



Millán Maroto, impulsor de la cocina micológica soriana, recibe un merecido reconocimiento en el Soria Gastronómica. El congreso bianual se centra este año en el boletus con un ojo puesto en las previsiones meteorológicas. Además, 51 establecimientos participan en la IX Semana de la Tapa Micológica.

PÁGS. 3-6 y 14-15

“la **MICOLOGÍA** es una fuente de SABOR extraordinaria”

DAVID ALMAJANO



EN DEPORTES

PÁG. 18

## Vuelve el voley

El Río Duero Soria comienza una nueva campaña con el objetivo de aumentar su masa social y hacer disfrutar al aficionado. La disparidad económica en la Superliga Masculina dificulta los logros deportivos. Pese a ello, el técnico Manuel Sevillano avisa: “tenemos la mejor plantilla en los cuatro últimos años”.

LA NOTICIA

PÁG. 8

## Soria saludable

La Fundación Científica Caja Rural se centra este año en la diabetes, que afecta a más de 9.000 sorianos. Además habrá un homenaje a Ramón Estruch, padre de la Dieta Mediterránea.



SORIA ENPOSITIVO PÁGS. 20 y 21

## I+D+i en una granja de gallinas



EL REPORTAJE

PÁGS. 10 y 11

## Día de la Mujer Rural

Ana, Marta y Sara cuentan cómo es el día a día de la mujer en el mundo rural. AMFAR busca nuevas emprendedoras que den nueva vida a los pueblos de la provincia.





# PUNTOS DE RECOGIDA EP CYL

El Periódico de Castilla y León



**BUSCA CADA 15 DÍAS TU EJEMPLAR  
GRATUITO EN UNO DE NUESTROS  
MÁS DE 750 PUNTOS DE RECOGIDA  
DE TODA LA PROVINCIA.**







## 196.339 CONSULTAS EN LO QUE VA DE AÑO EN LA PROVINCIA

LAS 9 OFICINAS PROVINCIALES DE TURISMO llevan registradas 196.339 consultas entre los meses de enero y septiembre de 2016, incrementando un 4,27% respecto al mismo periodo de 2015, cuando se atendieron 188.305, lo que supone 8.034 consultas más.



# la noticia



La micología en la provincia

# UNA GRAN FUENTE de riqueza

El turismo rural en Soria ha duplicado sus cifras durante los últimos 10 años, según el INE. Ahora, el otoño se ha convertido en temporada alta. En estos momentos, la micología genera en Castilla y León unos 65 millones de euros, convirtiéndose así en un referente micológico tanto a nivel nacional como internacional.

P.B.P.

La micología ha salvado el turismo de la provincia durante los meses de octubre y noviembre "gracias por un lado, a la ordenación micológica y por otro, a la gastronomía y la promoción", como han explicado desde la Asociación Soriana de Hostelería y Turismo (ASOHTUR). Según las encuestas de turismo rural del INE (Instituto Nacional de Estadística) en octubre de 2005 fueron 4.717 españoles los que se acercaron a Soria, mientras que en el mismo mes del año 2015 aumentaron más del doble las cifras, siendo 9.422 los turistas que visitaron la provincia.

Hace quince años, los meses de otoño eran temporada baja, pero la revalorización del medio rural y de la micología han conseguido darle

## LAS CIFRAS

**9.422:**

TURISTAS ESPAÑOLES  
Visitaron la provincia de Soria en octubre de 2015, según datos de las encuestas de turismo rural del INE.

**65:**

MILLONES DE EUROS  
Es el valor total que genera la micología en la comunidad de Castilla y León.

**35:**

POR CIENTO  
De los ingresos micológicos en en Castilla y León provienen del micoturismo

un giro de 180 grados a la situación turística de Soria. La presidenta de Asohtur, Yolanda Santos, ha comentado que "Castilla y León es en la actualidad una de las regiones del mundo donde los recursos micológicos están alcanzado mayor grado de desarrollo, sirviendo de modelo a otros países europeos y norteamericanos". Además, en concreto Soria, se ha convertido en un referente micológico nacional y también a nivel internacional.

Joaquín Latorre, investigador en micoturismo del proyecto Micocyl y de la Fundación Cesefor, pone cifras; "la micología genera un valor total estimado en 65 millones de euros en la región, de los que el 35% son valores añadidos por el micoturismo, el 40% por las empresas de comercialización, el 20% rentas directas generadas por la compraventa a recolectores y el 1% por la obtención de permisos".

Santos, ha comentado en este sentido que "vamos por el buen camino, pero queda mucho por hacer". La presidenta de la agrupación considera que "hay que seguir formando a profesionales en todos los ámbitos del micoturismo" y que, además, "hay que continuar invirtiendo en promoción y en calidad de los productos que ofrecemos".

Asohtur continúa trabajando "muy duro", realizando reuniones con todos los socios para debatir "dónde estamos y hacia donde queremos ir" como ha señalado su presidenta. Además, uno de los objetivos que se han marcado es la colaboración público-privada de todos los estamentos que están vinculados con el turismo, para poder crear proyectos diferenciadores de conjunto, sumando fuerzas y optimizando recursos.

**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](http://www.sorianoticias.com) / [elperiodico@elperiodicodesoria.com](mailto:elperiodico@elperiodicodesoria.com)

Dirección: **Sergio García** [sgarcia@elperiodicodesoria.com](mailto:sgarcia@elperiodicodesoria.com)

Coordinación: **Patxi Veramendi** [pveramendi@elperiodicodesoria.com](mailto:pveramendi@elperiodicodesoria.com)

Fotografía: **David Almajano**

Redacción: **Pedro Calavia, Chusja Andrés, Patricia Blázquez y Sara Gonzalo**  
[redaccion@elperiodicodesoria.com](mailto:redaccion@elperiodicodesoria.com)

Director Comercial: **Juan Carlos Díaz** [jcdiaz@elperiodicodesoria.com](mailto:jcdiaz@elperiodicodesoria.com)

Publicidad: 975 100 900 [publicidad@elperiodicodesoria.com](mailto:publicidad@elperiodicodesoria.com)

Dpto. Técnico: **Jesús Esteras** [jesteras@elperiodicodesoria.com](mailto:jesteras@elperiodicodesoria.com)

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

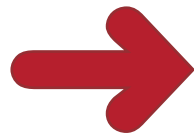


N.A.S: 42-E-10  
**2 gafas mó graduadas con antirreflejante**

**97€**

**MULTIOPTICAS**





## UN CÓCTEL AMENIZADO PONDRÁ FIN AL CONGRESO

LA QUINTA EDICIÓN del congreso concluirá el martes, 25 de octubre, con la celebración de un cóctel amenizado a las 20:30 horas. Tras el debate de los cocineros de Castilla y León, y la presentación de Buscasetas, 'Soria Gastronómica' cerrará sus puertas hasta el próximo 2018.

### V CONGRESO INTERNACIONAL 'SORIA GASTRONÓMICA'

# El paraíso de la micología

La nueva edición de la convención bienal regresa a la capital con más fuerza que nunca. Este año, el Palacio de la Audiencia será el encargado de albergar a los 20 chefs invitados, que suman un total de 17 estrellas Michelin. Enrico Crippa y Bill Jones mostrarán la cocina micológica del Piamonte y de la costa oeste de Canadá, respectivamente.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

Los recursos micológicos son la piedra angular de la gastronomía soriana. Hasta hace unos años, la recogida y el consumo de setas no estaba tan valorado, pero la apuesta de Soria por buscar la diferenciación con el resto de provincias y la revolución culinaria del siglo XXI, han situado a los productos micológicos en lo más alto de la pirámide gastronómica.

