



LAS CLAVES DE SORIA GASTRONÓMICA 2016

“¿DÓNDE ESTÁ LA IDENTIDAD?”

Con esta cuestión el gallego, Pepe Solla, abrió la quinta edición del congreso. El chef, que presentó siete elaboraciones de setas muy interesantes, consiguió que todos los asistentes meditaran acerca de la personalidad de las distintas cocinas. Para él, el secreto está en el uso de técnicas aprendidas por todo el mundo, utilizando productos de la tierra, en su caso, gallegos, y siempre, aportando un toque personal.

ALGAS, SETAS Y JAPÓN

Las algas y las setas casan a la perfección, y así lo demostraron Óscar García y Javier Olleros en su intervención. Los chefs presentaron seis platos que aunaban la cocina gallega y soriana, haciendo un guiño especial a Japón y a sus dos jefes de cocina nipones. El soriano, además, explicó los cuatro tratamientos que este año se están dando a las setas en Baluarte: confitadas, en crudo con aceite y limón, marinadas con alga kombu y con soplete.

LAS SETAS, HASTA EN EL POSTRE

Las setas y la cocina dulce no son incompatibles y este año el congreso ha dedicado gran parte de su tiempo a la unión de ambas. El cocinero Xoán Crujeiras explicó que los postres son la asignatura pendiente de los menús micológicos, un error que poco a poco se está subsanando. En Soria, hace ya tiempo y los gallegos se han puesto manos a la obra también. Una de las más utilizadas, el rebozuelo, por su aroma a albaricoque.

EL PROTAGONISMO DEL JAMÓN

No solo de setas fue la cosa, el jamón también estuvo presente y de la mano de Diego Hernández, maestro cortador y uno de los ponentes del primer debate del congreso, ‘Setas, trufas, algas o jamón... ¿protagonismo o guarnición?’. Las opiniones fueron diversas al respecto, pero sí se llegó a una conclusión; el jamón solo y maridado con un verdejo. Además, cada jamón tiene su encanto y el serrano es una muy buena opción, según comentó Hernández.

LA COCINA DE VANCOUVER EN SORIA

El geólogo y cocinero, Bill Jones, trajo a Soria la cultura micológica de Vancouver. La isla alberga más de 10.000 especies de setas, pero solo unas 15 se pueden utilizar en la cocina, ya que el resto no son comestibles. Otro de los hándicap con los que cuentan es la humedad, que hace que las setas se pudran antes, además de tener una gran cantidad de insectos. Pero lo que sí han logrado con éxito es el cultivo de trufas, tanto de Francia como de Tasmania.

EMOCIÓN Y SENTIMIENTOS

Elena Lucas cocinó para todos los asistentes en el Palacio de la Audiencia su menú más sentimental. La soriana ha puesto en él muchas emociones, y en cada plato plasma los sabores, aromas y recuerdos de su infancia. Su propuesta empezó con la recreación de una serrería, y continuó con su ‘por el mar corren las liebres’ y con ‘las sardinas por el monte’. Para concluir la de Navaleño realizó un postre de chocolate, turrón y bolitas de anís.

EL PIAMONTE, EJEMPLO GASTRONÓMICO

Los italianos han sabido promocionar muy bien su gastronomía y productos, y Enrico Crippa es un gran ejemplo de ello. El chef, galardonado con tres estrellas Michelin, cuida y mimó el gran tesoro del Piamonte, la trufa blanca de Alba, hermana de la soriana desde el pasado 25 de octubre. Un paso muy importante, que conseguirá dar un impulso a la joya de la gastronomía de Soria, cada vez más conocida en el resto del mundo.

CATALUÑA Y LA MICOLOGÍA

La ponencia de Xavier Franco demostró que lo sencillo siempre triunfa. El chef del Montseny trajo a Soria Gastronómica cuatro platos exquisitos, elaborados con setas de la zona, en la que no hay una gran producción, pero sí mucha diversidad. La fórmula: buenos productos, técnica y trabajo. Convirtió el típico revuelto de setas en un delicioso aperitivo, elaborado con yemas cocidas a baja temperatura, setas y bacalao.



El Balcón del Brezal

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



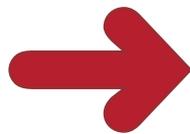

**FUNERARIA
TANATORIO
MUNICIPAL
DE SORIA**

MÁS QUE UNA FUNERARIA, MÁS QUE UN TANATORIO

info@funerariaytanatoriosdesoria.com
www.funerariaytanatoriosdesoria.com

975 21 00 00 24h

FUNERARIA
TANATORIO
MUNICIPAL
DE SORIA



¿QUÉ ES UNA ORDENANZA MUNICIPAL?

LEGISLACIÓN: Son disposiciones administrativas de carácter general y de rango inferior a la ley elaboradas por los entes locales que, en la esfera de su competencia, los Ayuntamientos pueden aprobar. Ni las Ordenanzas, ni los Reglamentos locales, contendrán preceptos opuestos a las leyes.



El alcalde de Soria, Carlos Martínez, en un momento de la reunión. / AYTO DE SORIA.

PRIMER FORO ABIERTO PARA LA REVISIÓN DE ORDENANZAS

En busca del mayor consenso sanjuanero posible

El ayuntamiento de Soria abrió sus puertas para que todo soriano y sanjuanero ofreciese su punto de vista sobre la regulación de las fiestas.

Un foro abierto a la ciudadanía dio comienzo al gran debate de la modificación de las ordenanzas sanjuaneras. Uno de los temas más polémicos en Soria durante los últimos años será objeto de debate desde las administraciones locales, asociaciones y ciudadanos en general. Tras la primera reunión celebrada en el salón de plenos del ayuntamiento de Soria este pasado mes de Octubre se crearán grupos de trabajo para analizar y buscar el mayor consenso posible en todos los temas y propuestas que han

ido surgiendo.

Las opiniones que se expusieron en el foro celebrado el 19 de Octubre abarcaban diferentes temas, todas ellas con un punto en común "buscar un horizonte más allá de la polémica actual". Tras la intervención del alcalde y presidente de la comisión de cultura, Carlos Martínez, era turno de la ciudadanía. José Luis Chaín proponía formar mesas de trabajo separadas para simplificar

el trabajo en grupos más reducidos. Instantes después tomaba la palabra el presidente de la Asociación de Jurados de Cuadrilla, Antonio Soria, quien abogaba por hacer un cambio de ordenanzas respetando en todo momento la tradición. El

Se organizarán grupos de trabajo con el objetivo de concretar.

Por ahora no hay fecha para la próxima reunión.

debate en este punto surgía en la necesidad de "legalizar" las cuadrillas convirtiéndolas en asociaciones culturales. La polémica en torno a inclusión de jurados o juradas del mismo sexo no tardaría en aparecer, lo hacía en palabras de Sergio de Miguel quien considera que a día de hoy las fiestas "restan en vez de sumar", que los jóvenes no se implican y que toda modificación debe ir orientada al cumplimiento total de las leyes. Otro de los temas en los que coincidió la mayoría de presentes en el primer foro pasa por una reorganización de los barrios. En los próximos meses el debate continuará.

MOMENTOS CLAVES

01:

PRIMERA REUNIÓN

Bajo el modelo de foro abierto, sirvió para recoger diversos temas sobre los cuales debatir. Para ello se crearán grupos de trabajo.

02:

SAN JUAN 2017

Estas próximas fiestas las nuevas ordenanzas no entrarían aun en vigor, o -al menos- esa es la intención del equipo de gobierno.

03:

SAN JUAN 2018

Se prevé el año clave para estrenar las nuevas normas y leyes que regirán unas fiestas que evolucionan año tras año.



- Menús diarios: 6 primeros y 6 segundos + postre **12 €**

- Carta con productos típicos de la Zona:

- Carnes selectas a la parrilla • Ternera y buey de la zona
- Lechal al horno.

- Cócteles, combinados, gin tonics...

• Terraza en verano • Comida casera

Reservas: 975 056 003 - 677 130 562

Restaurante El Náutico "Junto a la presa del pantano"

Sra. Zia
gusto de mujer

Tienda de moda femenina exclusiva
para sentirse única

calle Puertas de Pro, 10
42002 (Soria).

swing swing swing
swing swing swing
swing

Buena música,
buenas copas,
buen ambiente.



PROCEDIMIENTO PARA LA APROBACIÓN DE ORDENANZAS

PLAZOS: Primero se deberá proceder a la aprobación por el pleno. Una vez publicada los interesados tendrán un plazo mínimo de treinta días para la presentación de reclamaciones y sugerencias. Entonces se procederá a la resolución de todas las reclamaciones presentadas y valoración o toma en consideración de las mismas.



¿Hacia donde dirigimos las ordenanzas?

Tras la primera reunión del foro abierto todo indica que el proceso será largo. El objetivo es crear varios grupos de trabajo para debatir cada uno de los aspectos a modificar de las ordenanzas. Soria Noticias ha preguntado a seis sanjuaneros su opinión. Jurados, peñistas y gestores de las principales webs y redes sanjuaneras dan su visión. Y usted, ¿qué opina; ¿Cómo deben ser las nuevas ordenanzas de las fiestas de San Juan?

IGNACIO LAPUERTA (JURADO 2016)



"Lo fundamental es concienciar a la gente acerca de la participación en nuestras fiestas con las cuadrillas como elemento central, ya sea como jurados o participando en ellas entrando como vecinos en las respectivas cuadrillas. Por eso es fundamental facilitar las cosas a quienes deseen ser jurados o juradas de cuadrilla, y lograr que todas las cuadrillas tengan un número de vecinos que entren en fiestas que les permita sacar adelante las fiestas. Hay que trabajar para evitar esperar al último día para conseguir jurados."

DANIEL ANDRÉS (SANJUANEANDO.COM)



"Creo que la nueva ordenanza debe recoger tanto los avances que hemos tenido como sociedad como las novedades que han ido surgiendo durante este tiempo, como el Desencajonamiento o las peñas. No es cuestión de meter en ella cuanto nos molesta, como la invasión del ruedo el Viernes de Toros, o todo lo que nos gusta porque creemos que es costumbre y ahí debe constar. No creo que la nueva ordenanza deba ser una especie de libro sagrado. Mucho que hablar y debatir en un tema complejo."

CARLOS BERMEJO (PRESIDENTE PEÑA RUBEN SANZ)



"Tradición, usos y costumbres, esa es la base principal para redactar las nuevas ordenanzas municipales, sin poder olvidar nunca la evolución y nuevas formas de vivir y sentir que tiene la sociedad actual. Estas nuevas normas tienen que ser acordes a nuestros tiempos pero sin olvidar a nuestros antepasados que son los que nos entregaron estos maravillosos ritos que los sorianos celebramos con la llegada del verano. Necesitamos unas normas que perduren en el tiempo y no pase como las actuales que han caducado muy pronto."

ASOCIACIÓN NUESTRAS FIESTAS DE SAN JUAN



"Las nuevas ordenanzas en nuestra opinión, han de ir simplemente encaminadas a correcciones de defectos o faltas de las anteriores. Defectos como no indicar la edad mínima para acceder al cargo de Jurado o faltas como el Desencajonamiento (instaurado a posteriori de su aprobación), o los mecanismos de actuación en el caso de que alguna cuadrilla no tuviese su Jurados el día del nombramiento. El pretender hacer un manual de instrucciones detallado de las fiestas de San Juan sería un error ya que una ordenanza no debe de tener esa pretensión."

DANIEL MARCELO (PRESIDENTE PEÑA POCA PENA 2017)



"Es necesario una actualización de las ordenanzas sanjuaneras acorde a los tiempos que vivimos. Creo que es necesaria la modificación de ciertos aspectos como que las cuadrillas sean una asociación cultural o incluir el día del desencajonamiento, entre otras cosas que se deberían valorar en las mesas de trabajo que se propondrán. Pero una cosa a tener en cuenta es que los sanjuaneros son una fiesta de todos y para todos, y que a la hora de tomar las decisiones, siempre respetando la tradición."

DIEGO ALTELARREA (A.C.T SORIANA DE ENCIERROS)



"Veo bien el cambio de las ordenanzas ya que los tiempos cambian y los sanjuaneros tienen que adaptarse a los tiempos siempre que no se pierda la verdadera esencia de las fiestas. Si los cambios facilitan la labor de los jurados y peñas será algo positivo. Algo importante también sería proteger el futuro de los festejos taurinos tras lo sucedido este año en pueblos como Tordesillas y las amenazas de grupos antitaurinos que año tras año ponen su mirada en nuestra provincia tanto en Medinaceli como en Soria."

Campsa gasoleo
REPSOL
GAS home SL
 eva home er
 Pol. Ind Las Casas
 C/ R Parc 294
975 23 08 53

MALVASIA
FOIE GRAS
ALTA EXPRESIÓN
 PATO ASADO
 www.malvasia.com.es

CSI-F
 empleado público
Estoy Xti



OBRAS MUNICIPALES

Nueva zona recreativa en el barrio de Santa Bárbara

P.B.P.

Los alumnos del Taller Dual de Jardinería finalizaron el 31 de octubre los trabajos focalizados en la parcela del barrio de Santa Bárbara, ubicada junto al Conservatorio.

Esta intervención del Ayuntamiento, con un coste en material y obra de más de 70.000 euros, permite poner en servicio una nueva zona recreativa para el barrio, recuperar un espacio degradado y cumplir una demanda de la Asociación de Vecinos de Santa Bárbara.

El alcalde de la capital, Carlos Martínez, ha avanzado que posteriormente se ubicará un parque de juegos infantiles para completar el escenario de madera, en el que se podrán programar pequeños espectáculos musicales y teatrales.

La responsable del proyecto, Gema Coronel, ha querido destacar el gran trabajo de los ocho alumnos y ha recordado que en estos seis meses también se han



realizado con el Taller Dual la automatización de parte del riego de Valonsadero y la instalación de una zona agility para perros en La Tejera.



Imagen del mercado, situado en la plaza Bernardo Robles de la capital. /S.N.

Simply se instalará en el mercado municipal

La oferta contempla 675.873 euros de obra para adecuar el local, localizado en el mercado de Bernardo Robles, y otros 270.000 para la intervención en las zonas comunes. Además, a esta cifra hay que sumarle los 700.000 euros del canon.

P.B.P. El Grupo Sabeco se encargará de gestionar el supermercado y aparcamiento del mercado municipal de Bernardo Robles.

El alcalde se ha mostrado satisfecho con este nuevo paso, ya que "se ha conseguido dotar a este espacio de un gestor que nos ha realizado una propuesta que supone una inversión en una obra importante, de más de un millón de euros más IVA". Martínez ha detallado que la memoria técnica incluye una actuación en el propio supermercado de 675.873 euros, a los que hay que añadir otros 270.000 euros para actuar en zo-

nas anexas y comunes. Además, la empresa abonará un canon de 700.000 euros.

Otro dato que ha destacado Carlos Martínez es el relativo a la generación de empleo con un mínimo de 31 trabajadores. El modelo de negocio corresponde a lo que actualmente se denomina supermercado de conveniencia, al no vender producto fresco de forma directa en puesto. El establecimiento permanecerá abierto al público durante 18 horas, desde las 06:00 hasta las 24:00 horas, todos los días del año.

El alcalde ha admitido que esta oferta cumple dos aspectos fun-

damentales que han marcado la hoja de ruta del mercado. El primero, "completar la zona de ocio con flujo constante de personas dada la amplitud de horarios" y segundo, "complementar al mercado tradicional, al no incluir puestos de fresco y, en todo caso, sólo vender envasado, lo que constituye un importante hecho diferencial que cumple una de las demandas que solicitaban los comerciantes".