Fruto del esfuerzo realizado por todos los sorianos, nació el Congreso Internacional de Micología 'Soria Gastronómica', que este año cumple su quinta edición, estrenando escenario. El Centro Cultural Palacio de la Audiencia abrirá sus puertas los días 24 y 25 de octubre a casi 500 asistentes y 20 chefs, que suman un total de 17 estrellas Michelin. Una cifra que corrobora el prestigio que está alcanzando la convención.

Este año, la nueva edición se anuncia bajo

**Enrico Crippa, el plato fuerte del V Congreso de Micología 'Soria Gastronómica'.**

**'Boletus, territorio y sostenibilidad' es el título de la nueva edición de la convención.**

**Un total de veinte chefs se darán cita en el Centro Cultural Palacio de la Audiencia.**



Óscar García y Luis Bartolomé durante la pasada edición del congreso. /FUNDACIÓN SIGLO.

el título 'Boletus, territorio y sostenibilidad', y tratará de reunir todas las investigaciones que se han llevado a cabo sobre los boletus durante más de 20 años, en Castilla y León. Dos días en los que gastronomía y ciencia se darán la mano a pesar del problema con el que este año cuenta el congreso, el retraso de la campaña micológica por la escasez de lluvias.

#### LOS PONENTES

Las ponencias estarán dirigidas por diversos chefs, pero en esta edición resalta la presencia de Enrico Crippa, el italiano con tres

estrellas Michelin, que pasó en sus inicios por los fogones de Ferrán Adrià. El cocinero mostrará a todos los asistentes las claves de la cocina micológica en el Piamonte, la región de Italia donde se da la trufa más apreciada del mercado, la Tuber magnatum.

El otro ponente internacional, el escritor y chef Bill Jones se encargará de la exposición 'Buscando y cocinando setas en la costa oeste de Canadá', una oportunidad para que los cocineros nacionales conozcan la micología del norte del continente americano.

Respecto a los chefs sorianos, Óscar García del restaurante Baluarte expondrá junto

## El Balcón del Brezal

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



Por sabor y calidad,

elige Soria

**Cañada Real**







## LOS TALLERES DEL V CONGRESO 'SORIA GASTRONÓMICA'

**CINCO**, es el número de talleres que se llevarán a cabo a partir de las 15:30 horas el primer día, y tras las 16:15 del segundo. El taller de cata y distinción de la especie boletus y sus géneros, y 'Boletus: Maduraciones en cera y cocciones con arcillas' son algunos de los nombres de los cursos que se impartirán.



El Aula Magna Tirso de Molina, escenario anterior de 'Soria Gastronómica'. /FUNDACIÓN SIGLO

a Javier Olleros la cocina de Kilómetros1, y Elena Lucas, 'Recuerdos: del pinar al plato'.

Este año, Galicia será la comunidad invitada al congreso y Soria contará con la asistencia de cinco de sus chefs más reconocidos: Pepe Solla, Xoan Crujeiras, Javi Olleros, Héctor López y Javier Rodríguez Ponte. Todos ellos, embajadores de la cocina gallega actual: de producto, sencilla y creativa. Además, muchos son los cocineros que representarán a Castilla y León. César Boal y Rubén Arnaz vendrán desde Segovia, Marc Segarra y Miguel Ángel de la Cruz de Valla-

## PROGRAMA (PROVISIONAL) SORIA GASTRONÓMICA 2016

### Lunes, 24 de octubre

- 9:00 h. Presentación del congreso por Marcos Canas.
- 9:10 h. Claves de Soria Gastronómica y tendencias del futuro en la gastronomía.
- 9:30 h. La cocina de las setas en el restaurante Solla.
- 10:15 h. Cocina kilómetros1. Javier Olleros y Óscar García.
- 11:00 h. Otoño, mar y huerta con Lucia Freitas.
- 11:40 h. Reconocimiento institucional a Galicia.
- 13:10 h. Entrega del premio Miguelón y reconocimiento al cocinero y micólogo Millán Maroto
- 13:30 h. Almuerzo degustación.
- 17:00 h. Las setas en la cocina dulce por Xoan Crujeiras.
- 18:00 h. Debate abierto.

### Martes, 25 de octubre

- 9:00 h. Una interpretación especial de la Cocina Micológica.
- 9:45 h. Buscando y cocinando setas en la costa oeste de Canadá. Bill Jones.
- 10:30 h. Recuerdos: del pinar al plato. Elena Lucas.
- 11:15 h. La micología en la cocina actual francesa.
- 12:00 h. Las claves de la cocina micológica en el Piemonte. Enrico Crippa.
- 12:30 h. Acto de hermanamiento de la trufa.
- 12:45 h. Gastronomía, micología y sostenibilidad. Fernando Martínez Peña.
- 15:15 h. Micología, gastronomía, ciencia y música. Fundación Tormes.
- 17:00 h. Debate abierto: Gastronomía de los boletus vista desde las estrellas de Castilla y León.
- 18:00 h. Presentación de Buscasetas. Conclusiones y clausura del Congreso.

dolid, Pedro Mario Pérez de Zamora, Víctor Gutiérrez de Salamanca y por último, Yolanda León y Juanjo Pérez desde León.

### HOMENAJE A MILLÁN MAROTO

No solo los cocineros sorianos en activo tienen protagonismo en el congreso micológico. Millán Maroto, una de las figuras más importantes de los inicios de la cocina micológica soriana, recibirá el reconocimiento a la labor que realizó durante muchos años en Soria y Castilla y León.

Maroto, no tiene nada más que palabras de agradecimiento y además, ha recordado también el apoyo que recibió por parte de la Junta y de otros organismos cuando presidía la Asociación de Maestros de Cocina de Castilla y León.

Respecto a la creación del congreso, el micólogo ha señalado que "es un paso importante, pero hay que aportar cosas cada año, no solo que vengan esos profesionales". En su opinión, "hay que sentarse y buscar nuevas perspectivas de atracción" para que lo que se ha conseguido hasta ahora, no muera. Una de las opciones que baraja, pero como él dice "solo son apuntes", es la de dar vida a la micología a través de los colegios. Por ejemplo, incorporando las setas en la dieta de los niños, y al mismo tiempo, enseñándoles los recursos micológicos que forman parte de su entorno.

HOTEL RURAL LOS VILLARES  
HUMILDE Y SENCILLA COCINA DE AUTOR

• MENÚS DIARIOS •

SIETE 1<sup>OS</sup>  
SIETE 2<sup>OS</sup>  
A ELEGIR

10€

UN PEQUEÑO VIAJE...  
¡CON MUCHO GUSTO!

975 251 255 / 699 410 965

ÁGREDA  
MONUMENTAL

VIII  
CONCURSO  
DE  
FOTOGRAFÍA

Organiza  
AYUNTAMIENTO DE ÁGREDA

Patrocina  
AGREDA

MALVASIA  
— FOIE GRAS ALTA EXPRESIÓN —  
Soria

www.malvasia.com.es

f t g+ youtu

Foie Malvasía  
#AltaExpresión  
EXPRESATE CON NOSOTROS





# soriacapital



¿SABÍAS QUE...

... EL PROGRAMA MICOCYL, cuya finalidad pasa por poner en valor la gestión sostenible de los recursos micológicos, informó el pasado mes de septiembre que ya está disponible la expedición y renovación de permisos de recolección de setas en las áreas reguladas de Montes de Soria?