Respecto a las fechas, inicialmente, el horizonte está en el primer trimestre del año 2017 aunque la propia empresa podría acelerar los plazos para la puesta en funcionamiento de la zona comercial.

APOYO EMPRESARIAL

Más de 10 millones de euros para 87 empresas

P.B.P.

El Ayuntamiento de Soria e Iberaval han facilitado la financiación, por más de 10 millones de euros, a 87 empresas del municipio a partir de la colaboración que iniciaron en 2014. En la tercera anualidad del acuerdo, firmado el pasado 3 de marzo, ya han respaldado 26 iniciativas, que han permitido inversiones por valor de 3,5 millones de euros en préstamos destinados a apoyar a emprendedores y a consolidar empresas de la capital.

Estos 26 proyectos se traducen en 27 nuevos empleos y la consolidación de cerca de 130, como han explicado el alcalde de la ciudad, Carlos Martínez, y el director de Iberaval en la provincia, Rubén Moreno.

Además, Moreno ha manifestado que esta colaboración es una buena línea de trabajo que "incide en nuestro apoyo al autoempleo y la microempresa como una salida laboral en tiempos de dificultades". También ha añadido que el perfil es el de pequeñas empresas con menos de 10 empleos, "pero también hay que ser consciente de que estos negocios son los que fortalecen el tejido empresarial de la ciudad y, además, lo hacen con continuidad en el tiempo y sin deslocalización".

Por último, recordar que de las 87 sociedades sólo dos han tenido que cesar su actividad en estos tres años, lo que supone una estadística muy positiva sobre la fortaleza de las mismas.

Educación nutricional
Dietas equilibradas
Asesoramiento personalizado
Hábitos saludables

Vanessa Romera
Dietista

Plaza del Rosario, nº2. 42002. SORIA
Estamos al final de la C/ Puertas de Pro, (junto al estanco)

CITA PREVIA **676 100 907**
ladietaquefunciona@gmail.com

te  ayudamos
Asistencia integral

Menús caseros
Para diabéticos, asistidos...
Tupper para microondas
y además

5 euros
MENÚ
Solo comida

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

Todos nuestros servicios serán realizados por personas cualificadas con años de experiencia



ASOC. CÁMARA DE LA PROPIEDAD URBANA DE SORIA

Teléfono: 975 23 36 27
Fax: 975 23 33 37
C/. Sagunto, 10 bajo - 42001 SORIA
camaraurbanasoria@hotmail.com

¡ASÓCIATE!

CAMPAÑA DE ASFALTADO DEL AYUNTAMIENTO DE SORIA

El nuevo vial de Los Pajaritos abrirá a principios del mes de noviembre

P.B.P. Dentro de la campaña de asfaltado iniciada por el Ayuntamiento y tras actuar en el Paseo de Valobos, los trabajos se centran en el nuevo vial de Los Pajaritos.

Fuentes consistoriales señalan que la previsión es poder abrir al tráfico este nuevo paso a principios del mes de noviembre, para ofrecer una nueva salida a los vehículos, especialmente en los días de más densidad de coches con motivo de los acontecimientos deportivos. De esta forma, los conductores podrán enlazar con la carretera de Madrid sin tener que realizar el trayecto por la calle Almazán.

Tras el asfaltado, que ya se está ejecutando, se procederá a la pintura horizontal así como al traslado del paso de cebra. Posteriormente, se acometerán trabajos en la zona verde anexa que permitirá ampliar el parque. La intervención, en líneas generales, permitirá recuperar una parcela degradada, mejorar los accesos y duplicar la zona verde.

Actualmente, se está trabajando en dotar de una salida hacia el aparcamiento al almacén del edificio municipal ubicado en la zona y cuya puerta original ha sido cegada con el vial.

La actuación, con datos concretos, incorpora al parque 2.200

metros cuadrados de hierba adicionales y el mencionado vial que viene recogido en el Plan General, cumpliendo una antigua reclamación de la asociación de vecinos de este barrio.

PISTA DE SKATE

Además, el proyecto permite cumplir otra demanda trasladada por los colectivos más jóvenes a través de los Presupuestos Participativos y en los foros de interacción de la concejalía de Juventud con la instalación de una pista de skate.

El módulo, que contará con unos 500 metros cuadrados, saldrá a licitación en las próximas juntas de gobierno.

AYUDAS PARA EDUCACIÓN

3 millones de euros para las becas universitarias de este curso

P.B.P. Las ayudas convocadas por la Junta de Castilla y León, publicadas en el BocyL, son complementarias a las del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (MECD) y, por tercer año, también son compatibles. Las modalidades de ayuda se dividen en dos -matrícula y residencia- y podrán ser solicitadas por los interesados hasta el 22 de noviembre, a través de una aplicación informática que se encuentra en el Portal de Educación, en la sede electrónica de la Administración autonómica.

La Consejería de Educación destina a estas becas tres millones de

euros, que podrán ser ampliados en 550.000 euros si las circunstancias lo requieren.

La Consejería de Educación pretende fomentar el acceso y continuidad de los estudios superiores a aquellos que estén en condiciones de cursarlos con aprovechamiento, mediante la concesión de becas al estudio, que garanticen, dentro de las posibilidades presupuestarias, la igualdad de oportunidades y la calidad en el rendimiento académico.

La resolución de la convocatoria se producirá en torno al mes de marzo.

→ **elcollado**



www.sorianoticias.com

Exposición en el Campus

El 25 de octubre iniciaba su andadura la exposición 'Amados desde siempre y para siempre' organizada por la capellanía del Campus Universitario Duques de Soria y la Delegación de Pastoral Universitaria. La muestra, que se puede visitar hasta el 30 de noviembre, consta de 8 roll-ups expuestos en el pasillo del aula A-19, en la segunda planta.

Medalla a Pedro Rey

El guardia civil, Pedro Rey, ha recibido la Medalla al Mérito de la Seguridad Vial, en su categoría de Bronce con distintivo Azul, de la mano de Francisca Delgado, jefa provincial de Tráfico. El agente, que sigue en activo, se ha distinguido durante 38 años ininterrumpidos destinado en la Agrupación de Tráfico por su especial dedicación, por su saber hacer y por su profesionalidad.

Trabajos en el cementerio

El concejal de Servicios Locales, Javier Antón, ha puesto de manifiesto el esfuerzo administrativo que se está llevando a cabo para modernizar el cementerio municipal. Entre las actuaciones que se llevarán a cabo se encuentra la de retejar los nichos antiguos para evitar su deterioro, además, de dar accesibilidad al nuevo patio, unido a los antiguos con una rampa.

Locales del casco antiguo

Ya se conocen las bases reguladoras para la creación de una bolsa municipal de locales comerciales que se hallan sin actividad dentro del casco antiguo de Soria. El ámbito de actuación que contemplan dichas bases se ciñe a las calles Zapatería, Plaza Fuente Cabrejas, Real, Mayor, Del Común, Arco del Cuerno, San Gil, Carbonería, Cuchilleros, Los Mirandas y Travesía de las Postas.



AUMENTA LA OFERTA GASTRONÓMICA SORIANA

La Isla abre de nuevo sus puertas bajo una nueva gerencia

El 28 de octubre, Café La Isla abrió sus puertas con una oferta muy variada, que va desde los mejores y más naturales desayunos a raciones elaboradas por las manos más expertas. El local, que luce nueva estética, ha conservado su estructura original, combinando el espacio de la barra con hasta 15 mesas. Entre los platos que se podrán degustar están: *tataki* de atún rojo con sésamo negro, *roast beef* de ternera con hojas verdes y solomillo de cerdo con cebolla confitada. Todos ellos a unos precios gratamente sorprendentes.

Grupo Latorre

Residencias de mayores

Tels. 975 22 32 11 y 975 24 20 95

calidad de vida

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



SORIA Residencia Fuente del Rey



SORIA Residencia Manuela

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



EL SERVICIO DE REPARACIÓN DE CAMIONES COSTARÁ 90.000 EUROS
LA JUNTA DE GOBIERNO de la Diputación Provincial ha aprobado el expediente de contratación del servicio para reparación de camiones y autobuses del servicio de Vías y Obras, por importe de 90.000 euros anuales. Además, la institución destinará 6.000 euros a Haití para ayudar a los damnificados del huracán.



Algunos de los restos encontrados en Cobertelada. /s.n.

Encuentran restos de los fusilados de Cobertelada en la Guerra Civil

La ASRD logra, con la colaboración de la Fundación Aranzadi, dar con la fosa común donde fueron enterrados tras ser represaliados, seis presos en la cárcel de Almazán.

P.B.P.
 La Asociación Soriana Recuerdo y Dignidad (ASRD) ha logrado con éxito su propósito de dar con la fosa común donde fueron enterrados seis hombres, tras ser fusilados en Cobertelada el 25 de agosto de 1936, durante la Guerra Civil Española.

Como ya avanzó la agrupación que encabeza Iván Aparicio, las labores han estado dirigidas por la Fundación Aranzadi tras recoger declaraciones de testigos presenciales.

Aparicio no ocultaba su satisfacción por el hallazgo, señalando que la búsqueda ha sido "apasionante", pese a que en principio las tareas se presentaban difíciles. La colaboración de los

Iván Aparicio: "La búsqueda ha sido apasionante".

Se continuará con los procesos de identificación genética.

vecinos del pueblo y gracias a un plano del Archivo Histórico, lograban dar con el enterramiento en el límite de una parcela de labor. El cabeza visible de la ASRD ha indicado también que habían barajado la posibilidad de prolongar las investigaciones y posponer la excavación, pero finalmente el modelado de los

cuerpos daba con el primero de los restos, y que por otro lado era visto en primera instancia de uno de los familiares de los sepultados.

Finalmente, se ha rodeado la cata a modo de perímetro y se han dejado los restos encontrados tal y como han sido hallados. Ahora se dará conocimiento al Juzgado de Almazán y se continuará con los procesos de identificación genética de los restos para conferir la identidad de los mismos. De este modo, se confirmará que pertenecen a Hipólito Olmo Hernández, Eloy Serrano Forcén, Elicio Gómez Borque, Victoriano Tarancón Paredes, Francisco Romero Carrasco y Martín Artola Morrás.

Mención honorífica para los bomberos voluntarios de Soria

La Junta de Castilla y León reconoce "por su labor y trayectoria desde 1993", los trabajos de estas personas con el Mérito de la Protección Ciudadana.

P.B.P.
 La Junta de Castilla y León ha concedido una mención honorífica al Mérito de la Protección Ciudadana a los bomberos voluntarios del Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento de la Diputación de Soria por su labor y trayectoria desde 1993.

El Ejecutivo autonómico creó los reconocimientos al Mérito de la Protección Ciudadana en el año 2010, con el fin de efectuar un reconocimiento público de gratitud y solidaridad de los ciudadanos de la Comunidad, con aquellas personas o instituciones destacadas por su trayectoria profesional o actuaciones excepcionales, en la protección y asistencia ciudadana. La entrega de

la condecoración tendrá lugar el próximo 9 de noviembre en Miranda de Ebro.

La institución provincial cubre el Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento en la provincia mediante los parques comarcales de El Burgo de Osma, San Esteban de Gormaz, Almazán, Ólvega y Ágreda, que están formados por bomberos voluntarios en número variable de hasta 20, y cuyo régimen de actuación queda regulado por el Reglamento del Servicio. Actualmente, la Diputación cuenta con 73 voluntarios que realizan una labor de manera altruista, gratuita y desinteresada, gracias a la cual es posible que la institución preste un servicio seguro y eficiente.



Bomberos voluntarios, en la Diputación Provincial de Soria. /s.n.



APROVECHA UN PALACIO IDÍLICO, EL DE LA MEDIA NARANJA DE NARROS, A TAN SÓLO 20 MINUTOS DE SORIA, PARA TUS CELEBRACIONES FAMILIARES Y REUNIONES DE EMPRESA.

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



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



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



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

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



«ESMOTANDO GARBANZOS» - PINTOR «DE LA ROSA»



**AÑO INTERNACIONAL DE LA LEGUMBRE FAO
PREVENIR CON SALUD**



«La Dieta Mediterránea»
Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad
**SORIA: COMUNIDAD EMBLEMÁTICA
DE LA DIETA MEDITERRÁNEA**
UNESCO 2010



JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN EN DIABETES MELLITUS
AULA MAGNA TIRSO DE MOLINA 2 a 4 noviembre de 2016

Coordinadores:

Dr. D. Juan Manuel Ruiz Liso
Dr. D. Javier Salvador Rodríguez

MIÉRCOLES, 2 de Noviembre - 17,00 - 20,00 h.

17.30 h Presentación
Dr. D. Jesús Honorato

PONENCIAS:

17.45 h «La diabetes y la salud pública»
Dr. D. Juan Manuel Ruiz Liso

18.15 h «Epidemiología de la Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2)»
Dr. D. Víctor Puigdevall

18.50 h «Complicaciones Cardiovasculares de la Diabetes»
Dr. D. Juan Ruiz García
19.30 h Discusión

JUEVES, 3 de Noviembre - 17,00 - 20,00 h.

17.00 h «Obesidad y diabetes»
Dr. D. Javier Gómez Ambrosi

17.30 h «Bases de la educación nutricional en diabetes»
Elena Martínez Segura

18.00 h «Actividad física y diabetes»
Dr. D. Camilo Silva Froján

Pausa café 18.30 h

18.50 h «Perspectivas en diabetes tipo 1»
Dr. D. Javier Escalada San Martín

19.10 h «Nuevos fármacos en diabetes tipo 2»
Profesor Dr. D. Javier Salvador Rodríguez

19.40 h Discusión

VIERNES, 4 de Noviembre - 17,00 - 20,00 h.

17.00 h «Prevención de la diabetes mellitus tipo 2»
Dr. D. Javier Iglesias

17.20 h «Interacción atención primaria-atención especializada»
Dr. D. José Ramón Huerta Blanco

17.40 h «Conductas protectoras de salud y factores de adherencia en adultos con diabetes mellitus tipo 2»
Profesora Dra. Dña. Ana Fernández Araque

Pausa Café 18.00 h

18.20 h «La Asociación de diabéticos en el control de la diabetes mellitus»
Dña. Nieves Almarza

18.40 h «La Administración frente a la diabetes»
Dr. D. Jon Gastelu-Iturri

19.00 h Discusión

ACTIVIDADES

PALACIO DE LOS CASTEJONES (AGREDA)

VIERNES, 21 DE OCTUBRE - 19.30 H.

CONFERENCIA INAUGURAL

Ilmo Sr. D. Vicente Jiménez Zamora.
Arzobispo de Zaragoza.

«La Venerable Sor María de Jesús de Agreda.
Religión y salud»

AULA MAGNA TIRSO DE MOLINA - SORIA

MIÉRCOLES, 26 DE OCTUBRE - 19.30 h.

D. Juan Carlos Rodríguez de Miguel

«¡Cómo salvar la vida en caso de incendio!»

JUEVES, 27 DE OCTUBRE - 19.30 h.

Profesor Dr. D. José Manuel López Nicolás

«Ciencia, publicidad y alimentación...
un trío mal avenida»

LUNES, 7 DE NOVIEMBRE - 19.30 h.

Don Manuel Revilla

«Preguntas y respuestas al consumo»

MARTES, 8 DE NOVIEMBRE - 19.30 h.

Profesor Dr. D. Francisco J. Sánchez Muniz

«Donde estamos y hacia donde vamos en nutrición»

MIÉRCOLES, 9 DE NOVIEMBRE - 19.30 h.

Profesora Dra. Dña. Ana Fernández Araque

«Calidad de vida en nuestros mayores»

JUEVES, 10 DE NOVIEMBRE - 19.30 h.

I Certamen literario de micro-relatos de

La Dieta Mediterránea.

Lectura de textos de los ganadores.

VIERNES 11 DE NOVIEMBRE:

JORNADA DE CLAUSURA

Homenaje al Profesor Dr. D. Ramón Estruch

Prevención con dieta mediterránea.

“Predimed” Últimos avances.

ENTREGA DE GALARDONES SALUDABLES 2016

REDECIÓN, Miembros del C. N. de Policía, A.A. de SARNAGO

Coro “VOCES BLANCAS”

XVIII CERTAMEN INTERNACIONAL DE CORTOS

CIUDAD DE SORIA

13 a 27 de Noviembre 2016

Premios Dieta Mediterránea

**EXPOSICIÓN DEL III CONCURSO INTERNACIONAL
DE FOTOGRAFÍAS DE LA DIETA MEDITERRÁNEA**

PALACIO DE LA AUDIENCIA

23-12-2016 a 13-1-2017

Horario habitual

Medinaceli revive el Toro Jubilo, el 'Festejo Taurino Popular'

El rito forma parte del programa de las fiestas de los Santos Nuevos, segundo fin de semana de noviembre.

J.J.A. Los vecinos de Medinaceli vivirán la noche del sábado 12 de noviembre el tradicional festejo del 'Toro Jubilo', rito declarado Festejo Taurino Popular.

La gente de Medinaceli defiende esta fiesta tan singular, ya que aseguran que el animal no sufre en ningún momento, y que sale sano y salvo del festejo y vuelve al campo.

El festejo comienza pasadas las 23:30 horas con la preparación del eral, con la salida al ruedo del toro

El rito es seguido todos los años por centenares de visitantes.

enmaromado hasta que se consigue amarrar el animal a una estaca o poste, una labor en la que deben emplearse numerosas personas para lograrlo, a fin de colocar en la testuz del animal un armazón de hierro. Para evitar las quemaduras se le cubre la piel de barro, y se coloca una gamella encima de los cuernos para después liberar al animal ya con las bolas de pez encendidas.

Los primeros documentos que existen del toro júbilo se remontan al siglo XVI, lo que permitió al Ayuntamiento de Medinaceli probar su antigüedad como exige el Reglamento de Espectáculos Taurinos Populares para permitir la declaración de festejo tradicional.



PUESTA DE LARGO, ENTRE CLIENTES, AMIGOS Y VECINOS, EN EL HOTEL LA BARROSA DE ABEJAR

La marca de ropa 'El Capote' ya tiene comercio en la provincia de Soria

La familia que regenta el Hotel La Barrosa de Abejar hizo el sábado 22 de octubre la presentación del nuevo comercio de ropa de la marca 'El Capote', en Soria. Desde las instalaciones hoteleras, los propietarios destacan la gran aceptación de los artículos de 'El Capote', que ha hecho subir las cifras de las ventas hasta niveles superiores a los que se alcanzan en algunas ciudades españolas con comercios abiertos de la marca, con gran atracción entre los aficionados taurinos. En la presentación estuvieron presentes Pastora Vega, impulsora del negocio, y su hijo Rafael Dona, quienes posan con Miguel Ángel y Marta, en el interior del hotel durante la presentación.



La vendimia también es una actividad para los chavales. /ARCHIVO.

Buena calidad y óptimo tamaño de la uva en la vendimia 2016 de la Ribera del Duero de Soria

Las Bodegas Castillejo De Robledo SL. han recogido 950.000 kilos de uva en octubre.

J.J.A. La vendimia del 2016 ha sido muy buena en cuanto a cantidad y calidad en las bodegas sorianas de la Denominación de Origen Ribera del Duero, según lo constatado durante las últimas semanas.

"Ha resultado mejor de lo que esperábamos", comenta Jerónimo Contreras, director-gerente de Las Bodegas Castillejo de Robledo, que han recogido durante el mes de oc-

tubre un total de 950.000 kilos de uva, y "ahora nos esperan cuatro o cinco semanas de fermentaciones", comenta Contreras, quien habla de una calidad "muy buena", y una cantidad "superior a la de 2014".

En Castillejo de Robledo continúan con una gran gama de vinos de calidad, elaborados con cariño, mimo y buenas prácticas, y variedad de rosados, en medio de un mercado muy competitivo.

La cosecha 2016 en la Denominación de Origen Ribera del Duero se ha caracterizado por un verano muy seco y por temperaturas altas, tanto por la mañana como por la noche.

La maduración se ha realizado lentamente. La bajada de temperaturas nocturnas a mediados del mes de septiembre favoreció una maduración que ha sido más homogénea.

Conoce TIERRA DE ÁGREDA Y EL MONCAYO SORIANO
Rutas interpretativas, visitas culturales al patrimonio histórico y monumental, gastronomía y paz.

Del 12 al 27 de noviembre,
Menús y tapas micológicas en
bares y restaurantes de Ágreda

Sábado 12 de noviembre.
Jornadas micológicas de
Ágreda y el Moncayo Soriano



AYUNTAMIENTO DE ÁGREDA

FIESTAS DE LOS SANTOS NUEVOS EN MEDINACELI, DEL 11 al 13 de Noviembre TORO JUBILO. Sábado 12 de Noviembre. 23.30 horas.

Ayuntamiento de Medinaceli



Carlos Mary RESTAURANTE
Cocina Casera - Menús Diarios
Avd. de Madrid 15
Medinaceli (Soria)
Tel. 975 326 014



Imagen desde el exterior de la finca de la 'Media Naranja'. /r.s.



Fachada principal del Palacio declarado Bien de Interés Cultural. /r.s.



Ermita de Narros unida a la Casa de La 'Media Naranja'. /r.s.



Templo monumental del municipio, uno de los inmuebles más reconocidos. /r.s.

Narros recupera parte de su vocación turística a través de las celebraciones en la 'Media Naranja'

La casa emblemática de la localidad ubicada junto a la Sierra del Almuerzo ha cumplido 20 años como Bien de Interés Cultural en la categoría de Monumento, y han pasado 40 inviernos desde que el municipio fuera premiado por el Concurso de Embellecimiento.

JJ. A. La Casa de la Media Naranja de Narros va a recibir a millares de personas a través del aprovechamiento del edificio para celebraciones diversas a través de la empresa Amantel Catering, que trabaja en la provincia con la dilatada experiencia del Hostal Doña Juana de Ágreda.

“Es una importante apuesta que hacemos para poner en valor el patrimonio artístico de la provincia”, afirma Luis Miguel Modrego, uno

de los promotores de la iniciativa, que tendrá su puesta de largo y presentación oficial a finales de este mes de noviembre. La firma quiere aprovechar el espacio para la celebración de bodas, banquetes o reuniones de empresas.

La Media Naranja es un palacio construido en 1750, de planta rectangular con patio interior cubierto, y con un amplio jardín en su parte trasera. Luce fachada principal con piedra de sillería labrada en los enmarques de puerta y ventanas, y en

las tres esquinas y una entrada de arco rebajado. En el centro del palacio sobresale un hermoso torreón.

La adecuación del inmueble para fines turísticos y de restauración coincide con los veinte años de su declaración como Bien de Interés Cultural en la categoría de Monumento, materializada el 5 de septiembre de 1996.

UN PREMIO NACIONAL
Narros recibió en 1975 el Premio Nacional de Embellecimiento de

pueblos pequeños. Además del palacio de La Media Naranja, destacan en el rico patrimonio local la iglesia de San Juan Bautista y la monumental ermita de la Virgen del Almuerzo, ambas de la primera mitad del XVIII, reflejo del poder de los nobles ganaderos.

El galardón supuso en su día todo un reconocimiento a la perfecta conservación del patrimonio arquitectónico. Pese a la proximidad con la ciudad de Soria, la población sigue siendo una “gran desconocida”, como expresa uno de los hijos del pueblo que ahora reside en la ciudad. La gastronomía y las celebraciones pueden suponer un revulsivo importante para este núcleo.

EL MONCAYO SORIANO

Rutas guiadas por Ágreda y su entorno los sábados

JJ. A. El Ayuntamiento de Ágreda ha confeccionado un completo programa que oferta una serie de rutas interpretativas, visitas culturales al patrimonio histórico y cultural durante sucesivas semanas, en la mañana de los sábados, hasta el mes de marzo.

Tras las primeras propuestas realizadas de rutas hasta el Hayedo del Moncayo, El Cañón del Cajo o El Cañón del Río Val, el sábado 5 de noviembre está prevista la ruta de Ólvega a la Mina Petra y la ermita de La Virgen de Olmacedo; y el sábado 26 de noviembre, Beratón y Purgujosa, de la Cruz de Los Ladrones a la Cueva de Cuartún.

La actividad cultural y medioambiental, que empezó el pasado 22 de octubre, se extiende hasta el mes de marzo. En cada uno de los meses, las rutas interpretativas se combinan con jornadas gastronómicas. Hasta el 6 de noviembre será la de ‘Las Tres Culturas están de muerte’; del 11 al 17 de noviembre las tapas micológicas en bares y restaurantes; o del 2 al 11 de diciembre las Jornadas del Cardo. Las inscripciones, gratuitas, se pueden realizar en tierradeagreda@gmail.com.

HERMANOS YAGÜE

Materiales de Construcción

Soria
975 232 321

San Leonardo de Yagüe
975 376 101

FIESTAS DE SAN MILLÁN EN CABREJAS DEL PINAR DEL 11 al 13 de NOVIEMBRE



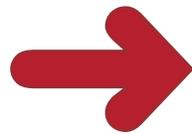
VERBENAS VIERNES Y SÁBADO. MISA Y PROCESIÓN SÁBADO 12. ACTOS POPULARES DURANTE TODO EL FIN DE SEMANA.



Ayuntamiento de Cabrejas del Pinar



la entrevista



PREDIMED, 'PREVENCIÓN CON DIETA MEDITERRÁNEA'

EL ESTUDIO realizado por el doctor Estruch, entre otros, es un ensayo de los efectos de la dieta mediterránea sobre la prevención primaria de la enfermedad cardiovascular. Para el estudio, se eligieron un total de 7.447 personas, 43% hombres y 57% mujeres.

Doctor **RAMÓN ESTRUCH**

“Soria ha hecho una gran promoción de la dieta mediterránea”

Nació en Cardona y desde joven tenía clara su profesión. Ramón Estruch comenzó sus estudios de medicina en la Universidad de Navarra y tras cursar los tres últimos años en Barcelona, comenzó su andadura en el Hospital Clínic. Allí inició sus estudios sobre alimentación y nutrición, centrándose en la prevención de enfermedades con dieta mediterránea. Este año visita la provincia para participar en el congreso Soria Saludable.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

P: ¿Por qué decidió estudiar medicina?

R: Ya desde muy jovencito estaba muy preocupado por todo el tema este de la salud de las personas. Viví en la familia unos casos de enfermedad grave, y me pareció que me encontraba muy cómodo en este tipo de situaciones y que podía valer para esto.

P: ¿Cuándo empezó a preocuparse por la alimentación y la nutrición?

R: Cuando estaba ya trabajando en el servicio de Medicina Interna del Hospital Clínic, había una línea de investigación sobre los efectos tóxicos del alcohol sobre el organismo, y yo me apunté inicialmente a estudiar estos efectos tóxicos. Al cabo de un cierto tiempo apareció en una publicación que se llama Lancet, en el año 92, un artículo sobre la paradoja francesa, en el cual se hablaba que el consumo de vino protegía la enfermedad cardiovascular, y me pareció muy

correcto estudiar los dos lados, el lado oscuro del alcohol y también el lado positivo. A partir de aquí, empecé a estudiar los efectos beneficiosos del consumo moderado de vino, después el aceite de oliva y finalmente la dieta mediterránea.

P: ¿En qué consiste una alimentación saludable?

R: La alimentación saludable es aquella en la cual, aparte de que el organismo adquiera todos los nutrientes que necesita para su normal funcionamiento, le proteja frente a las enfermedades y no desencadene ninguna de ellas.

P: Llevar una alimentación basada en la dieta mediterránea, ¿de qué protege?

R: Protege de muchas enfermedades crónicas y degenerativas, las que se han estudiado más es la enfermedad cardiovascular, también hay estudios de que protege de las enfermedades neurodegenerativas

como el Alzheimer, y últimamente empieza a haber estudios de que también protegería sobre el cáncer.

P: Los españoles están abandonando la dieta mediterránea, se consume mucha carne y cada vez menos legumbres y otros productos fundamentales de la misma, ¿qué consecuencias puede tener esto?

R: Hemos hecho muchos estudios y hemos demostrado con el máximo nivel de evidencia científico que la dieta mediterránea tradicional es el patrón de alimentación más saludable, pero el tipo de vida que llevamos en el mundo actual implica un cierto cambio y no hemos sabido adaptarnos a estos cambios. Estamos cogiendo un tipo de alimentación más propio de otras civilizaciones como la norteamericana, que sabemos que no es saludable. Sencillamente porque es más cómodo y nos lo meten, digamos, por debajo de la puerta y no nos damos cuenta.



Distribuidor oficial **CEPSA**

Petrosoria

GASÓLEOS A DOMICILIO

Tel. **975 230 659**
www.petrosoria.com info@petrosoria.com

Torrezno de Soria

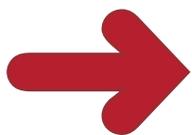
VENTA NUEVA

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

MONTE PINOS
 Agua mineral natural - Natural mineral water
 Fuente de Vida

¿Necesitas una web?
NetyTec
 Soluciones en Internet

www.netytec.com 975 128 345



"ESTAMOS TRABAJANDO EN PREDIMED PLUS"

RAMÓN ESTRUCH ha explicado que están trabajando en el macro estudio Predimed Plus, viendo si un cambio de estilo de vida (alimentación, actividad física y el saber disfrutar de la vida de los mediterráneos), ayuda a reducir la obesidad, y a prevenir la enfermedad cardiovascular y el cáncer, a largo plazo.



P: Además, se consumen menos calorías, pero las tasas de obesidad y sobrepeso aumentan, ¿a qué se debe?

R: Se debe a que el peso corporal y el perímetro de la cintura, que sería la obesidad visceral, no solo depende de las calorías ingeridas, sino que también depende de las calorías quemadas. Entonces aquí se ha juntado un tipo de alimentación no saludable, muy rico en algún tipo de grasas que no son saludables, como las grasas saturadas o la grasas trans, junto con un patrón de vida en el que hay mucho sedentarismo y, por lo tanto, se quema muy poco. Esto conlleva el incremento constante de las tasas de sobrepeso y obesidad en todos los países del mundo, y en este caso de España. Habría que mejorar y reducir la grasa saturada y todavía consumir más grasa poliinsaturada. El problema es de todo el patrón de alimentación, que es el que está más cojo, nos vamos hacia un tipo de alimentación más occidental y perdemos el mediterráneo.

P: Se habla de lo saludable de la dieta japonesa, ¿qué le parece?, ¿qué diferencias tiene con la mediterránea?

R: No existe un patrón de alimentación único saludable. Hay un estudio que hizo National Geographic en el año 2011, en el cual buscaron las zonas del mundo donde había más densidad de personas centenarias. Dentro de las cinco zonas con más densidad de centenarios está la isla de Okinawa en Japón, dos islas del Mediterráneo, Icaria en Grecia y Cerdeña en Italia, la zona de Loma Linda en California y la península de Nicoya en Costa Rica. Cuando se analizó que tipo

de alimentación compartían estas zonas, se vio que hay una tendencia a una dieta semivegetariana, y creo que la dieta mediterránea es muy vegetariana, ojo, no vegetariana. Hay mucha verdura, mucha fruta, mucha legumbre y también hay mucho pescado, aunque tendría que haber menos carne y menos productos derivados de la carne. Yo creo que todas estas dietas comparten estos mismos principios que estoy analizando. Está claro que la dieta japonesa es diferente a la nuestra, pero la que ha demostrado con mayor nivel de evidencia científica que es saludable, es la dieta mediterránea.