52 ESTABLECIMIENTOS OPTAN A LA MEJOR CREACIÓN GASTRONÓMICA

# IX SEMANA DE LA TAPA MICOLÓGICA

El boletus se convierte en el gran protagonista de la IX Semana de la Tapa Micológica en Soria, que tiene lugar del 21 al 30 de octubre. Las Jornadas de los Campeones se celebran días más tarde; en concreto, del 14 al 20 de noviembre.

Texto: SARA GONZALO HERNÁNDEZ

Un año más los hosteleros sorianos sacan a la calle sus mejores obras maestras en forma de tapa. Y es que del 21 al 30 de octubre llega a Soria uno de los eventos gastronómicos más esperados por todos: la Semana de la Tapa Micológica. Esta iniciativa, fruto de un arduo trabajo realizado por la Asociación Soriana de Hostelería y Turismo (ASOHTUR), lleva en pie nueve ediciones y parece que esta gran fiesta en honor a la gastronomía micológica seguirá dando de qué hablar en años venideros.

En esta ocasión participan 45 bares y restaurantes de la capital y siete establecimientos de la provincia. Dos de ellos pertenecen al término de Almazán, otro a Berlanga de Duero, dos más son de El Burgo de Osma, uno es de Los Villares y el último, de San Felices.

Tras el domingo día 30, uno de ellos se convertirá en el creador de la mejor propuesta culinaria en las categorías 'Mejor tapa micológica provincial', 'Mejor tapa micológica popular' y/o 'Mejor tapa Dieta Mediterránea'.

Yolanda Santos, presidenta de ASOHTUR, considera importante este tipo de acciones en Soria para

**Uno de los propósitos es superar las 114.100 tapas vendidas el año pasado.**

**Este tipo de eventos busca dar a conocer la gastronomía de calidad que hay en Soria.**

reforzar "esa imagen que estamos buscando de gastronomía de calidad y de potencial natural micológico". Además, Santos admite que "está de moda lo singular en tradiciones y folclore, el ecoturismo y el turismo sostenible" por lo que desde la agrupación se espera una muy buena acogida por parte del público soriano y de los turistas. Esta edición ASOHTUR tiene como propósito superar las 114.100 tapas vendidas el pasado año, además de vincular este tipo de cocina tan arraigado en Soria con la alimentación saludable.

Este producto turístico "único y de calidad" conlleva "un trabajo enorme detrás", según Yolanda Santos. "Cuando acaba una edición enseguida nos ponemos en marcha con la siguiente", añade. Además, la presidenta de ASOHTUR destaca sobre todo la labor



**9ª Semana de La Tapa Micológica**

*Del 21 al 30 de octubre, Soria 2016*

de dos personas muy importantes para que este proyecto salga adelante: Mercedes Fernández Escolar, técnico de la agrupación, adorada por los hosteleros "por su constancia, buen trabajo y dedicación" y Miguel Soria Ceña, secretario de la misma que "se des-

vive también para que todos los proyectos de la agrupación salgan adelante. Gracias a ellos, a los demás miembros de ASOHTUR y a muchos colaboradores" se puede llevar a cabo "este y otros importantes proyectos que se están realizando en estos momentos".

**SERVICIO DIARIO**

**CARGAS COMPLETAS**

**NACIONAL Y PROVINCIAL**

**ENVÍOS INTERNACIONALES**

**TT. PESADOS**

**EXPRESS**



[jam@mochuelojam.es](mailto:jam@mochuelojam.es)

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

## Casa Vallecas

Berlanga de Duero

PRUEBA ESTOS DÍAS NUESTRA TAPA MICOLÓGICA  
 'VIEIRA CON TRIGO MOLIDO Y TROMPETA NEGRA'

975 34 30 43

Un espacio único donde celebrar tu boda, junto al castillo.



SORPRENDETE ESTE AÑO CON NUESTRA TAPA MICOLÓGICA

'BRANDADA, BOLETUS Y GRANADA'

GANADORES TAPA 2015

## Alcores

Calle Antonio Oncala, 12,  
 42001 Soria  
 Teléfono: 975 21 19 12





«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



## La Unión Europea respalda el proyecto 'Socent Spas'

P.B.P.

La Unión Europea, a través de su programa Interreg, ha aprobado el proyecto 'SOCENT SPAS: Emprendimiento Social en Áreas Escasamente Pobladas', liderado por la Junta de Castilla y León, a través de la Dirección General de Economía Social y Trabajo Autónomo, y El Hueco, en el que participan otras cuatro entidades públicas y privadas de Finlandia (región de Laponia), Alemania (región de Brandeburgo) y Eslovaquia.

El objetivo del proyecto, dotado con 1,2 millones de euros, es mejorar la efectividad de las políticas regionales de apoyo activo a la visibilidad, incubación y aceleración de los emprendedores sociales en Áreas Escasamente Pobladas (SPAs, por sus siglas en inglés) como conductores de la competitividad regional y del crecimiento inclusivo.

### INTERREG

Interreg es una iniciativa que pretende estimular la cooperación entre regiones de la Unión Europea. Se inició en 1989, y está financiado por el FEDER. El programa actual se denomina InterregEurope.



Juan Manuel Ruiz Liso y Carlos Martínez durante la presentación del ciclo de conferencias. / S.N.

### VIGÉSIMO SEGUNDO MES DE LA SALUD

## La diabetes mellitus, el núcleo de Soria Saludable 2016

La Fundación Científica Caja Rural de Soria organiza el XXII Mes de la Salud. La diabetes, que afecta a más de 9.000 sorianos, centrará las jornadas de los días 2, 3 y 4 de noviembre. Además, se rendirá homenaje al Doctor Ramón Estruch, padre de la dieta mediterránea.

P.B.P.

El Aula Magna Tirso de Molina acogerá del 2 al 4 de noviembre unas completas jornadas de actualización en diabetes mellitus. El director de la Fundación Científica Caja Rural, Juan Manuel Ruiz Liso, ha alertado de que, con 9.000 diabéticos, Soria se sitúa por encima de la media nacional en esta enfermedad. Además, también ha indicado que 4 de cada 6 personas son obesas o tienen sobrepeso por lo que se trata de un tema que influye en la salud pública.

**Carlos Martínez:**  
"A Caja Rural le preocupa la salud de todos los sorianos".

El 21 de octubre el arzobispo de Zaragoza presidirá la conferencia inaugural.

En las jornadas previas y posteriores se realizarán conferencias de eminente carácter práctico. El jefe de bomberos contará el miércoles 26 de octubre "como salvar la vida en caso de incendio" y el profesor José Manuel López Nicolás hablará sobre publicidad, ciencia y alimentación. Los días 7, 8 y 9 se tratarán temas relacionados con el consumo, la nutrición y la tercera edad.

El presidente de la Caja Rural, Carlos Martínez, ha destacado que a la Caja "le preocupa la salud de los so-

rianos" y el objetivo de esta Soria Saludable es acercar los consejos y la prevención en materia de salud a los pueblos y comarcas de la provincia. En este sentido la conferencia inaugural se realizará en Ágreda, el viernes 21 de octubre y será presidida por el arzobispo de Zaragoza, el soriano Vicente Jiménez Zamora.

El acto de clausura, el viernes 11 de octubre, será una jornada de homenaje al profesor Ramón Estruch, referente internacional de la dieta mediterránea. Además, la FCC premiará a Redención, a la Asociación de Amigos de Sarnago y a los agentes del Cuerpo Nacional de Policía.