"La diabetes y la obesidad son las dos epidemias del siglo XXI".

"Nos vamos hacia un tipo de alimentación más occidental y menos saludable".

P: Soria Saludable le rinde homenaje, ¿qué le pareció cuando se enteró?

R: Yo estoy muy contento de lo que se ha hecho en Soria en promoción de la dieta mediterránea, vengo más contento a Soria por esto que por el premio. Vengo a conocer exactamente la experiencia de la provincia de Soria en este sentido, cómo la provincia ha sido capaz de cambiar los hábitos alimentarios, y de cambiar también la tasa de enfermedades crónicas con reducción de enfermedades cardiovasculares, etcétera. Me interesa

más conocer de cerca este cambio que ha habido en Soria que no el propio homenaje, que lógicamente estoy muy contento y muy orgulloso de que me hayan seleccionado para este premio.

P: ¿Qué supone un congreso así para una ciudad tan pequeña como Soria?

R: Yo creo que los congresos no tienen que ver con el tamaño de la ciudad, sino que dependen de la calidad del congreso. Lo que sí creo es que pueden estar ustedes muy contentos de las personas que han promocionado la dieta mediterránea y de lo que se ha hecho. Por lo tanto, este tipo de congresos bienvenidos sean, porque ayudan a la difusión de la dieta mediterránea y, que aparte de colocar Soria en el mapa, que me parece perfecto en cuanto al tema de dieta mediterránea, supone una promoción de hábitos saludables, que para mí esto es lo más importante. Hay que volver a la dieta mediterránea tradicional, para poder mantener lo que es nuestro patrimonio de estilo de vida, que sabemos que es el mejor, lo hemos demostrado, pero que hay muchas partes en España que no se lo han creído todavía.

SORIA SALUDABLE

P: Este año, el tema principal es la diabetes mellitus que afecta a más de 9.000 sorianos, ¿de qué manera influye la alimentación en esta enfermedad?

R: Pensamos que entre el 80 y el 90 por ciento de este tipo de enfermedades como la diabetes hay un efecto del estilo de vida, y dentro de los estilos de vida, está claro que la alimentación juega un papel muy importante. Hay muchos

estudios y también lo hemos visto nosotros con el Predimed, con la dieta mediterránea, que una buena alimentación, en este sentido, una alimentación saludable, ayudaría a reducir enormemente la tasa de diabetes en la sociedad. Por lo tanto, una de las consecuencias de volver a la dieta mediterránea tradicional sería una reducción de la tasa de diabetes y otra sería la reducción de la obesidad, que son las dos epidemias del siglo XXI. También hemos podido ver en el estudio Predimed que con una buena alimentación, incluso genes que tienes que pueden ser perjudiciales, no se expresan.

P: Recientemente, sus estudios sacaban a la luz los beneficios del cacao, ¿reduce el riesgo de diabetes?

R: Si, aparte de los alimentos mediterráneos, está claro que hay otros alimentos que también son saludables, y aquí habría que poner el cacao, el té y el café, entre otros. El cacao por los estudios que hemos podido ver realmente también tiene un efecto protector sobre el sistema cardiovascular y también hay algún estudio que sugiere que podría tener un efecto protector sobre la diabetes. Faltan más estudios en este sentido, pero irían en este contexto.

P: Por último, ¿en qué están trabajando ahora?

R: Estamos trabajando en dos macro estudios, uno que es la continuación del estudio Predimed, y el otro es ver si el consumo moderado de bebidas alcohólicas, concretamente de vino, ayuda también a proteger del corazón, en un estudio a largo plazo y con el máximo nivel de evidencia científica.

GESTORIA ALFAGEME

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



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

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

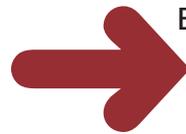
jam@mochuelojam.es

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





la opinión



El Soria Gastronómica refuerza su caracter internacional

ASISTENCIA. El número de congresistas ha sido de 403 (por los 220 de hace dos años). Esta V edición ha podido ser seguida en streaming y por rees sociales y se han acreditado 48 periodistas de hasta 11 países. El próximo reto aumentar la participación de los hosteleros locales.

Abedul caído



ROBERTO
VEGA

Donde la vieja Castilla se acaba

...Continuación

Seguimos en la edición de 1982, la de portada de ascuas sobre fondo negro. Más de tres décadas en las librerías; más de una década de la ausencia de Avelino Hernández. Primer consejo, “por si lo has menester”: “Porque es cierto lo del frío, llévate jersey grueso, aun en verano, para el anochecer y la alborada.” “Toma cuanto jamón, chorizo y pan de hogaza te ofrecieren. Y bebe en todas las fuentes.” “Vuélvete a mirar atrás...” “Habla con todos los viejos que te encuentres.”

Hagamos recuento de lo que va influyendo el cambio climático, de lo que cumple o no con la Dieta Mediterránea, de lo que queda de potable en las fuentes. Segundo consejo: “...que lleves la obra de Machado en el bolsillo, que incorpores El Santero de San Saturio, de Gaya Nuño (...) pon también las Leyendas de Bécquer...” “Cierto que los del 98 escribieron bellamente de Soria y de Castilla. Pero no puedo recomendarte que te acompañes para este viaje de quienes pretendieron elevar la tragedia de Castilla a solución del problema de España.” “Pregunta hasta lo que ya sepas; habla de esta tierra con todo ser que encuentres en edad y condiciones de idear. Porque el futuro de Castilla está en que los castellanos la sepamos volver a pisar y pensar.”

Para este viaje no quisiera olvidarme del Cantar de Myo Cid ni de los caminos místicos ni del resto de generaciones...

Y participemos de esta aventura de “volver a pisar y pensar”:

Continuará...

Roberto Vega.
Entrenador de base.

Editorial

La cuadratura de San Juan

Poco más de 60 personas acudieron el pasado día 20 de septiembre al Ayuntamiento para participar del primer foro sanjuanero. El debate, abierto a la participación de todos los que así lo deseen, tiene el improbable objetivo de cambiar las ordenanzas de las Fiestas de San Juan. Reconocía en este mismo periódico Carlos Martínez allá por el mes de junio que

“San Juan es puro sentimiento” y como tal lo que afecta a nuestras queridas fiestas hace que se exalten las emociones. Por ello, todo indica que el proceso será largo y no exento de encendida polémica, lo cual no es necesariamente malo.

Si llama la atención, y de manera negativa, la baja participación en el debate. Unas 60 personas de las que apenas una veintena tomaron la pa-

labra. Y en muchas intervenciones la preocupación por la implicación de niños y jóvenes en las fiestas. Si bien es cierto que se deben buscar fórmulas que permitan una mayor participación y conocer la opinión de la gente joven, no es menos cierto que la responsabilidad recae en cada uno de los sorianos. Esos que presumimos orgullosos de ser sanjuaneros. No parece lógico pasarse todo el año hablando de San Juan en las redes sociales y en las barras de los bares y pretender ver los toros desde la barrera – nunca mejor dicho – cuando se abre el debate y se pide nuestra opinión para reformar las normas que regulan las fiestas.

El menú del debate es variado.

Desde los temas más mediáticos como la posibilidad de que dos personas del mismo sexo sean jurados hasta aspectos prácticos como el reparto de los barrios o las prioridades a la hora de dar acceso al cargo. Algunas posturas enfrentadas quedaron patentes desde el primer momento; “Estas fiestas no representan a la gente joven” opinaba un sanjuanero mientras otra vecina respondía “No todo se puede adaptar a lo moderno”. Otros asuntos, como convertir las cuadrillas en asociaciones culturales, si generaron mayor consenso. La difícil pero apasionante tarea de crear las nuevas ordenanzas de las Fiestas de San Juan espera.

La tribuna



Las ánimas

CESAR

GONZALO CABRERIZO

El paseo nocturno y lectura de la leyenda de Bécquer de nombre ‘la noche de las ánimas’ ha cumplido veintinueve años. Fundado originalmente por el profesor de la Escuela de Adultos D. Ernesto López Gavira y la propia Escuela de Adultos de Soria, inicialmente se organizó como actividad literaria extraescolar y contó con una treintena de participantes entre curiosos y amigos.

Desde aquel otoño de 1986 se ha llevado a cabo el mismo ritual, protocolo indispensable de la actividad. Se partía desde la plaza Rincón de Bécquer, se paseaba por la ciudad histórica hasta el río Duero y se llegaba hasta el propio Monte de las Ánimas donde se encendía una hoguera, y mientras las llamas consumían la pira de madera, se leía la leyenda ataviados con túnicas y antorchas sintiendo sobre el lugar la inspiración de Bécquer. Por último y como colofón

a la actividad, consumidas las llamas, sobre el ígneo manto de ascuas, los más atrevidos cruzaban descalzos la alfombra roja de las brasas.

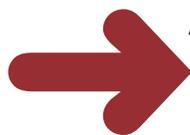
La estructura y desarrollo del evento, que se ha ido realizando ininterrumpidamente desde aquél entonces, se ha ido moldeando año tras año, sustituyendo algunas actividades y fortaleciendo otras hasta consolidar una manifestación multitudinaria, literaria, tan original como inédita, diferente a cuantos festivales culturales y homenajes literarios se realizan en otras ciudades de nuestro país. En el año 2011, gracias al esfuerzo de las concejalías de Cultura, Turismo y Juventud del Ayto. de Soria, se fundó la Asociación Cultural de Amigos de las Ánimas, se habilitó un espacio provisional en la margen del río Duero y se desarrolló el evento en la capital con gran éxito de participación.

En las ediciones del 2012 y 2013 en base a esa primera experiencia y con el apoyo nuevamente del Excmo. Ayto. de Soria se apostó por dar continuidad a este evento, manifestación cultural única y original. Con todo ello se incorporaron nuevas estructuras, títeres gigantes para el pasacalles, elementos de video, luz y sonorización, y se contó con la inestimable participación de actores de doblaje como José Mediavilla (voz de Morgan Freeman) y Camilo García (voz de Jack Nicholson), para la lectura de la leyenda. Además grupos de folk acompañaron con enorme éxito a la comparsa, aportando su particular música, su espectacular pirotecnia y su animación convirtiendo el pasacalles en una consolidada línea a seguir.

Esa consolidación vino en los años 2014 y 2015 con una afluencia cada vez mayor de gente y con la lectura, en este caso de José María del Río (voces de Kevin Spacey) y Ramón Langa (conocido actor y voz de Kevin Costner y Bruce Willys). Todo ello unido al apabullante éxito de participación con más de 5000 asistentes a las veladas, hizo que ‘la noche de las ánimas’ sea un recurso no solo para los organismos institucionales, sino también para el turismo.

La particularidad y originalidad de este evento parte de la frescura de los relatos de Bécquer, leyendas que, lejos de pertenecer a un reducido número de lectores, cada vez están más de moda y cada vez tienen mayor incidencia entre la gente. Afortunadamente Soria sirvió de inspiración para albergar la que se ha denominado, la historia romántica más aterradora de la literatura castellana. Además, por suerte, el Monte de las Ánimas no está en otro lugar sino en Soria. Aprovechar este magnífico regalo que Bécquer nos legó fue casi obligado. Confiamos en el continuo crecimiento de esta actividad y convertámosla en algo capaz de convertir a Soria en un referente nacional la noche de difuntos.

César Gonzalo Cabrerizo
Organizador del Festival de las Ánimas



ALBERTO LOZANO A LA CABEZA DEL SECTOR PÚBLICO DE UGT EN SORIA

SINDICATOS. UGT funde en un solo órgano el sector de educación con la anterior Federación de Empleados de Servicios Públicos y las empresas que son participadas con fondos oficiales. Alberto Lozano, único candidato presentado en la asamblea del sindicato, señaló que el sector público es "el motor económico de Soria".

Estos días de noviembre, en los que todos recordamos a nuestros difuntos, se está produciendo un gran revuelo por cómo el Ayuntamiento está llevando a cabo la gestión del cementerio. Si bien es cierto que había que hacer un censo en condiciones de este, puesto que hay muchísimas tumbas abandonadas y desatendidas y cuyos titulares son desconocidos en la actualidad, tampoco es menos cierto que está resultando esperpéntico cómo se está llevando a cabo. Largas filas en el patio de columnas del Ayuntamiento desde las ocho de la mañana, dan fe del revuelo que este asunto ha causado. De entrada, aquello de "a perpetuidad", desaparece, pudiendo "alquilar" la sepultura por 10, 25 ó 50 años, previo pago de su importe. También desaparece que una familia

La ventana



M^o JOSÉ
FUENTES

¡Por todos los santos!

entera pueda ser titular, debiendo ser tan solo una persona la que figure como "arrendataria". Y lo peor de todo es que estas filas están formadas en su gran mayoría por personas mayores, muy mayores, angustiadas porque no saben cómo hacer para reunir la documentación que

se les pide y que tienen un susto tremendo en el cuerpo. Lo cierto es que no son pocos los que dicen que si las sepulturas estaban al corriente de pago y atendidas, se debería haber respetado esta circunstancia y fijar la atención en las que se encuentran, por la circunstancia que sea, abandonadas. Al parecer, para ponernos al día con las titularidades y poder beneficiarnos de la bonificación, se ha prorrogado el plazo que finalizaba este año, haciéndolo extensivo al que viene. La buena noticia es que con ello se mantienen los empleos de las dos personas que con paciencia y profesionalidad nos están informando a todos los sorianos de los pasos a seguir en un asunto tan delicado como este.

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

Desde Variena



CARLOS
LAFUENTE

Por qué nunca he sido jurado

En Soria, los Sanjuaneros desatan las pasiones. Me prometí no hablar más de este tema, pero como desde el Ayuntamiento se han propuesto cambiar su regulación, tengo que faltar a mi palabra. Y no muy convencido, porque creo que hay temas mucho más importantes para nosotros.

A pesar del sorianismo auto-proclamado de la mayoría de la población, todos los años topamos con el problema de convencer a 24 personas para que ocupen los cargos de jurados.

¿Y por qué esta contradicción? Tengo claro que es un tema económico. ¿Alguien que no haya sido jurado o secretario sabe lo que realmente cuesta ser jurado? Yo creo que no. Los hay que dicen que se gana dinero, otros que hay que poner nosuecuentosmil. Los del comidos por servidos. En fin, que nadie sabe lo que te va a costar.

Esta es la verdadera traba, que o tienes mucho para gastar y nadie se mete a una juerga de éstas a ciegas.

Este problema se ataja con transparencia. Cuentas claras, públicas. Y cuentas de verdad, que uno de los cometidos del secretario es el maquilaje de los libros contables. Claridad en los gastos que son necesarios y se cubren con la cuadrilla. Y claridad en los que son de cada jurado.

Y no se puede permitir que se haga una caja B con las aportaciones de los simpatizantes. Que si eres un jurado con muchos amigos, a beber Cardhu en la cuadrilla, y si tu nómina de simpatizantes es exigua, pues a beber kalimocho.

Esto no debe ser así. Presumimos de transparencia en el Ayuntamiento, pues a dar ejemplo. Y dejamos descansar a D. José Luis Ruiz, secretario de la Comisión de Festejos. Eso sí, si este hombre no existiera, habría que inventarlo, ¿O no?.

Carlos Lafuente.
Empleado público y contertulio.

Gracias, de nada



Su Santidad el Papa ha aprobado la Instrucción Ad Resurgendum cum Christo. Esta instrucción viene a establecer la prohibición total del esparcimiento de las cecinas de los católicos en la naturaleza, su conversión en reliquiarios o joyas y su guarda en los domicilios, y ello porque la única opción para la resurrección de la carne pasa por ser enterrada en cementerios o en recintos sagrados. Lo que sí acepta el Vaticano es la cremación del cadáver puesto que eso no toca el alma, según dicen ellos.

Han hecho falta muchos años de incineraciones para que el Vaticano entienda que debe regular esta situación y aunque comparto la postura de la Santa Iglesia Católica se me plantean varias cuestiones. La principal es que según parece afirmarse la prohibición alcanza incluso al deber de contravenir las últimas voluntades del fallecido.

El Zaguán



ELENA
ROBREDO

Hablamos de cenizas...

Ahí es donde podemos entrar en conflicto pues, ¿pretende la Santa Iglesia que pasemos por encima de las últimas voluntades de nuestros seres queridos? Por otro lado, en el caso, cada vez más habitual, de las personas que deciden ser incineradas y enterradas en el cementerio, pero que también quieren que se esparzan parte de sus

cenizas en algún lugar concreto, ¿se cumple con los principios cristianos aunque una pequeña parte de sus restos quede fuera del Campo Sagrado?

Sinceramente no lo veo del todo claro, pues como toda norma ésta también es genérica y de ella surgirán multitud de interpretaciones y en el caso de las normas civiles las sanciones son claras pero el problema de las normas espirituales está en las consecuencias, que son también espirituales o... ¿acaso la Iglesia va a sancionar económicamente a los incumplidores de esta instrucción? Siendo así debería sancionar al fallecido que ha dejado en sus últimas voluntades dispuesto que no se cumpla con la norma y al familiar que las acata saltándose la Instrucción...

Difícil solución tiene.

ElenaRobredo
Concejal en el Ayuntamiento de El Burgo de Osma.



CAMPEONATO DE ESPAÑA INFANTIL DE PATINAJE

HECTOR DÍEZ. El joven soriano se proclamaba campeón infantil de España en patinaje artístico, en Vélez (Málaga), revalidando así su liderato en la categoría, tras obtener la medalla de oro el año pasado. El patinador, pertenece al Club Alexmar y actualmente entrena en la ciudad de Santander.



Imagen del club BM Soria. / BM SORIA

CLUB BALONMANO SORIA

Óscar Ollero: "Este año, los entrenamientos son serios"

El entrenador del BM Soria se muestra satisfecho con los resultados obtenidos por el club hasta el momento.

Tras afrontar la séptima jornada de la liga, Óscar Ollero, entrenador del BM Soria, se muestra satisfecho con los resultados obtenidos por el club hasta el momento.

Este año, las sensaciones son buenas, ya que como señala el

P.B.P. preparador, "los entrenamientos están siendo serios". Los jugadores han experimentado un cambio de actitud y lo que Ollero explica, se refleja en los partidos.

El equipo ha comenzado la temporada con ganas, entrenando dos horas los martes, jueves y viernes,

y realizando una sesión de fuerza con pesas una hora y media, todos los miércoles en el gimnasio de Los Pajaritos. Además, el trabajo continúa en casa con la visualización de partidos de los equipos contrarios, preparados por los dos entrenadores del equipo.

Respecto a los objetivos, Ollero explica que "en principio sabremos cuáles son en Navidades", aunque

Los miércoles, el equipo realiza una sesión de fuerza con pesas.

Ollero: "Sabremos cuáles son nuestros objetivos en Navidad"

Uno de los deseos del club, obtener un mayor apoyo institucional.

LOS DATOS

01:**AÑO DE FUNDACIÓN**

El club lleva en marcha desde 1997 y es en la actualidad, cuando dispone de menos ayudas económicas.

02:**JUGADORES**

El BM Soria cuenta con 18 jugadores en total y 9 de ellos son foráneos. La mayoría de Huesca, Zaragoza y Tarazona.

03:**ÓSCAR OLLERO**

Lleva dos años como entrenador del club. Anteriormente fue segundo entrenador y jugador del equipo.

el inicial es estar entre los cinco primeros.

LA PLANTILLA

El BM Soria cuenta este año con una plantilla más amplia, al realizar cinco nuevos fichajes frente a los tres jugadores que dejaron el club la pasada temporada. De los 18 que componen el equipo, 9 de ellos llegan desde Zaragoza, Huesca, Tarazona y Valencia.

RECURSOS ECONÓMICOS

Lograr la supervivencia del club no está siendo fácil y como el entrenador comenta, se consigue "tocando muchísimas puertas" para "intentar sacar pequeños patrocinios de todos los lados". Además, destaca que les gustaría obtener un mayor apoyo institucional.

Sellos Personalizados

para Bodas, cumpleaños...



Lashergrab



Las Heras
El Collado 38, Soria

Ex-libris, textil... ¡Todo lo que imagines!



PROGRAMA DEPORTE Y NATURALEZA

LA DIPUTACIÓN DE SORIA ha puesto ya en marcha el programa Deporte y Naturaleza 2016/2017. La iniciativa va destinada a los centros escolares de Primaria, Secundaria y Bachillerato con el fin de explotar y dar a conocer a los jóvenes los recursos naturales que ofrece Soria.



el cronómetro



www.sorianoticias.com

'Campo a través de Soria'

La vigésimo tercera edición de la prueba reina del calendario atlético soriano está cada vez más cerca, ya que será el domingo, 20 de noviembre, cuando se celebre el Campo a través internacional de Soria en el circuito natural del monte Valonsadero. La organización ya ha abierto el servicio de inscripciones a través de internet.

Club Deportivo Numancia

El Numancia y la empresa soriana COPISO han llegado a un acuerdo comercial que ha permitido al club deportivo alcanzar la cifra de 4.300 abonados esta temporada. Para la entidad rojilla es una satisfacción poder superar dicha cifra de abonados para esta campaña, así como lo es establecer esta relación con la firma de mayor facturación de la provincia de Soria.



NORMAS REGULADORAS PARA 2017

La pesca de la trucha, a partir del 1 de abril

La Junta ha dado a conocer la orden por la que se establecen las normas reguladoras de la pesca en la Comunidad para 2017. En esta orden se determinan las especies que podrán ser objeto de pesca así como la gestión que debe llevarse a cabo en el caso de especies no pescables y exóticas invasoras. Respecto a la trucha, el periodo hábil para las provincias de Burgos, León, Palencia, Soria y Zamora abarca desde el 1 de abril hasta el 31 de julio.

Premios en Golmayo

El Ayuntamiento de Golmayo ha hecho públicas las bases para premiar y estimular la actividad deportiva en el municipio. Están llamados a tomar parte los deportistas que figuren en el padrón municipal, al menos, durante todo este año 2016. El Consistorio ha consignado una partida de 2.000 euros y la convocatoria concluye el próximo 15 de noviembre.

'Desafío 4 Estaciones'

La empresa As Deporte España, organizadora del circuito de eventos deportivos 'Desafío 4 Estaciones', ha decidido aplazar la primera carrera de su proyecto en Soria. Los motivos, la climatología y la premura en el calendario, que no les permite asegurar sus estándares de calidad. Las pruebas se realizarán en 2017 y las fechas se publicarán en su página web.

LA SINTOMÁTICA DERROTA EN GIRONA DEJA MUY TOCADO EL PROYECTO DE ARRASATE

Alerta roja: Un Numancia indolente se instala en la zona baja

Inofensivo en ataque y endeble atrás, el cuadro soriano acumula 5 partidos sin ganar y solo 2 victorias en 12 partidos de liga.

S.G.

El 3-0 del Girona al Numancia fue algo más que una derrota, fue una radiografía de todos los males de los que adolece la escuadra de Arrasate. Lo mejor del partido para los sorianos fue, sin duda, el resultado pues los de Machín superaron al Numancia en todos los aspectos y desde el primer al último minuto. El Girona fue un símbolo de todas las carencias rojillas; intensidad, ideas claras, pegada y oficio. Fue tan escandalosa la cosa que el minuto 11 el partido estaba visto para sentencia.

Con solo 2 victorias superado ya el primer cuarto de la temporada e instalado en la zona baja de la tabla, la continuidad de Arrasate está en el aire. Y no son precisamente sus números (15 victorias en 54 partidos al frente del equipo soriano) los que cuestionan al técnico vasco. Jagoba no logra dar con la tecla y sobre el césped el Numancia se dibuja como un equipo sin alma, a expensas de los deseos del rival. Remontó el Sevilla Atlético en Los Pajaritos para llevarse 3 puntos muy necesarios, como antes había hecho el Rayo en 3 ocasiones para privar al Numancia de la victoria. Al Girona no le hizo



Jagoba Arrasate, en el punto de mira. /LFP

EL DATO

8:

GOLES

Callens y Regalón parecía ser la pareja de centrales fija para Arrasate pero ante el Rayo Arrasate decidió dar entrada a Carlos Gutiérrez y Escassi. El resultado, 8 goles en 3 encuentros y una gran sensación de vulnerabilidad.

falta, y solo su conformismo y la actuación de Callens (que salió al descanso con 3 goles abajo) evitaron una goleada de escándalo.

Las probaturas de Arrasate en el 11 parecen hacer más mal que bien al equipo. Un conjunto que no sabe a lo que juega o no dispone la calidad necesaria para hacerlo y que, además, es un coladero atrás. Todo indica que esta será una temporada larga con un único objetivo; la permanencia.

¿Necesitas una web?

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

HOTEL RURAL LOS VILLARES
HUMILDE Y SENCILLA COCINA DE AUTOR

● MENÚ MICOLÓGICO ●

- 8 ENTRANTES
- 2 SEGUNDOS
- 3 POSTRES

UN PEQUEÑO VIAJE...
¡CON MUCHO GUSTO!

975 251 255
699 410 965

CONSTRUCTO, S.A.

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

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



FESTIVAL INTERNACIONAL DE CORTOS

XXVIII EDICIÓN. Tendrá lugar del 13 al 27 de Noviembre y contará con una importante presencia internacional. Su centro neurálgico será el teatro Palacio de la Audiencia. Además lleva consigo actividades, talleres y la segunda edición del Kino Soria Fest.



Sergio de Miguel, Javier Muñiz y la actriz Lorena Felel en el festival. /DIEGO MAYOR

FESTIVAL INTERNACIONAL DE CORTOS

Soria se transforma en una ciudad de cine

60 cortometrajes, de los más de 4.000 presentados, forman la cartelera de la sección oficial. El festival se completa con talleres, exposiciones, proyecciones fuera de la Audiencia.

Texto: ALFONSO BLASCO MACARRÓN Fotografía: DIEGO MAYOR

Del 13 al 27 de Noviembre Soria se convertirá en una ciudad de cine gracias a la décimo octava edición del Festival Internacional de Cortos Ciudad de Soria. Un festival que se ha consolidado año tras año hasta el punto de que la organización ha recibido más de 4 mil películas para su visionado y su inclusión en el

certamen. Desde la organización del festival aseguran que resulta imposible analizar todas las cintas por lo que ya buscan una solución de cara a próximas ediciones. La sección oficial contará finalmente con una selección de 60 cortometrajes que se proyectarán en 12 intensas sesiones, las películas en formato cor-

to proceden de más de 20 países diferentes lo que pone de manifiesto la internacionalización de un festival en el cual participa toda la ciudad de Soria.

INTERNACIONAL

El jurado visualizará películas llegadas desde países como Argen-

tina, Chile, China, Palestina, Rusia y Taiwan entre otros muchos. Otro síntoma del gran crecimiento que esta experimentando este festival son los 140 carteles presentados al concurso y que optaban a ser imagen de esta décimo octava edición. Carteles llegados desde diferentes partes del mundo, el ganador, "Pequeños Triunfos" de Marco Antonio Guzmán procede de Bolivia y su autor es un reconocido diseñador gráfico con proyección mundial.

El Festival Internacional de Cortos Ciudad de Soria pretenderá un año más involucrar a toda la sociedad soriana en el mismo, habrá talleres, exposiciones, proyecciones más allá de la sección oficial y una edición más saldrá del palacio de la audiencia ubicando actividades en diferentes puntos de la ciudad. Actividades no solo dirigidas a un público especializado o a un públi-

co adulto si no también a los más pequeños haciendo que estos comiencen desde tempranas edades a interesarse por el considerado como séptimo arte y sobre todo a hacer suyo un festival que como su propio director, Javier Muñiz, destaca "pone a Soria en el mapa del mundo cinematográfico" y "equipara nuestra ciudad y nuestro festival a otros certámenes de igual o mayor importancia que se desarrollan en otras ciudades del panorama español e internacional".

PREMIOS GOYA

Otra señal de identidad del certamen soriano es la relevancia que tiene en los premios Goya, alguno de los galardones en los premios más importantes del cine español han visto la luz previamente en el festival de cortos de Soria, incluso el propio festival es colaborador oficial.

MOMENTOS CLAVE

01:

PRESENTACIÓN CARTEL

Se considera el arranque oficial de cada nueva edición del festival ya que se da a conocer la imagen que lo representa.

02:

LA INAUGURACIÓN

A la cual acuden prestigiosos directores del panorama nacional e internacional del mundo de cine.

03:

LA CLAUSURA

Viene acompañada de la entrega de premios a los cortos ganadores de la sección oficial en todas las secciones.

DISPOSICIÓN DE PLAZAS CON TODOS LOS SERVICIOS ASISTENCIALES PRECIOS ADAPTADOS A TODAS LAS POSIBILIDADES



Centro Residencial Campos de Castilla
Avda. Madrid s/n Almazán
Tfno: 975 318 052
campos.de.castilla@hotmail.com



Centro Residencial Odón Alonso
Calle Venerable Palafox, 65 Soria
Tfno: 975 239 159
odonalonso@hotmail.com



Centro Residencial El Mirador.
C/Cerrada, s/n Valdeavellano de Tera.
Tfno: 975 273 207



C/ Marqués de Vadillo, 32. Almarza.
Tfno. información: 975 227 786
Tfno. residencia: 975 250 406
lagodetera@gmail.com



II EDICIÓN DEL KINO SORIA FEST

12 DE NOVIEMBRE. Los participantes tendrán esta fecha como referencia del inicio de grabación de sus cortometrajes que tendrán que estar acabados y presentados el día 20 del mismo mes. Los proyectos verán la luz en el festival y se promocionarán en redes sociales.



Representación soriana en el festival de Trouville (Francia). /DIEGO MAYOR

Durante el resto del año el Festival Internacional de Cortos realiza diferentes actividades de promoción y participación en otros certámenes con el objetivo de conseguir una mayor repercusión a nivel mundial y de formalizar los contac-

Su objetivo es mantener la consolidación a nivel mundial.

La organización ha recibido más de 6000 películas para visionar.

Habrà presencia de numerosos países siendo Francia el invitado principal.

tos suficientes que aseguren un éxito a la hora de ejercer como anfitriones del resto de países y festivales invitados a Soria en el mes de Noviembre.

El año pasado, en la anterior edición del festival, se produjo un hermanamiento con Italia y Argentina de la mano del cine y que trajo consigo la exposición de una muestra de la Mostra de Venezia y un proyecto artístico de calle. Ambas ciudades han invitado a representantes del festival soriano a ser visitadas y formar parte de los certámenes que allí se realizan.

Desde la organización del festival soriano esperan repetir el éxito de anteriores ediciones y superar los 15.000 espectadores del año pasado con 140 invitados de 9 países y una presencia en la ciudad con actividades en hasta 43 espacios donde se visualizaron cortos de secciones oficiales y paralelas. Se pretende superar también la proyección de 212 cortos y 38 largometrajes.