El vigesimosegundo mes de la salud se completa con el premio al mejor guion y 4 menciones a los mejores cortometrajes educativos ligados a la dieta mediterránea dentro del CVIII Certamen Internacional de Cortos 'Ciudad de Soria'.

empleado público  
**Estoy Xti**

Educación nutricional  
Dietas equilibradas  
Asesoramiento personalizado  
Hábitos saludables

**Vanessa Romera**  
Dietista

Plaza del Rosario, n°2. 42002. SORIA  
Estamos al final de la C/ Puertas de Pro, (junto al estanco)

CITA PREVIA 676 100 907  
ladietaquefunciona@gmail.com

**m-audiovisuales**

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

www.m-audiovisuales.es  
Teléf. 659 171 256  
info@m-audiovisuales.es





CONSEJERÍA DE FOMENTO Y MEDIO AMBIENTE

## La Junta anuncia el sellado del vertedero de Bellosillo

La Consejería de Fomento y Medio Ambiente ha publicado, en el Boletín Oficial de Castilla y León, la Resolución de la Dirección General de Calidad y Sostenibilidad Ambiental por la que se anuncia la licitación para la contratación de las obras del sellado definitivo de escombreras de inertes del Bellosillo de Soria y la recuperación ambiental de su entorno, en el término municipal de Soria, ascendiendo el presupuesto base de licitación a

P.B.P.

1.015.387,10 euros.

El proyecto, que se tiene previsto cofinanciar por el 'Fondo FEDER 2014/2020. Europa impulsa nuestro crecimiento', tiene un plazo de ejecución de seis meses y las ofertas pueden presentarse hasta el próximo 7 de noviembre.

El resultado final de la explotación de la escombrera debe ser dejar un espacio con el menor impacto medioambiental posible, reponiendo especies arbustivas que favorezcan la rápida recuperación de la su-

perficie afectada. Las actuaciones contempladas en el proyecto, que no afecta directamente a valores naturales sometidos a figura alguna de protección, se centran en: movimiento de tierras para modificar la configuración de la ladera; mejora del camino de acceso; construcción de aparcamientos, áreas y caminos peatonales; instalación de cerramiento y mobiliario; y plantación de árboles y arbustos, con instalación de sistema de riego.

Se pretende modificar la configuración actual de la ladera mediante el desplazamiento del escombro existente, desde la zona superior, en la que se crea una pequeña plataforma de pendientes muy suaves, a la parte inferior, con objeto de suavizar la pendiente de la misma y acercar el perfil longitudinal lo más posible a la configuración original del terreno.



Imagen del vertedero de Bellosillo en Soria. /S.N.

### → +noticias

#### Cineclub UNED

El Cine Club de la UNED arranca el próximo 19 de octubre la temporada. Tras 23 años apostando por la versión original y la gran pantalla, la asociación cultural vuelve a traer a Soria una cartelera inmejorable. El ciclo comenzará con la película 'La Novia', dirigida por Paula Ortiz y protagonizada por la actriz española Inma Cuesta, y concluirá el 17 de mayo con la reproducción de 'Mayo de 1940'.

#### Nuevo cuento infantil

La Fundación Pedro Navalpotro ha editado el cuento 'Quiero un grifo' de Antonio de Benito, dirigido a escolares de 7 a 11 años. Octubre ha sido el mes elegido para la presentación del libro, ya que la fundación celebra una serie de actos y actividades por su décimo aniversario. 'Quiero un Grifo' narra el viaje del niño africano Saud a Soria durante las vacaciones de verano. Allí conocerá a su amiga Andrea y juntos descubrirán el auténtico valor del agua en una aventura llena de magia y solidaridad.



## Nuevo pavimento en Oteruelos

La calle central de Oteruelos, barrio del municipio capitalino, luce nuevo pavimento. Las obras han sido cofinanciadas por el Plan de Empleo del Ayuntamiento de Soria y los Planes Provinciales de la Diputación. La obra cumple con "una demanda comprometida el pasado año por estas mismas fechas" según el

concejal de Servicios Locales, Javier Antón, y ha supuesto una inversión próxima a los 50.000 euros. Antón ha señalado que la vía precisaba una renovación y que eso ha hecho que "hayamos priorizado y destinado la cantidad íntegra que nos concedieron en los Planes Provinciales de Diputación de 2016 a esta intervención".



www.sorianoticias.com

#### Primer foro sanjuanero

El Ayuntamiento de Soria celebra el próximo 19 de octubre la primera reunión del Foro Abierto sobre las fiestas de San Juan. Las fiestas son patrimonio de todos los sorianos y sorianas y el Consistorio quiere contar con cuantas más opiniones mejor y, por ello, anima a todos aquellos interesados en las fiestas a participar en este cita programada a las 20.00 horas en el Salón de Plenos Municipal.

#### Reto solidario cumplido

Ana de la Dedicación y Carlos Tundidor han logrado coronar el Kilimanjaro. Tras varios días de ascensión, los dos jóvenes cumplían su reto con el que recaudar fondos para la Asociación de Parálisis Cerebral y Patologías Afines en Soria. Con los donativos recogidos se pretende ayudar a la agrupación asistencial soriana para el nuevo centro con el que dar cobertura a las necesidades de este colectivo, y que pasan por servicios de fisioterapia, terapia ocupacional e integración sensorial, entre otros.

# Sellos Personalizados

para Bodas, cumpleaños...

El Collado 38, Soria

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





## AMFAR SORIA PIENSA EN SU VIGÉSIMO QUINTO ANIVERSARIO

EN EL AÑO 2020 AMFAR Soria cumple 25 años. Dentro de los actos que la federación está preparando, se encuentran "unas jornadas de estímulo, recompensa y reconocimiento a la mujer rural soriana, creando posiblemente los premios AMFAR", según su presidenta, Ascensión Pérez.



Dos mujeres sorianas en una cocina antigua en Tardajos de Duero. /P.V.

### EN BUSCA DE LA IGUALDAD

# Mujer rural SORIANA

AMFAR Soria lucha cada día para defender los derechos e intereses de las mujeres sorianas que trabajan en el campo. En estos momentos, se vuelcan en el emprendimiento, ya que son las mujeres y los jóvenes los que "tienen la capacidad de diversificar la economía rural", según la presidenta de la federación, Ascensión Pérez.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ PINILLA

La figura de la mujer en el medio rural siempre ha estado desfavorecida. Las labores que ha desempeñado, han sido múltiples, teniendo que combinar su trabajo dentro del hogar con las tareas del campo, agrícolas y ganaderas.

Actualmente, la situación ha mejorado, pero queda mucho por conseguir y la lucha continúa. Bajo el lema "estar asociada significa dejar de estar en minoría", la Federación de Mujeres y Familias del Ámbito Rural (AMFAR) sigue trabajando para defender los derechos e intereses de la mujer rural española.

Uno de los pasos importantes que se ha dado y en el que el colectivo ha participado de forma activa, ha sido la titularidad compartida de explotaciones agrarias. Favoreciendo de esta forma la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, que hasta ese momento, "hacían un trabajo real, pero invisible", según la presidenta de AMFAR Soria, Ascensión Pérez.

En la provincia, Pérez ha destacado que "no todas las mujeres se dedican al sector agrícola, hay mujeres en otros ámbitos, cada día más preparadas y más formadas y con un mayor grado de independencia". Lo que permite avanzar cada día más a la mujer rural soriana.