El Kino Soria Fest, corto y rápido

Se trata de un pequeño festival dentro del propio certamen que da la oportunidad de darse a conocer o lanzar su carrera a directores y productoras. El reto, hacer un corto en apenas dos semanas.

El festival Internacional de Cortos incluye en sus actos programados el Kino Soria Fest. Se trata de un "movimiento creado como medio para proporcionar a cineastas aficionados y profesionales un lugar para crear y mostrar sus cortometrajes". Será la segunda edición y tiene como objetivo la realización de varios cortometrajes durante los días establecidos en las bases y así fomentar la creatividad, la improvisación y el trabajo en equipo.

Este segundo laboratorio de cine se realizará en colaboración con el festival "KINOCTÁMBULO" de Francia. Y con la ayuda especial de su programadora Diane Malherbe. El festival internacional de cortos recibe este año a Francia como uno de los países invitados.

EL KINO

El movimiento Kino fue fundado en 1999 en Montreal, Quebec, Canadá por Christian Laurence. Desde entonces se ha extendido por todo el mundo (en su mayoría en los países de habla francesa y el centro de Europa), y ahora está compuesta por más de 60 células físicas, así como de muchos grupos de Facebook tal y como se explica en la página web del festival soriano.

Este proyecto contará por primera vez con la colaboración de "Lomography" y CaprilePhoto" que serán responsables de suministrar cinco cámaras LomoKino y cinco carretes analógicos de 35 mm, más sus correspondientes revelados. Una vez que los equipos

hayan hecho uso de las cámaras, la organización enviará por mensajero exprés a CaprilePhoto las películas para su revelado y digitalización. CaprilePhoto enviará al Festival, vía wettransfer los archivos correspondientes para que puedan ser utilizados para la realización del montaje final del cortometraje.

PROYECCIÓN

Una vez terminado el montaje de las películas se proyectarán dentro del Festival. Además, Lomography International y CaprilePhoto utilizarán sus redes sociales para difundir y divulgar los trabajos realizados en Soria. Sin duda en el Kino lo bueno si rápido, dos veces bueno.



El soriano Diego Mayor en el rodaje de un corto en Trouville. /DIEGO MAYOR

www.aseos2000.com
TELÉFONO 975 230 483



**BAÑOS
2000**

**15
AÑOS**
GARANTÍA
LIMITADA
COLCHONES



Somos profesionales, cercanos y tenemos las mejores marcas, precios y atenciones, garantizado. ¡Compra en Soria!

Grupo
Untoria Soria

Untoria celebra su 40 aniversario de servicio a los sorianos y a la provincia

EL CONCESIONARIO SORIANO ES UNO DE LOS 13 PRIMEROS DE FORD EN ESPAÑA. SON CUATRO GENERACIONES DE COMPROMISO CON SORIA Y EL SECTOR DEL AUTOMÓVIL.

S.N
El concesionario Untoria está de enhorabuena, celebra su 40 aniversario. Del total de la red de 220 concesionarios de Ford, apenas quedan una docena en España que se mantienen desde hace 40 años. Es más, el concesionario soriano que creó Julián Untoria Cuerda, en la avenida de Valladolid, y que abrió sus puertas el 18 de octubre de 1976, es uno de los 13 primeros de Ford.

El actual responsable, Julián Untoria Martínez, recuerda con mucho orgullo los inicios de su padre. “Yo tenía 9 años, y con 10 me puse a fregar el taller. Desde entonces, mi padre me hizo pasar por todos los departamentos: el taller, ventas, recambios..., lo que me ha permitido conocer muy bien el trabajo de todo el concesionario, y ser uno más. Mi padre hacía de todo. Estaba en el taller, trataba con los clientes. Era muy cercano, y eso yo le he vivido desde siempre. Por eso la puerta de mi despacho está abierta a todos, y si un cliente te llama el sábado por la noche por algún problema, ahí tienes que estar”.

IDENTIDAD

“El apellido Untoria tiene que estar junto al nombre de la marca. Es la identidad de nuestro concesionario, el compromiso de nuestro trabajo”, recalca Julián Untoria, que también destaca que su hijo, Iván Untoria del Campo ya está trabajando, y eso permite la continuidad del negocio en su tercera generación, algo que no es fácil en una empresa familiar.

Bueno, sería la cuarta -matiza Julián Untoria- si también se tiene en cuenta a su abuelo Felipe Untoria García, que comenzó con las bicicletas después de la Guerra Civil, “y poco a poco continuó con las motos, con ordeñadoras, motosierras, y hasta empezó a traer algún coche de segunda mano, sin tener aún concesionario. Algún mecánico me ha recordado que ya ha conocido a cuatro generaciones de Untoria”.

“Es un orgullo poder trabajar en



Soria con este pasado”, señala Julián Untoria, que apunta que “en los inicios éramos un gran familia de ocho o diez personas, con una concesión muy pequeña de coches Ford, y ahora somos 30 familias las que trabajamos aquí, vendiendo también las marcas Hyundai Volvo, Seat, Land Rover, Jaguar y motos Yamaha.

“Es una tremenda satisfacción trabajar en Soria, con momentos buenos y malos, creciendo, apostando por esta querida provincia”, insiste Julián Untoria, que señala que le han ofrecido la posibilidad de tener concesionarios importantes en otros sitios de España, “pero nos tira Soria y nos hemos quedado aquí, a pesar de las dificultades de la escasa población de la provincia”.

AGRADECIMIENTO

Pero Julián Untoria está agradecido a los sorianos, “las nuevas tecnologías permiten que te conozcan más, y hay sorianos de fuera que quieren apoyar a Soria comprando su coche aquí. Las diferencias de precios se han acertado muchísimo, es mínima, y ya no es un motivo para comprar fuera”.

Julián Untoria recuerda con nostalgia el paso de estos 40 años, que ha cambiado mucho el negocio. Y no sólo por la propia tecnología de los automóviles, sino por la manera de trabajar, “en un mundo tan globalizado, donde todo se mide en clave de resultados, de objetivos... Hay más tensión, menos tiempo para estar con los clientes. Puedes ser un mes el mejor concesionario del mundo, que al mes siguiente ya se ha olvidado y llegan nuevos objetivos”.

El padre de Julián Untoria falleció joven, con 68 años, “dejando un vacío grande, que me obligó a hacerme cargo del negocio antes de lo previsto. Si ahora pudiera ver el trabajo que hemos hecho, asentando y haciendo más grande el negocio seguro que estaría muy orgulloso de mi y de su nieto. Como también lo estuvo mi abuelo del trabajo de mi padre”.

CONTACTO

- Dirección: Avda de Valladolid, s/n · 42005 – Soria. Telf.: 975 220 650.
- Lunes - viernes : mañanas de 09:00 a 13:30 y tardes de 15:45 a 20:00
- Sábados: de 11:00 a 13:00

turismo#ruta a pie#



PUNTOS CLAVES

01:

FLORA

La flora adquiere un color especial durante el otoño. El verde del pino albar se mezcla con los tonos rojizos, ocres y amarillos de las hayas, los tejos y los sauces. Además, el serbal de los cazadores está en su máximo esplendor y luce esas bolitas rojas que lo hacen tan característico. Y cómo no hablar de los helechos, una de las plantas más antiguas de la Tierra, que embellecen, aún más si cabe, el paisaje del entorno.

02:

MUSEO DEL BOSQUE

Con el coste del estacionamiento en el aparcamiento del Paso de la



Serrá, se obtiene una entrada para la Casa del Parque de la Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión y Museo del Bosque. El más visitado de Castilla y León durante el 2015 y situado a 3 kilómetros de Vinuesa.

03:

MIRADORES

El entorno ofrece la posibilidad de poder disfrutar del paisaje a través de los miradores de la zona. El de la Laguna Negra está ubicado a 2.010 metros de altitud y permite visualizar todas las sendas de Urbión y la laguna desde la distancia. Además, se pueden encontrar otros dos, el de Castroviejo y el de las Tres Fuentes.

El cuidado entorno está rodeado de magia, y durante la visita muchos de los caminantes recrean la escena de la famosa leyenda de Antonio Machado, "La Tierra de Alvargonzález".

El recorrido que Soria Noticias propone para esta primera quincena de noviembre cuenta con unos 2 kilómetros y 200 metros de longitud solo para la subida. Una vez en el aparcamiento del Paso de la Serrá la ascensión se puede llevar a cabo por dos caminos, el asfaltado y la senda del bosque, para los que les gusta combinar la montaña y el deporte. Los que no quieran o

no puedan caminar no se quedarán sin verla, ya que un autobús sube hasta el *parking* superior, situado a 200 metros de la laguna.

El camino que atraviesa el bosque está perfectamente señalizado y los senderistas solo tendrán que seguir las indicaciones verdes localizadas en los árboles

y rocas del recorrido. La altitud al comienzo del sendero es de 1.600 metros y asciende a 1.753 al final del destino.

Durante el trayecto por la senda, los caminantes pasearán al lado del arroyo de la Laguna Negra y podrán ayudarse para atravesarlo con las instalaciones de madera, muy acordes con el entorno.

LA FAUNA

Respecto a la fauna, se pueden encontrar diversos mamíferos como el jabalí, el ciervo y el corzo. El águila real y el halcón peregrino son algunas de las aves que se dejan ver por el lugar y la nutria habita también en la zona.



Los colores otoñales resaltan la belleza de la Laguna Negra. /S.N

En otoño, visita obligada a la **Laguna Negra**

El color otoñal del **TEJO**, el **HAYA**, el **PINO ALBAR** y el **SAUCE** hacen de la ruta a la laguna uno de sus grandes atractivos. El recorrido, que cuenta con unos 5 kilómetros en total, se puede llevar a cabo por dos caminos, el asfaltado y la **SENDA DEL BOSQUE**, ideal para disfrutar del paisaje del entorno, y de la fauna y flora del lugar. Un paseo mágico, escenario de la famosa leyenda del poeta **ANTONIO MACHADO**, 'La Tierra de Alvargonzález'.

P.B.P.

El colorido del otoño hace que la visita a la Laguna Negra se vuelva obligada en esta época del año. El paraje, uno de los más visitados por los turistas, cuenta con una gran diversidad de flora y su paisaje otoñal muestra la combinación de tonalidades amarillas, rojas, marrones y verdes. Un auténtico espectáculo visual, ideal para los amantes de la fotografía y del senderismo.

Lo llamativo de su nombre y ser escenario de uno de los parricidios más famosos de la literatura española la convierten, probablemente, en el rincón más popular de Soria.



Un lugar exclusivo
donde vivir momentos inolvidables



BURGO DE OSMA
HOTEL TERMAL

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



LA UTILIZACIÓN DEL AGUA CON FINES TERAPEÚTICOS.

LA HIDROTERAPIA. Es muy eficaz como terapia natural contra las dolencias de garganta. Una buena idea, siempre que no haya fiebre, es darse un baño prolongado en agua caliente. Además de relajarte, estimularás el sistema respiratorio.

→ Aitziber Yagüe Cortazar

¿Por qué me duelen los dientes? El aumento de la sensibilidad dental con los cambios de estación

Después de varios meses de calor por el verano y la primavera, nos vemos envueltos en el esperado frío del otoño – aunque este año se ha hecho esperar –. Las bajas temperaturas pasen factura a nuestra salud bucodental. En otoño bajan las temperaturas, algo que puede suponer un riesgo añadido para nuestra boca. El frío puede llegar a provocar dolor de dientes, grietas en los labios e irritación de garganta.

Si te paras a pensar, te darás cuenta enseguida de que los dientes se han visto sometidos durante estos meses a un ligero maltrato por nuestra parte. Y es que los contrastes de temperatura y los abusos y comilonas, ya se sabe, no son nada buenos para ellos. Helados, bebidas con hielo, azúcares, alcohol...todo perjudica a nuestros dientes, y esto los deja más sensibles de lo normal.

bilidad bucodental.

Si este es tu caso y en estos últimos días has notado tus dientes más sensibles, toma buena nota, hay varias cosas que no puedes dejar de hacer:

- Realiza una buena higiene bucal diaria. Recuerda que debes lavarte los dientes después de cada comida. Ayúdate de una pasta para dientes sensibles con agentes desensibilizantes que ayude a reparar tu esmalte dental. Si cuidas tu boca correctamente, evitarás patologías que pueden derivar en sensibilidad dental.
- Haz uso de un colutorio específico para dientes sensibles, que complementa la acción de la pasta y permite mantener los principios activos más tiempo en boca.
- Cambia tu cepillo de dientes por uno de con filamentos suaves. Cepíllate despacio sin hacer excesiva presión.
- Después del verano todos queremos cuidar nuestra dieta, y esto también



La sensibilidad en los dientes es algo que afecta a muchas personas, de hecho, es un problema que afecta a 1 de cada 3 adultos. Bajo condiciones normales, la dentina subyacente del diente (la capa que rodea directamente el nervio) está cubierta por el esmalte en la corona dental, y las encías que rodean el diente. Con el tiempo y los malos hábitos alimenticios, el recubrimiento de esmalte puede hacerse más delgado, proporcionando así menos protección. Las encías pueden también retraerse con el paso del tiempo, exponiendo la superficie de la raíz subyacente de la dentina. Al llegar el otoño, tras haber expuesto a nuestros dientes a tantos cambios y comidas, la dentadura está más expuesta y el cambio estacional les afecta más de lo normal, notando esos dichos escalofríos dolorosos y agudos provocados por la sensi-

va a ayudar a tus dientes. Evita los alimentos ácidos y con azúcares añadidos (zumos o bebidas de naranja, manzana, yogurt, etc.), y las bebidas o alimentos muy fríos o calientes.

- Corrige malos hábitos como el uso de palillos, el tabaco, cortar hilo con los dientes...etc.
 - Evita respirar por la boca si hace mucho frío en la calle.
- Si las molestias persisten, por supuesto visita a tu odontólogo. El profesional de la salud dental puede:
- Aplicar un barniz de flúor en las áreas sensibles para ayudar a fortalecer el diente
 - Recetar una crema dental específica con alta concentración de flúor para utilizar todos los días
 - Colocar una restauración dental para fortalecer las áreas que han perdido el esmalte

Y recuerda, que aunque no tengas molestias, debes hacer visitas regulares al dentista, evitando así muchos problemas.



Algo típico del Otoño EL DOLOR DE GARGANTA

Se trata de una queja muy común cuando llega el invierno. Detrás de ella se encuentra la acción de unos virus que pueden ser fácilmente atajados con los cuidados necesarios. Hoy te enseñamos a ponerle freno a esta molestia del frío.

LORENA MARTÍNEZ

LA GARGANTA

Disfrutar de un invierno en plena forma requiere aprender a cuidarse en función de los agentes externos que causan las dolencias típicas de esta temporada. Una de las causas principales es el descenso brusco del termómetro, que hace que en ocasiones nos descuidemos y se produzca una bajada de defensas en nuestro organismo. Esa bajada de defensas hace más fácil que microorganismos no deseados invadan nuestras vías respiratorias.

mos no deseados invadan nuestras vías respiratorias.

Es por ello que algunas de las dolencias más comunes al bajar las temperaturas están relacionadas con el dolor y la enfermedad de la garganta. Aumentar las vitaminas en esta época del año y cubrirnos la zona con una bufanda, puede evitar de una forma sencilla molestias indeseadas.

LA ALIMENTACIÓN

Ingerir cualquier tipo de alimento

puede convertirse en un tormento cuando la garganta está irritada. No es necesario que la fuerces. Los primeros días de una dolencia es mejor comer una dieta blanda a base de purés, sopas, yogures... No olvides que la temperatura es sumamente importante. Evita ingerir alimentos demasiado calientes o demasiado fríos. Deben estar calientes a una temperatura media para mantener la humedad natural de la garganta.

La miel es un endulzante na-

DEPILACIÓN LÁSER
CON IPL MÉDICO

TRATAMIENTOS ESTÉTICOS
FACIALES Y CORPORALES

MICROPIGMENTACIÓN
CEJAS | LABIOS | OJOS

ELECTROFITNESS

AQ8

CONSUPERVISIÓN MÉDICA

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

CENTRO MÉDICO PAMA

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

CERTIFICADOS MÉDICOS DE GARNET
CONDUCCIÓN Y PERMISOS DE ARMAS,
OFTALMOLOGÍA, OTORRINOLARINGOLOGÍA,
TRAUMA, GINECOLOGÍA, UROLOGÍA,
PSIQUIATRÍA, PSICOLOGÍA, ANÁLISIS CLÍNICOS,
FISIOTERAPIA



APRENDER A RESPIRAR SUAVE Y PROFUNDAMENTE

LA RESPIRACIÓN: Ponerte en manos de una logopeda te ayudará a mejorar las dolencias de la garganta. Se trata de aspirar y espirar haciendo que la entrada de aire sea imperceptible, situando el origen de la respiración en el abdomen.



tural con un probado efecto antimicrobiano cuyo consumo ayuda a reforzar el sistema inmunológico y prevenir así las molestias de la garganta. El limón es un desinfectante natural. Además, la naturaleza pone en nuestra mano una amplia variedad de plantas que ayudan a paliar las inflamaciones de garganta. Algunas de estas son el tomillo o el eucalipto. En cualquier caso, tómalas en forma de infusión.

Prueba a llenar una botella de un litro con infusión de tomillo y añádele el zumo de un limón y dos cucharaditas de miel. Tu garganta se recuperará enseguida.

A EVITAR

El tabaco es el agente más dañino en caso de padecer una dolencia leve de garganta, ya que éste es capaz de agravar la intensidad y duración de los síntomas. Lo mejor es intentar reducir el hábito, al menos mientras dura la infección, e incrementar

CONOCE MÁS DE CERCA SORIA NOVIAS

¿CÓMO TRABAJAN?



Soria Novias, escoge los modelos más especiales para cada colección, pero si sus clientas quieren un modelo que no tienen en ese momento en la tienda, se lo piden exclusivamente para ellas de forma directa en fábrica y sin coste adicional. Ésto hace que en Soria podamos tener la totalidad de las colecciones de las firmas más importantes, sin necesidad de desplazarnos para pruebas y arreglos. Soria Novias, apuesta por Soria.

el consumo de vitamina C.

En las dolencias de la garganta tampoco debemos forzar la voz, sobretodo en el caso de las personas que se pueden quedar roncas con cierta facilidad. Conviene dar descanso en cuanto se note la aparición de los primeros síntomas. Además, evita los espacios con sustancias irritantes en el aire como polvo o humo. También se deberán evitar los espacios excesivamente secos, ya que son perjudiciales para el aparato respiratorio. La temperatura interior debe estar sobre los 19 ó 20 °C, con una humedad del 55%, para evitar la deshidratación de las vías respiratorias.

Nuestro consejo es que salgas a andar. Un simple paseo en un entorno natural ayuda a despejar las vías respiratorias y activa el sistema inmunitario. Además adelgaza y nos pone en forma. Eso sí, en esta época del año no te olvides ponerte un pañuelo alrededor de la boca para calentar el aire que respiras.

decoración



Cabeceros empapelados

El cabecero de la cama es el elemento central del dormitorio y hacerlo empleando papel pintado es una idea muy buena, a la vez que económica.

Cada vez está más de moda ésta tendencia. Consiste en realizar un cabecero desde el suelo hasta el techo o casi hasta llegar al mismo, que sobresalga unos 15 cm. por cada lado de la cama. En SM



Decor disponemos de un amplio catálogo de papeles pintados de las Marcas más representativas. Elige uno de los que sigan las tendencias del año pero, a la vez, sea lo suficientemente "clásico" para que te dure algún tiempo y no te canses de él.

Recomendamos también el uso de un papel vinílico, ya que esto nos permitirá lavarlo, si con el roce de las almohadas es necesario.

SMDECOR
C/ Puertas de Pró nº 11

las tendencias

Botones

El traje de dos botones al estar de pie debes de tener abotonado sólo el botón de arriba, nunca los dos. Las trajes con chaqueta de 3 botones Nuestra recomendación es que siempre abotones el botón del medio y el botón de arriba de forma opcional. Nunca debes de abotonar los dos de abajo o los 3 botones.

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

Manera de abotonarlo

- Primer botón, a veces
- Segundo botón, siempre
- ✗ Tercer botón, nunca



3 botones



2 botones

1 botón

Al camuflaje

Juvenil chaquetón-parka estampado de estilo camuflaje forrado y con capucha con pelo de zorro. El logo de la marca, Arstshirt, viene alado y bordado. De esta edición limitada, en Trazia disponemos de 4 unidades. ¡No te quedes sin la tuya!

TRAZIA "Gusto de mujer."
C/ Puertas de Pro, 10
975 67 81 31





REBAJAS

Mitad de Temporada

* del 1 al 15 de Noviembre.



TWIDD

C/ Numancia , 26
SORIA





clasificados

Pisos

venta

SE VENDE piso céntrico, cocina con terraza, salón, 3 dormitorios, 2 cuartos de baño completos. 98m², ascensor y calefacción central. Tel. 975 225 146

SE VENDE piso, cocina grande con terraza, salón, 3 dormitorios, 2 cuartos de baño completos y grandes, ascensor y calefacción central, 20 años de antigüedad, se deja todo amueblado para entrar a vivir. Tel. 665 878 164

ALQUILO piso céntrico soleado tres dormitorios, salón, terrazas, calefacción gas ciudad. C/ Las casas. Zona iglesia de Santo Domingo. Tel.: 627 561 593

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

SE VENDE piso calle Amapola, con ascensor, 90 m². -todo exterior, calefacción central, 3 habitaciones. 95.000 euros. Tel. 686 041 591 (Solo Tardes).

SE VENDE casa en la Barriada en Soria, por 169.000 euros. ¡Precio rebajado! Situada en callejón suroeste. 305 m²- (223 m²- jardín y 82 m²- vivienda). Tel. 617 108 610 y 617 144 668

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

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

SE VENDE casa de dos habitaciones, cocina comedor, baño, con calefacción de pellets, y radiadores de bajo consumo, amueblada. Tels. 633 041 340 y 669 771 437.

SE VENDE Finca de 1000m con frutales y zonas verdes, varias construcciones para animales Tels. 633 041 340 y 669 771 437.

SE VENDE finca a 9 km de Soria, ideal para construir tu primera vivienda o

zona de recreo, 24000 euros. Tel. 669 771 437

SE VENDE solar de 95m² en el Burgo de Osma. Tel. 618 735 422

SE VENDE finca urbana buena situación San Leonardo 1100m² luz a tres calles. Tel. 618 735 422

SE VENDE terreno urbanizable en Ólvega. Hasta 156 metros en tres alturas. Bien precio. Tel. 665 448 405

VENDO CASA en Matamala de Almazán tiene dos viviendas, una con vitrocerámica, comedor, baño, tres habitaciones con parque. Cochera para tres coches y calefacción individual de gasóleo precio ha convenir. Tel. 606 732 628

VENDO terreno urbano de 200m cuadrados a 15km de Soria, luz y agua en la misma entrada. Tel. 649 119 039 / 975 225 268

VENDO piso amueblado 3 habitaciones, 2 baños, trastero, calefacción individual, pocos gastos de comunidad. 118.000€. Tel.: 699 815 586

SE VENDE MOLINO con vivienda y huerta (parcela 3.000 m²) en Langa de Duero. Con presa y entrada-salida de agua. Tel.: 689 902 375

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

SE VENDE chalet adosado en camareras, muy buena orientación. Tel. 608 240 417 de 21h a 22h

SE VENDE piso soleado, 3 habitaciones, salón, cocina, baño, calefacción individual, todo exterior, trastero, comunidad baja. Totalmente amueblado. Tel. 617 456 991

SE VENDE piso zona Mariano Vicén, tiene cocina muy amplia, salón, tres dormitorios, dos cuartos de baño completos uno con bañera grande y otro con cabina, todo amueblado, buenas calidades, 29 años de antigüedad, para entrar a vivir. Tel: 665 87 81 64

VENDO PISO en Soria céntrico tres

habitaciones, salón comedor, dos baños, cocina amueblada, armarios empotrados. Económico. Tel. 645 440 449

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

VENDO piso dos habitaciones, calefacción y ascensor, zona arboleda. Tel. 618 432 138

VENDO piso seminuevo zona scalextric 104,84 m², 3 dormitorios, 2 baños, amueblado, cochera cerrada y trastero. Tel. 605 821 980

VENDO CASA para entrar a vivir en Castilruiz. Reformada, calefacción gasoil, patio, muy económica. Tel: 620 204 654

VENDO PISO en Ólvega con plaza de garaje, 2 dormitorios, todo amueblado, ascensor, calefacción central, todo exterior. Tlf: 629 390 770

SE VENDE piso, céntrico, buen estado. 2 habitaciones, amueblado, muy luminoso. Sin apenas comunidad. 88.000 €. Para entrar a vivir. Tel. 667 95 64 76

Pisos

alquiler

SE ALQUILA piso en calle cortes. Tel. 670 741 752

ALQUILO PISO céntrico 3 habitaciones 3 habitaciones, calefacción y ascensor. Tel. 686 046 502

SE ALQUILA, habitación, Zona Institutos, a 5 minutos del centro. Tel.: 629 672 998

ALQUILO apartamento 1 o 2 habitaciones amueblado, plaza de garaje, 2 Km. de Soria. Tel. 630 677 995.

ALQUILO piso tres habitaciones, comedor, cocina, baño, despensa, sin gastos de comunidad Tel. 609 568 635

ALQUILO piso amueblado, tres habitaciones, servicios centrales, soleado, exterior, próximo estación autobuses, Tel. 648489122

ALQUILO piso con muebles tres ha-

bitaciones servicios centrales, cerca estación autobuses soleado, exterior Tel.:975 220 710

SE ALQUILAN habitaciones en piso compartido solo profesores o estudiantes, piso de tres habitación, salón-comedor, cocina, baño totalmente amueblado y equipado y con todas las comodidades. Tel. 696 008 547

SE ALQUILA piso 3 habitaciones calefacción central amueblado en Soria. Tel. 609 280 073

ALQUILO Piso céntrico. Orientación sur-soleado. Con ascensor. Todo exterior. 2 baños. Amueblado. Tel. 671 290 351

SE ALQUILA Se alquila piso a estudiantes. Calle Cortes de Soria 3. Muy céntrico, recién reformado. 3 habitaciones. Calefacción central. Tel: 670 741 759

SE ALQUILAN se alquila una habitación en piso compartido a compartir con dos profesores o estudiantes, piso de tres habitaciones, salón, cocina, baño, terrazas, totalmente amueblado y equipado y con todas las comodidades. Tel. 630 169 189

SE ALQUILA piso amueblado, zona Pajaritos (frente Universidad), dos habitaciones, baño, cocina, comedor. Dispone garaje y trastero. Tel: 657 985 846 y 675 475 881

ALQUILO PISO amueblado pasaje San Gregorio 1 soria, bajo con 3 dormitorios, calefacción individual. Tel. 648 53 33 16 y 630 85 29 63

ALQUILO apartamento amueblado. Un dormitorio, céntrico. profesores. Tel.: 629 411 628

ALQUILO PISO amueblado 4 dormitorios, 2 terrazas, 2 cuartos de baño. Sona Santa Bárbara, junto conservatorio. Tel.: 638 845 726

SE ALQUILA piso, pequeño, dos habitaciones, muy económico zona magisterio. Tel. 618 216 627

SE ALQUILA piso confortable y amueblado para profesores o estudiantes, cerca de institutos (I.E.S). Tel.: 689 091 394

ALQUILO bonito apartamento amueblado dos dormitorios, dos baños, servicios centrales y garaje junto a la universidad. Tel. 975 222 530

ALQUILO piso amueblado, amplio y soleado, tres dormitorios, calefacción central. Junto a escuela de artes. Tel. 975 222 530

SE ALQUILA piso de dos dormitorios, cocina, baño, salón y garaje opcional. Tel. 659 29 21 15.

ALQUILO PISO en Agreda, 115 M2 útiles, 4 dormitorios, 2 servicios, cocina, comedor. Situado en planta tercera, con ascensor. Plaza de garaje. Tel. 630 127 200.

ALQUILO piso tres habitaciones con muebles, servicios centrales exterior, soleado cerca estación de autobuses. Tel. 644 848 912

Locales

venta/alquiler

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

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

ALQUILO nave 400m en el Polígono de Soria. Tel. 665 144 560

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

ALQUILO local comercial en Venerable Palafox. Totalmente acondicionado. Tel. 975 22 57 91

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

SE ALQUILA local acondicionado de 35 metros calle pedrizas, baño, -soleado, escaparate. 285 euros/mes. Tel. 620 92 90 14

ALQUILER local, almacén, plaza de garaje en C./Eduardo Saavedra N° 56. Tel. 651 37 54 43

ALQUILO local comercial 70 m² en C/ Numancia, 32. Totalmente acondicionado, céntrico, diáfano y con baño. Tel. 659 27 28 36

Garajes

venta/alquiler

SE ALQUILA plaza de garaje en zona santa bárbara. Tel. 975 22 98 05 - 690 087 133

ALQUILO plaza de garaje en Patios de Don Vela. Tel. 657394670



ares
tención

ares
sesoramiento

ares
ministración

tfno. 975 23 31 97

www.gabineteares.com

gabinete tributario y de gestión

SE VENDE plaza de garaje edificio paseo la florida 28-30 entrada a nivel de calle precio negociable Tel. 630 169 189

ALQUILO cochera cerrada, zona Paseo de Sta. Barbara.(Edificio Nueva Era). Tel.: 616 817 520

ALQUILO plaza de garaje , fácil entrada y salida , c/ Venerable Carabantes nº1B Las Moreras Cámara de Comercio. Tel. 648489122

ALQUILO plaza de garaje. Edificio la solana. Calaverón muy económica. 30 €. Tel. 652 62 62 37

ALQUILO amplía plaza de garaje en Edif. La Solana (V.Carabantes, 21). Tel. 696 828164

SE ALQUILA garaje cerrado en c/ Enrique García Carrilero de Soria. Tel. 685 16 85 63

SE VENDE plaza de garaje a pie de calle en zona U-25. Tel: 975 225 268 / 649 119 039

SE ALQUILA cochera cerrada junto restaurante Nueva Era de Soria. Tel.: 605 642 164

SE VENDE plaza de garaje doble, amplios viales, C/ santo domingo de silos, entrada peatonal C/ Caballeros. Tlf:626 749 644

VENDO cochera cerrada 20M². Edificio comuneros. Tel. 659 522 984

SE ALQUILA plaza de garaje en la calle ermita, junto a mercadona. Tel: 661931643

SE VENDE plaza de garaje, zona de

San Lorenzo. Tel: 610 77 89 72

ALQUILO plaza de garaje cerrada en C./ Maestro García Muñoz. Tel. 975 22 83 45

ALQUILO cochera C/ Caro nº. 10, 11 m2. Tel. 646 346 830

Animales

SE VENDEN cachorros de Setter inglés. Padres buenos cazadores y pedigree de campeones. Tel. 661 490 542

REGALO perro-a beagle con podenco de dos años para compañía, tamaño pequeño. Vacunados y con microchip. Tel. 639 001 228.