En estos momentos, la asociación está volcada en impulsar el emprendimiento, ya que -como la presidenta- añade "son las mujeres y los jóvenes, los que tienen la capacidad de diversificar la economía rural y de fijar la población". Próximamente, en el mes de noviembre, AMFAR

**Ascensión Pérez: "La titularidad compartida ha sido un paso muy importante".**

**AMFAR Soria celebrará el Día Internacional de la Mujer Rural en Segovia.**

**"La mujer rural cada día está más preparada y es más independiente".**

organizará una jornada en este sentido, junto a ASAJA y posiblemente Caja Rural, para "mostrar a la juventud los recursos que tenemos". Además, la presidenta opina que "las mujeres hemos avanzado en el hecho de conseguir un trato igualitario", pero considera que "tenemos que seguir luchando" y que al final "la trayectoria, la constancia, la perseverancia, el coraje y la valentía de la mujer llegarán a conseguir la igualdad real".

### 15 DE OCTUBRE

Hace tan solo nueve años, la Asamblea General de las Naciones Unidas, decidía establecer el 15 de octubre como el Día Internacional de la Mujer Rural, una celebración que las sorianas no se perderán, ya que 50 mujeres de AMFAR Soria se acercarán hasta Segovia para disfrutar de la jornada a nivel nacional.

*Travisa*  
gusto de mujer  
Tienda de moda femenina exclusiva  
para sentirse única  
calle Puertas de Pro, 10  
42002 (Soria).  
¡ven a conocernos a partir  
del 1 de octubre!

Juan Carlos de la Orden  
clínica veterinaria

Cirugía  
Rayos X  
Ecografías  
Vacunaciones  
Urgencias  
Peluquería y tienda

Ronda Eloy Sanz Villa, 8 - bajo  
Tels. 975 220131 - 610 764172 - 637 804867

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!**





## EXPOSICIÓN 'MUCHO MÁS QUE BARRO' DE MARTA ARRIBAS

SALDUERO acoge, desde el pasado 12 de octubre hasta mediados de diciembre, la exposición conjunta de Marta Arribas y de los pintores, Ferrus e Ignacio Razquin. 'Mucho más que barro' muestra la obra más personal de la ceramista, que se sale de la alfarería y cerámica tradicional.



### MARTA ARRIBAS, ceramista en Molinos de Razón



**“La mujer en el ámbito rural sigue muy desfavorecida”**

Marta Arribas abandonó la gran ciudad para mudarse a la localidad de Molinos de Razón a finales de los años 90. La madrileña, una apasionada de la cerámica desde pequeña, decidió convertir su hobby en una profesión, estudiando la carrera en la única facultad que otorgaba la acreditación de diplomatura de cerámica en ese momento, la escuela Francisco y Jacinto Alcántara de la capital. Una vez establecida en el pueblo soriano, la artista se animó a retomar su actividad profesional tras un parón por cuestiones de salud, abriendo su taller en el año 2005. Una época ideal, ya que en ese momento, las subvenciones de la Junta y del INEM hicieron posible su deseo. Como explica la artista “cumplía todos los requisitos: ser mujer, vivir en el ámbito rural, en una población de menos de 1000 personas y tener una profesión en la que la mujer no está normalmente representada”. La ceramista, que divide su trabajo en dos líneas, una más comercial, inspirada en motivos celtíberos y otra más artística, en la que crea piezas que le “salen de dentro”, reconoce que “este tipo de iniciativas están muy bien, pero nunca son suficientes, ya que la mujer sigue muy desfavorecida hoy en día en el medio rural”.

### SARA CHICHARRO, viticultora en Ines



**“Me gustaría comercializar mi vino a nivel internacional”**

La joven soriana de 27 años ha vivido siempre rodeada de viñas, disfrutando desde su infancia tanto de las tareas en el viñedo como de la elaboración del vino en la bodega familiar, localizada en Ines. Tras el boom de la viticultura, decidió aprovechar el patrimonio de su familia y se trasladó a Logroño para estudiar primero, el Clico Formativo de Grado Medio en Aceites de Oliva y Vino, y posteriormente, el de grado superior en Vitivinicultura. Una apuesta acertada, ya que gracias al aprendizaje, el vino de su bodega ha conseguido evolucionar, logrando este año, un cuarto puesto en el concurso de vinos caseros, organizado por la asociación Amigos de las Bodegas y el Castillo de San Esteban de Gormaz.

En estos momentos, la joven está centrada en “seguir aprendiendo” para el día de mañana “realizar un vino que le guste a la gente y poder comercializarlo a nivel nacional e internacional”. Un sueño por el que está luchando día a día con la continuidad de sus estudios y con la inversión de sus ingresos en la compra de nuevos viñedos dentro de la Denominación de Origen Ribera del Duero.

### ANA CÁNDIDA RUPÉREZ, ganadera en Toledillo



**“Tras la jubilación de mi padre, me dedico a la ganadería”**

Ana Cándida Rupérez Gonzalo se dedicaba profesionalmente a la peluquería hasta hace seis años, cuando decidió continuar y coger las riendas del negocio familiar tras la jubilación de su padre. Una iniciativa que, como la soriana explica, sorprendió gratamente a su progenitor, que al no tener ningún hijo varón, pensaba que nadie seguiría con su labor.

En la actualidad, Candi, como la llaman sus familiares, tiene a su cargo unas 300 cabezas de ganado bovino, una tarea que le ocupa toda la mañana, pero que no le impide conciliar la vida laboral con la personal, ya que por las tardes, “mucho más tranquilas”, intenta disfrutar de su familia.

La ganadera afirma que nunca se ha sentido discriminada por el hecho de ser mujer y cada día realiza sus ocupaciones sin ningún tipo de problema, entre ellas, “alimentar al ganado y comprobar que todo marcha bien”. La finca, donde trabaja y vive, está situada en la localidad de Toledillo, un pueblo perteneciente al municipio de Soria, que cuenta con tan solo tres o cuatro casas abiertas, y al que Ana Cándida no solo aporta trabajo, sino también vida.

Campsa gasoleo  
REPSOL

**GAS home** SL  
gas home er

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

**te** **ayudamos**  
Asistencia integral

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

**5 euros**  
MENÚ  
Solo comida

Acompañamiento | Limpieza  
Fisioterapia | Terapeuta  
Servicio de enfermería | Medicación

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

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

globaldecó **Muebles Frias**

**La mayor exposición de muebles de Soria y provincia**

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





## La obra en la muralla de Almazán costará 1M€ tras los cambios

Las actuaciones estarán finalizadas en diciembre, y han supuesto para el Consistorio una inversión de 500.000€

J.J.A.

Las obras de restauración y limpieza de la muralla de Almazán tendrán un coste económico de un millón de euros tras el incremento de un diez por ciento respecto a la adjudicación, debido a las últimas modificaciones, según ha confirmado el alcalde adnamantino, José Antonio De Miguel.

La intervención que acomete la empresa Trycsa "estará acabada con el fin de año", según De Miguel, quien cree que se van "a cumplir los plazos previstos" para una intervención. Durante las actuaciones se están retirando casas adosadas a la muralla, y se está procediendo a la restauración del lienzo en varios tramos.

El Ayuntamiento de Almazán invierte en la obra 300.000 euros, a lo que hay que sumar los 200.000 euros de coste que supone la compra de los inmuebles que desaparecerán cuando las obras estén finalizadas.

Desde el equipo de gobierno local se confía en poder seguir con la intervención, ahora centrada en la zona contigua a la calle General Martínez, con cargo al 1 por ciento cultural del Ministerio de Fomento, para un ambicioso proyecto que alcanza los seis millones de euros.

Almazán es, actualmente una de las pocas villas amuralladas en Castilla y León por lo que se espera que la "nueva" muralla se convierta en un importante recurso turístico.



Estado de un lienzo de la muralla tras los derribos de casas junto a la travesía. /J.M.

**I Encuentro de Jóvenes Empresarios en Ólvega**

## Ólvega acoge el primer encuentro de jóvenes empresarios de Soria, Aragón y Navarra el miércoles 19

En el programa se incluye la visita a las instalaciones de Campofrío y Logística Molinero

J.J.A.

La Asociación de Jóvenes Empresarios de Soria (AJE) ha organizado en Ólvega el primer encuentro de jóvenes empresarios de Aragón, Navarra y Soria. El programa se desarrollará el miércoles 19 y contará con cerca de 40 participantes. "Se trata de intercambiar experiencias", ha comentado Jesús Esteras, miembro de la directiva de AJE Soria, en una actividad que arrancará

a las 11 de la mañana con una recepción en la Casa Consistorial de Ólvega. A las doce del mediodía está prevista la visita a instalaciones de dos de las empresas más punteras como son las de Campofrío y Logística Molinero.

Tras la comida, financiada por el Ayuntamiento y en la que participarán distintos gerentes de empresas ubicadas en el polígono, se realizará la sesión de 'Networking'

con intercambio de las experiencias que se desarrollan en las tres Comunidades.

### ÓLVEGA, EJEMPLO DE DESARROLLO

El alcalde de Ólvega, Gerardo Martínez, agradece a la organización haber pensado en el municipio para albergar el encuentro. Martínez cree que es una oportunidad para que se vean las posibilidades de Soria para invertir.

NUEVA TEMPORADA. QUEDA BIEN CON EL MEJOR CATERING PARA TUS CELEBRACIONES, ENCUENTROS Y REUNIONES.

Av. SORIA, s/n. AGREDA (SORIA). CONSULTAS Y PRESUPUESTO SIN COMPROMISO EN 976 647 217  
AMANTELCATERING@HOSTALDJUANA.COM

**AMANTEL CATERING**

**"DEL BOSQUE AL PLATO"**

Clavaria aurea, Boletus edulis, Reboños, Lactarius deliciosus, Corticellus cornucopioides, Poroyeta de los muertos

**XIII JORNADAS MICOLÓGICAS GASTRONÓMICAS**

DEL 28 DE OCTUBRE AL 1 DE NOVIEMBRE DE 2016

**VINUESA**

**jam**

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





Setas recogidas tras una jornada escolar en Navaleno. /J.J.A.



Explicación sobre setas por parte de Fernando Martínez en San Leonardo. /J.J.A.



Imagen de una de las charlas en las jornadas de Vinuesa. /G.M.



Salida al monte organizada por la Asociación de El Royo. /A.R.

## Jornadas de setas y ferias potencian el turismo y suponen un aliciente para los habitantes locales

Las exposiciones y conferencias se funden en distintos pueblos con productos de agroalimentación. Navaleno, con sus XXIV Jornadas; Vinuesa, con 'El Bosque al plato' y San Leonardo de Yagüe, con 'Micología y Naturaleza', son los que más visitantes reciben

J.J. A. El calendario de jornadas y programas relacionados con la micología ha arrancado en distintos pueblos de la provincia de Soria.

Representantes de asociaciones micológicas, regentes de alojamientos turísticos y gerentes de restaurantes micológicos coinciden en ver el turismo de las setas como un recurso que repercute en amplios sectores de los pueblos de la provincia, que se extiende durante diferentes épocas del año y que

tiene uno de sus impulsos en estas jornadas micológicas.

En San Leonardo de Yagüe se ha desarrollado estos días un elenco de actividades concentradas en un programa que cuenta con una importante implicación de la población local. El dibujo, la fotografía, la feria de productos en el polideportivo, las salidas al monte por parte de alumnos del colegio y el instituto han sido algunas de las actividades del pasado fin de semana.

Vinuesa cumple trece años de jor-

nadas gastronómicas que se presentan bajo el título 'Del bosque al plato', una cita que se desarrollará en el puente festivo que coincide con el último fin de semana de octubre y la fiesta del 1 de noviembre, en exposición y actividades, y los días 4 y 5 de noviembre con las tapas que también se pueden degustar en bares y restaurantes de Vinuesa, con la organización por parte del Ayuntamiento y la organización a través de Gaia educadores medioambientales, quienes han confirmado la

presencia de Javier Lanuza, profesor de farmacología en la Universidad de Zaragoza en el programa de las jornadas de este año.

### SINFONÍA DE SETAS

Entre las novedades en Navaleno del programa 'Tiempo de Setas' está el desarrollo de dos ferias, una de ellas agroalimentación, para los días 29 y 30 de octubre; y otra de artesanía, para el lunes 31 de octubre y el martes 1 de noviembre.

Los conciertos 'Sinfonía de setas' contarán con 'Con el Saxo al cuello', de Burgos, que actuará el 23 de octubre, y 'The Jazzpirals', de Zaragoza, para el 30 de octubre en un collage de música y gastronomía.

### JORNADAS EN EL ROYO

## 'Armonía' con vino y XVI edición setera en El Royo

El comedor del restaurante Cintora en El Royo oferta durante el puente festivo de Los Santos un interesante menú, largo e intenso, que acerca la gastronomía de las setas y los aromas y sabores del vino en el marco de los octavos encuentros gastronómicos 'Armonía Setas y Vino', los días 29, 30 y 31 de octubre.

El menú consta de ocho platos excelentes, seleccionados, cada uno de ellos elaborado con una seta distinta, y maridados con una variada selección de vinos. El chef del restaurante, Suso Jimeno, acompañado del enólogo, describe cada uno de los platos y los vinos que degusta el comensal, en el marco del programa de las XVI Jornadas Micológicas de El Royo, que se extiende del 29 al 31 de octubre, y que incluye exposición, conferencias y salidas al monte.

Integrantes de la Asociación se desplazan el sábado 22 a Navaleno para hablar sobre 'Setas viejas, nombres nuevos', una conferencia en el Centro Micológico a las 19 horas. La Asociación de El Royo se crea en 2003, tras haber participado por primera vez en una muestra de setas en las jornadas de Navaleno en 1997. Sus socios proceden principalmente de El Royo y localidades próximas como Vilviestre de los Nabos, Deñorradas o Hinojosa de la Sierra. Hoy, es una de las más activas de Castilla y León.

**m-audiovisuales**  
Unidades móviles de radio y televisión.  
Emisiones en directo por internet.  
Producción audiovisual.  
Comunicación y sonorización.  
[www.m-audiovisuales.es](http://www.m-audiovisuales.es)  
Teléf. 659 171 256  
[info@m-audiovisuales.es](mailto:info@m-audiovisuales.es)

## CONCIERTOS SINFONÍA DE SETAS. NAVALENO

23 de octubre.  
'Con el saxo al  
cuello'30 de octubre.  
'Jazzpirals'

**Actuaciones en el monte. Salida de la plaza 11,30h.**

organiza: Asociación Micológica de Navaleno. colaboran: Ayuntamiento de Navaleno y Caja Rural de Soria.