VENDO cachorros de yorkshire de dos meses.150€. Tel. 620 239 950

Negocios

venta

VENDO peluquería en funcionamiento. Tel. 608 240 417 de 21 a 22

Motor

venta

SE VENDE 4x4 Suzuki Vitara 1.6, 130000km, preparado,muchas mejoras, todo al día. Tel. 660 738 690

VENDO Yamaha Diversion XJ600S en perfecto estado. Recién pasada ITV. 950 euros. Tel.: 620 204 654

VENDO tractor Jonh-Deere 3135 con pala y amontonador de grano. Tel: 675 164 372

SEAT Toledo metalizado año 1994. Muy bien cuidado 50 mil km. 1 700 euros . Tel.: 975 21 33 26

CARAVANA muy bonita de cuatro plazas, seminueva. Muy cómoda. 5.900 euros. Ocasión. Tel.: 639 43 00 69

Varios

SE VENDE 43 revistas de National Geographic de entre los años 1997 - 2001. Con 4 archivadores y 17 mapas y documentos. Tel. 677 646 786

SE VENDE lavado marca Roca nuevo a estrenar con pie y tornillos y tacos para sujetar a la pared. Tel. 660 738 690

VENDO estantería de IKEA color negro y con ruedas. Alto 80 cm, largo 80 cm y ancho 40 cm. Como nueva. 35EUR. Llamar tardes. Tel. 696 426 849

VENDO ordenador PC Intel. Pentium 4 con windows XP. 60EUR. Llamar tardes. Tel. 696 426 849

VENDO libro de inglés de la escuela de idiomas "English file" primer curso (beginner) sin usar. Tel. 676 790 450

VENDO cuna de viaje de "bebe confort" color naranja y hamaca para bebe con música relajante y masajés. buen estado. Tel: 692142236

VENDO banco de taller de hierro gran-

de con tornillo grande de unas dimensiones de unos 4 metros de largo,por 2 de ancho con sus patas respectivas precio:1000€. Tel. 606 732 628

VENDO silla + capazo niño en azul cielo marca Quinny seminuevo, buen estado. Posibilidad de saco para invierno a juego. Homologado el capazo para coche. Tel. 692 142 236

VENDO 17.000 sellos extranjeros usados, todos distintos, de 65 países, conservados en 26 clasificadores. Tel. 975 228 781.

VENDO saco azul y marrón para silla de niño de " wallaboo". Muy buen estado. Tel. 692 142 236

SE VENDE maquina de escribir anti-gua Hispano Olivetti lexicon 80 en muy

buen estado. Tel. 660 738 690

VENDO 8 láminas enmarcadas soria aitigua 63x53cm. Tel.: 628 688 691

VENDO camilla CERAGEM MASTER CGM-3500. Nueva a estrenar. Tel. 628 166 000

Trabajo

BUSCO conductor vehiculo articulado, con experiencia, piso móvil, transporte nacional. Enviar CV con vida laboral a: seleccionconductorpismovil@gmail.com

clasificados

Gratuitos para particulares

Requisitos:
Nombre, Dni, dirección y teléfono

Envío a El periódico de Soria:

Correo ordinario: C/ Mayor nº17 bajo. 42002 - Soria
Correo electrónico: clasificados@elperiodicodesoria.com

Máximo 17 palabras

NO TE QUEDES SIN TU
PLAZA DE PARKING
EN EL CENTRO
DE **SORIA**

FINANCIACIÓN
A TU MEDIDA.
FACILIDADES
DE PAGO.

Por solo:

15.517€ en Mariano Granados

16.500€ en El Espolón

IVA NO INCLUIDO

LAVADO MANUAL DESDE **19€** IVA INCLUIDO

6,50€ IVA INCLUIDO

LAVADO AUTOMÁTICO

LANZAS Y ASPIRADORES

POR SU LAVADO
30
MINUTOS
DE ESTACIONAMIENTO GRATIS

RIOSA
dehesa park

CONTACTE CON NOSOTROS
975 221 782 / 661 919 022
info@parkingsoriariosa.es

#ociorestaurantesbares#

#Soria#

TRASHUMANTE

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

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

MESÓN CAMPOS DE CASTILLA

Tfno. 975 22 66 00

LEONOR CENTRO

Restaurante de cocina tradicional castellana. Menú del día y carta. Reserva tu mesa. Cafetería: desayunos, almuerzos, cafés, cañas, etc.
Tfno. 975 22 68 31
leonorcentro@hotel-leonor.es

SANTO DOMINGO II

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

FOGÓN DEL SALVADOR

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

ASADOR ECUS

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

CASA TOÑO

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

RESTAURANTE PISCIS

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

DON QUIJOTE

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

#Ágreda#

BAR RESTAURANTE

LA SINAGOGA DE ÁGREDA

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

#Berlanga#

CASA VALLECAS

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

#El Burgo#

VIRREY PALAFOX.

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

HOTEL TERMAL

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

#Casarejos#

CABAÑA REAL DE CARRETEROS

Es uno de los referentes de la cocina tradicional de Soria. Más de 20 años de experiencia.
C/ Las Angustias, 45
Tfno. 975 37 20 62

#Garray#

GOYO (GARRAY)

Cocina casera y de mercado almuerzos, comidas, meriendas y cenas.
Ramón Benito Aceña, 2
Tfno. 975 25 20 07.

#Matute de la sierra#

HOTEL RURAL SANTA COLOMA

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

#Medinaceli#

RESTAURANTE CARLOS MARY

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

www.restaurantecarlosmary.es

#Vinuesa#

EL BALCÓN DEL BREZAL QUINTANAREJO

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

EL NAÚTICO

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

#Yanguas#

LOS CEREZOS DE YANGUAS

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

#PUBS#

#Soria#

CAFÉ PUB SWING

Calle concepciones, 1 bajo
Tfno. 975 22 27 51

#HOTELES#

#Soria#

HOTEL LEONOR MIRÓN ****

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

HOTEL LEONOR CENTRO****

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

HOSTAL LA VITORINA

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

HOTEL ALBA

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

HOTEL CASTILLA

C/ Claustrilla, 5
Tfno. 975 23 12 45

PENSIÓN HERRADORES

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

HOTEL GREEN CADOSA

C/ Claustrilla, 5
Tfno. 975 21 31 43

#Garray#

HOSTAL GOYO GARRAY**

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

rural alternativo.
C/ Garrejo,9
Tfno: 975 05 25 23

#El Burgo#

HOTEL TERMAL****

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

II VIRREY****

C/ Mayor, 4
Tfno. 975 34 13 11

#Casarejos#

CABAÑA REAL DE CARRETEROS

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

#Matute de la sierra#

HOTEL RURAL SANTA COLOMA

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

#Los Villares#

C. T. R LOS VILLARES

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

#Yanguas#

LOS CEREZOS DE YANGUAS

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



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

HOTEL RESTAURANTE CAFETERÍA

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

#bocadosgastronómicos#

De escabeches, ahumados y marinados

Las diferentes técnicas de conservación de los alimentos que se han utilizado a lo largo de la historia, siguen ocupando un lugar muy importante en las cocinas españolas. En la actualidad, no como método de conserva, sino para dar placer y gusto al paladar. La gastronomía soriana, por ejemplo, no sería lo mismo sin productos como el pollo escabechado, el congrio rancio y el bacalao desalado.

P.B.P.

El ser humano ha buscado siempre la manera de conservar los alimentos, ya que no fue hasta principios del siglo XX cuando aparecieron los primeros refrigeradores de uso doméstico, gracias a la labor del francés, Charles Tellier.

Muchos han sido los métodos de conservación que se han utilizado a lo largo de la historia, desde el hielo recogido durante el invierno en épocas prehistóricas hasta la utilización de sal, azúcar y ácidos como el vinagre. En nuestros días, se siguen utilizando muchas de estas técnicas, pero más que como un método de conserva, para dar placer al paladar.

El escabeche, el ahumado y los marinados le otorgan a los alimentos un sabor característico y es por eso, que actualmente se siguen elaborando.

Las anchoas en salazón, los mejillones en escabeche y los



Los mejillones en escabeche son una de las conservas más vendidas.

boquerones en vinagre son productos muy demandados en el mercado español y hacen grande la industria conservera del país.

Los métodos son sencillos y en cada parte del país tienen su técnica. En Soria, por ejemplo, el escabeche de pollo es único. Se elabora con aceite, vinagre y vino blanco, normalmente dos partes de grasa por una de ácido y otra de vino, y con especias como el laurel y la pimienta negra.

Además, los métodos de conservación de antes hicieron posible el consumo de productos del mar en las provincias del interior de la península ibérica, dando resultados tan especiales como

el congrio rancio o el bacalao desalado.

→ la receta



HOJA RELLENA DE SINFONIA DE SETAS Y CARABINEROS

RESTAURANTE LOS VILLARES

Ingredientes:

- Hojas de lechuga
- Puerros
- Setas de cardo
- Marzuelos
- Calabacín
- Espárragos trigueros
- Caldo de verduras

Elaboración: picamos todos los ingredientes en mirepoix y los pochamos. En ese momento, le añadimos las setas poco tiempo para que se nos queden crujientes y ligamos todo; salsa, setas de cardo, carabineros y caldo de verduras.

Montaje: hacemos un rollo con las hojas y rellenamos. Después lo salseamos y ya está listo para ser servido.



→ Un truco para tu cocina

¿Cómo ahumar alimentos en casa?

Dentro del ahumado, existen dos técnicas, en frío y en caliente. Mientras que en el primer método la temperatura no alcanza más de 30 grados, en el segundo se ahuma a unos 130 al principio para posteriormente pasar a los 45. Si se dispone de ahumador, la madera que se utilice no debe ser

resinosa, para evitar que desprenda sustancias tóxicas sobre los alimentos. En caso de no tener un ahumador o chimenea, como se hacía antes en las casas, en el mercado existen preparados especiales, muy fáciles de utilizar. Solo hay que cubrir el género con la mezcla y esperar el tiempo que el fabricante indique.

DON QUIJOTE
BAR RESTAURANTE

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

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

Hostal **
Goyo Garray

descubre
la calma
INTERIOR

SORIA turismo rural alternativo

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

33 años en continua evolución
¡ven a vernos!

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

RENOVADO RESTAURANTE - NUEVA TERRAZA CLIMATIZADA - NUEVOS PLATOS

#agenda#


www.sorianoticias.com

'Reikiavik'

La obra de teatro 'Reikiavik', dirigida por Juan Mayorga, será representada en el Palacio de la Audiencia el 8 de noviembre, a partir de las 20:30 horas. Los actores César Sarrachu, Daniel Albaladejo y Elena Rayos reconstruirán en Soria el duelo de ajedrez entre el soviético Boris Spasski y el estadounidense Bobby Fischer durante la Guerra Fría.

CENTRO CULTURAL PALACIO DE LA AUDIENCIA./8 DE NOVIEMBRE.

'El Pícaro Ruzante'

Más teatro en la Audiencia. El 10 de noviembre 'El Pícaro Ruzante' de Agustín Iglesias será interpretado por Mario Benítez, Cándido Gómez, Magda García Arnal y el mismo director. La obra comenzará a las 20:30 horas y tendrá un coste de 12 euros.

CENTRO CULTURAL PALACIO DE LA AUDIENCIA./10 DE NOVIEMBRE.

'Voces Graves de Madrid'

La oferta que ofrece el Palacio de la Audiencia durante la primera quincena de noviembre se completa con el concierto de 'Voces Graves de Madrid'. El espectáculo contará con 50 cantantes experimentados y tendrá lugar el 12 de noviembre a las 20:30 horas. El precio por persona será de 15 euros.

CENTRO CULTURAL PALACIO DE LA AUDIENCIA./12 DE NOVIEMBRE.

Fiestas de los pueblos

Las fiestas de los pueblos continúan por toda la provincia de Soria. Esta vez es el turno de las localidades de Cubo de la Solana y Vilviestre de los Nabos, que se preparan para celebrar San Martín de Tours el próximo 11 de noviembre. Según la historia, el santo nació en Hungría hacia el año 316.

CUBO DE LA SOLANA Y VILVIESTRE DE LOS NABOS./11 DE NOVIEMBRE.



DEL 12 AL 20 DE NOVIEMBRE

Segunda edición del KinoSoria Fest

La segunda edición del KinoSoriaFest se celebrará en Soria del 12 al 20 de noviembre. El objetivo del festival es la realización de cortometrajes para fomentar la creatividad, la improvisación y el trabajo en equipo. Este año, como novedad, el proyecto se realizará

en colaboración con el festival "KINOCTÁMBULE" de Saint-Étienne, Francia.

LUGAR: SORIA./DEL 12 AL 20 DE NOVIEMBRE.

Festival de las Ánimas

El Festival de las Ánimas arrancó el 24 de octubre con la primera lectura de relatos en las Ruinas de San Nicolás y concluirá el 5 de noviembre con la composición-musical 'El Palacio Encantado', basada en un relato de Edgar Allan Poe. Igor Escudero, vinculado a Soria, será el encargado de traer este montaje de ópera de cámara acompañada con piano, violonchelo y voz. El broche final de un festival que suma actividades de Juventud, Deportes, Cultura y Turismo.

SORIA. CENTRO CULTURAL PALACIO DE LA AUDIENCIA./5 DE NOVIEMBRE.

Certamen de Cortos

La décimo octava edición del Certamen Internacional de Cortos 'Ciudad de Soria' se llevará a cabo del 13 al 27 de noviembre. Desde el próximo día 20 del mismo mes comenzarán las visualizaciones de 60 películas en formato corto, en el Centro Cultural Palacio de la Audiencia. Algunas de las obras, procedentes de más de 20 países, son: *Brilliance* (Holanda y Polonia), *Servicio Técnico* (España), *Last ship* (Italia), *United interest* (Alemania) y *Dobro* (México).

SORIA. CENTRO CULTURAL PALACIO DE LA AUDIENCIA./DEL 20 AL 25 DE NOVIEMBRE.

Teatro en El Burgo

La décimo primera edición del Certamen regional de grupos aficionados de teatro concluye el 6 de noviembre con la obra 'Los treinta' interpretada por el grupo ganador del pasado año. El evento, organizado por la Consejería de Cultura y Turismo en colaboración con el Ayuntamiento de El Burgo de Osma, comenzó el 24 de septiembre en la localidad soriana. Además, el día anterior a la conclusión del certamen, la Compañía Lagasca de Ávila interpretará 'Su último tren'.

EL BURGO DE OSMA./DEL 24 DE SEPTIEMBRE AL 6 DE NOVIEMBRE.

→ DE RUTAS



Ruta micológica

El 5 de noviembre tendrá lugar la ruta micológica organizada por el Ayuntamiento de Soria, y que se enmarca dentro del programa Senderos del Duero. El recorrido, que contará con unos 3 kilómetros de longitud, comienza a las 10:00 horas en el Pinarillo. Los interesados pueden apuntarse desde el portal de autoliquidación del Ayuntamiento en la propia página web.

APARCAMIENTO DEL PINARCILLO (SORIA).



Campo a través de Soria

El próximo 20 de noviembre se celebrará la vigésimo tercera edición del 'Campo a través internacional de Soria', en el circuito natural del monte Valonsadero. Los atletas que formen parte de las carreras federadas tienen de plazo para inscribirse hasta las 24:00 horas del jueves 17 de noviembre, mientras que los deportistas populares dispondrán de un día menos.

MONTE VALONSADERO (SORIA).



¿Necesitas una web?



www.netytec.com 975 128 345

Soluciones en Internet

1'49€



9

KING NUGGETS®

**POR TIEMPO
LIMITADO**