**Cintora**  
EL ROYO

Menú degustación de ocho platos elaborados con setas y su maridaje con vinos seleccionados. Se explicará la elaboración del plato y la elección y las características del vino a él asociado

Precio: 50€  
(IVA INCLUIDO)

Reservas:

975 27 10 07 | 689 18 90 22  
[www.restaurantecintora.com](http://www.restaurantecintora.com)

8º encuentros GASTRONÓMICOS

Armonía:  
setas  
y  
vino

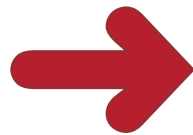
EL ROYO 29, 30 y 31 OCTUBRE 2016







# la entrevista



## ASOCIACIÓN DE MAESTRES DE COCINA DE CASTILLA Y LEÓN

**MILLÁN MAROTO** fue uno de los fundadores de la asociación, que se creó para compartir mesa e ideas en el año 1989. La labor de la agrupación ha sido fundamental para el reconocimiento de la cocina de Castilla y León tanto a nivel nacional como internacional.

Chef soriano **MILLÁN MAROTO**

# “En la cocina nunca existe la perfección”

El cabrejano ha sido y sigue siendo un enamorado de la cocina. Su inquietud y su labor incansable, no solo desde los fogones, han logrado posicionar a Soria como un referente micológico. Este año su trabajo se verá recompensado gracias al homenaje que el Congreso ‘Soria Gastronómica’ le rinde en su quinta edición. Tras una larga y brillante trayectoria, Millán Maroto anima a los jóvenes cocineros a continuar trabajando e investigando para seguir haciendo de los fogones, una profesión de prestigio.

Texto: PATRICIA BLÁZQUEZ

Fotos: DAVID ALMAJANO

**P: ¿En qué momento empezó a interesarse por la cocina?**

**R:** En la casa de mis padres, en Cabrejas del Pinar, teníamos un bar y, durante los fines de semana y fiestas, mi madre hacía comidas. Mi padre ya era un adelantado en esos tiempos y hacía algunos pinchos, se servían pequeñas raciones de patitas de cordero, caza, calamares... Ahí, es cuando empecé a ver y oler los aromas de los fogones, aunque en ese momento yo ayudaba en el bar y la cocina todavía no me interesaba. A los 16 años, considero que yo allí no hacía nada y a través de unos amigos de Barcelona, comencé a trabajar en el restaurante Tres Molinos de la ciudad. Al entrar en el restaurante, note rápidamente que la cocina es lo que me gustaba y se inicia el principio de lo que ha sido mi carrera.

**P: ¿Qué le ha aportado cada restaurante por el que ha pasado?**

**R:** El Tres Molinos era un restau-

rante muy importante, allí conocí a cantidad de famosos de todo tipo. Estuve unos ocho o nueve años en total, los tres primeros de aprendizaje, una etapa vital para que yo también entendiese la dureza de la cocina. Tras el primer restaurante, comencé a trabajar en La Pérgola, también en Barcelona, donde aprendí sobre todo a hacer cocina de banquetes, pero también a realizar pedidos, organización y disciplina. Luego, estuve en Lucerna, uno de los restaurantes de los que más adelante serían mis tíos. Allí, me di cuenta de mi otra faceta; coger un tipo de restaurante nuevo y marcar la cocina con mi sello. Empecé a desarrollar los conocimientos que había adquirido y le fui dando un carácter totalmente distinto, era un tipo de *snackbar* con platos de calidad. De ahí, me propusieron la tarea más importante de mi carrera, darle un aire nuevo al restaurante del Colegio Oficial de Médicos de Barcelona.

Me introdujeron en los mejores restaurantes de Francia para que fuera a ver esas cocinas, conociera a los chefs y viera como era todo el nuevo movimiento que estaba haciendo la gran cocina francesa, y así empecé junto a mi equipo de 17 cocineros un restaurante basado en la *Nouvelle cuisine*. El restaurante tuvo mucho éxito y vinieron personalidades de todo tipo, desde presidentes hasta a los futuros Reyes de España.

**P: ¿Por qué decidió regresar a su tierra?**

**R:** Yo siempre había acariciado la idea de volver a mi tierra para poner en marcha todos los conocimientos que había adquirido. Y a través de unos amigos que llevaban Cadosa, me propusieron venir para darle un impulso al complejo. Al final me convencieron y me vine a Soria con mi mujer y mis hijas, dejando atrás la experiencia del Colegio de Médicos.



Colores:  
blanco, cerezo y wengué

# OFERTA

## Canapé Gran Capacidad

135 x 190 cms.

189 €

## Colchón visco

135 x 190 cms.

159 €

\* Consultar Precio para otros Tamaños



C/ Puertas de pró, 11  
Tel. 975 23 00 78





## "LA SOPA DE SETAS Y TRUFAS FUE TODO UN BOMBAZO"

**EL FAMOSO PLATO** de Millán Maroto comenzó a elaborarse en las cocinas del restaurante Tres Molinos de Barcelona, pero no fue una realidad hasta que se instaló de nuevo en su tierra, en el complejo de Cadosa. El éxito fue tal que hasta salió publicada en el periódico The New York Times.



**P: ¿Cuándo despertó su interés por la micología?**

**R:** Mi padre en el bar compraba niscalos y boletus para italianos. Además, él y el resto de resineros ya comían setas en aquella época. Nosotros lo empezamos a vivir de pequeños, yo le acompañaba muchas veces al monte y cogía setas, al principio para jugar y luego para vender. Esto te lo llevas, pero nunca lo pude desarrollar en ningún sitio, porque aunque Cataluña y el País Vasco ya iniciaban cosas de micología, eran cosas puntuales. Al volver a Soria, me introduzco en temas micológicos, me compro varios libros de grandes micólogos y empiezo a trabajar con las diferentes setas. Luego me puse en contacto con truferos, iba con ellos y participaba en la recogida de la trufa. Los aromas de la misma me empezaron a llegar al cerebro y comencé a desarrollar diferentes elaboraciones, entre ellas, la sopa de setas y trufas, un plato sensacional que fue todo un bombazo. También trufé salchichones durante los años 79, 80 y 81 y realicé combinaciones con productos de carne blanca y salmón. La trufa tiene que ir con productos nobles para que el sabor de ésta esté presente y se desarrolle como tal.

**P: ¿Cómo describiría su cocina?**

**R:** Yo he jugado siempre en mi cocina entre los productos de la tierra y una parte vanguardista, pero no llevada al extremo, siendo prioritario el sabor de los productos y los aromas, y por supuesto una presentación adecuada. Hay que darle vida propia a los platos, hay que investigar, es decir, no siempre vale lo que has visto y has copiado, hay que hacer tuyo el plato, pero

para eso, se necesita tiempo para la investigación. En Soria es lo que echo de menos, hubiera sido bueno crear un equipo de profesionales del sector de la hostelería junto a tecnólogos de los alimentos. Eso sería una forma de investigar y juntar muchas de las cosas que uno solo no puede desarrollar. Se podría hacer un centro para toda Castilla y León y para Soria. Por ahí tiene que ir el hilo, la cocina tiene que seguir desarrollándose.

**P: ¿Cómo era a hostelería soriana cuando comenzó?**

**R:** Cuando vine aquí, estaba en pañales, era cocina rural, pero es que, además, estaba anclada en las cuatro cosas que sabían hacer las amas de casa, que eran las que desarrollaban esta actividad en la mayoría de los fogones. Hacían la cocina que ellas conocían porque no habían hecho unos estudios profesionales. La encontré muy tradicional y muy rural.

**P: ¿Qué diferencias existen con la actual?**

**R:** Ha habido un cambio del 20 al 100, nada más tenemos que echar la vista a los profesionales que hay ahora. La cocina necesita de movimientos para que el profesional no se estanque en unas posturas de 'ya vale'. Hay que buscar e investigar continuamente y nunca existe la perfección, siempre se puede mejorar.

## EL TEST DE SORIA NOTICIAS

**¿Cuál ha sido el momento más dulce de su carrera?:** Cuando me hicieron 'Soriano del Año' y 'Blasón del Turismo de Castilla y León'.

**¿Y el más amargo?:** El día que deje la cocina desde un punto de vista profesional.

**¿Quién ha sido su cocinero de referencia?:** El jefe de cocina del restaurante Tres Molinos, me exigía mucho.

**¿Qué chef del momento es el que más le gusta?:** Hay muchos y buenos, pero si tuviese que elegir, me quedaría con Albert Adrià, lo está haciendo muy bien.

**¿En qué restaurante le apetecería comer?:** Me gustaría comer en DiverXO de Daviz Muñoz porque veo que tiene las ideas muy claras.

**¿Qué producto nunca falta en su cocina?:** La trufa no ha faltado nunca y no falta ahora.

**¿Tuber melanosporum o Tuber magnatum?:** La primera, la Tuber melanosporum porque es más completa en aromas desarrollados, y segunda, la tuber magnatum, de una delicadeza y finura extraordinaria.



**Si retrocediese en el tiempo, ¿volvería a escoger su profesión?:** Sí, entre otras. También me hubiese gustado escribir.

**P: Los productos micológicos son una gran fuente de riqueza para Soria, ¿es fundamental que los cocineros locales conozcan el producto y sepan tratarlo?**

**R:** Los profesionales de aquí han visto que es un producto de calidad, que lo tenemos en nuestra tierra y que es necesario que lo trabajemos, primero porque es importante desde el punto de vista de atracción turística, segundo, para el desarrollo de nuestras cocinas, y tercero, porque es una fuente de sabor extraordinaria.

**P: ¿Qué ha sido para usted la cocina?**

**R:** La cocina no puede parar, la cocina es investigación. A mí me ha pasado, que no hay tiempo y que al final te rompes muchas veces porque son muchas horas las que dedicamos y al final eso te obstruye, no te deja pensar, ni desarrollar, y la cocina tiene que ser un lugar de encuentro con todas las materias primas y al mismo tiempo de poesía, que los sentimientos afloren. Yo sigo cocinando para los míos cada semana. He sido un enamorado de la cocina y sigo siendo, me moriré con eso.

**P: El V Congreso Soria Gastronómica le rinde homenaje este año, ¿qué supone para usted este reconocimiento?**

**R:** Yo no puede decir nada más que gracias a todas aquellas personas que han tenido a bien pensar o entender todo aquel trabajo sobre micología que hice en un principio aquí en Soria.

**MONTE PINOS**  
Agua mineral natural • Natural mineral water  
Fuente de Vida

¿Necesitas una web?  
**NetyTec**  
Soluciones en Internet  
www.netytec.com 975 128 345

**El NAÚTICO**

- 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"

**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 • Telef. 975 22 20 51 • www.hermanosarraz.com



# la opinión



'La Exclusiva', premiada por el Ministerio

**RECONOCIMIENTO.** La empresa de carácter social ha recibido el premio de Excelencia a la Innovación para Mujeres Rurales 2016 por parte del Ministerio de Agricultura. Un respaldo a un proyecto que, de verdad, mejora la vida de las personas y ayuda a vertebrar una provincia.

Abedul caído



ROBERTO  
VEGA

## La lesión

Contemplo la rodilla aún hinchada; siento dolor en la cara interna. La comparación con la buena y me desanimó. Es la primera semana, hay que saber "esperar".

Todos los objetivos son ya humo. El osteópata está al tanto, pero necesita evidencias tecnológicas; la médica también lo está, inmediatamente me deriva a traumatología. Sigo contemplando la pierna y respiro raro porque no realiza correctamente su movimiento natural y la llevo arrastrando. Para soportar la inactividad, hay que saber "rezar".

Femoral, semitendinoso, aductor, el sartorio está bien a la palpación; rodilla hinchada que le cuesta reabsorberse; ¿menisco interno dañado?; triple sesión de punción seca en peroneos; tobillo bien pero aún débil... Sin duda la peor lesión en la última década.

Hay que saber "ayunar" (todo lo decía Siddharta). Cuando te viene una lesión, tú sólo no podrás sostenerte. Un especialista con vocación, por ejemplo, vendría bien; porque cuando aparece una lesión hay que ponerse en el pellejo. Y hay que escuchar para corroborar el diagnóstico y el Sistema de Salud tiene que agilizar los plazos y el cuerpo tiene que ir evolucionando y el deportista ha de tener fuerza de voluntad.

Todo esto va ya para la sexta semana. Pasa el tiempo, la noche alarga, no llueve. La rodilla está evolucionando, es cierto, merced a todas mis atenciones; pero ésta no es mi rodilla. Por fin alguien pronuncia el nombre exacto de la rosa, quiero decir de la lesión.

Probaré en la piscina. Confecciono un plan de fortalecimiento. Y sigo autodefiniéndome deportista.

Roberto Vega.  
Entrenador de base.

Editorial

## La experiencia micológica

Llevamos semanas los sorianos mirando al cielo con la esperanza de encontrar oscuros nubarrones en el horizonte. No es de extrañar pues, que las lluvias de los últimos días se hayan recibido con alegría por miles de sorianos deseosos de echarse al monte en búsqueda de setas y hongos. La micología se ha convertido en una seña de identidad

de Soria, algo de lo que sorianos podemos estar seguros de presumir fuera de nuestra provincia.

Naturaleza, Numancia, fiestas de San Juan, románico, Machado, deporte... y ahora también micología. Ahora porque aunque las setas "siempre han estado en el monte" (como señalaba Severino García en pasadas ediciones de este mismo periódico) es solo de un tiempo a

esta parte cuando nos hemos dado cuenta de su verdadero potencial, un recurso de oro para una provincia tan necesitada como la nuestra.

En los últimos 10 años el turismo rural se ha duplicado en la provincia de Soria durante los meses del otoño. En una provincia sin apenas industria, eliminar el efecto estacional de las estadísticas turísticas es una noticia doblemente buena. Sin duda el boom del turismo rural y el buen trabajo de las administraciones provinciales y autonómicas promocionando la micología tienen mucho que ver con ello. Pero no debemos olvidar los pequeños esfuerzos que hacen que la experiencia in situ – en el plato y en el campo –

supere las expectativas de los turistas. Las actividades micológicas de ayuntamientos, el trabajo de guías y guardas forestales y las decenas de bares y restaurantes que preparan con orgullo sus platos micológicos forman una experiencia.

Experiencia es la palabra clave en el turismo del siglo XXI, la gente no quiere ver o conocer cosas, quiere vivirlas y llevarse no una foto que mostrar sino una aventura que contar. Haríamos bien en Soria en aprender también de los aciertos y buscar nuevas experiencias que exportar; la experiencia de la naturaleza soriana, la experiencia de la poesía, la experiencia de Numancia 2017....

La tribuna



## Emprendimiento y educación

MERCEDES  
CIRIA BERZOSA

Vivimos en un entorno repleto de oportunidades y riesgos, algunas de las profesiones que desarrollaran nuestros jóvenes es probable que ahora mismo no existan. Ante tanta incertidumbre necesitamos potenciar las capacidades de nuestros niños y adolescentes. Emprender no es solo montar una empresa, es una cuestión de iniciativa, junto con una mezcla de actitudes, añadiendo grandes dosis de tenacidad y sentido de la responsabilidad, siempre disfrutando cada paso del camino.

Los más jóvenes son conscientes de las necesidades sociales que surgen en el ámbito más cercano. Sabiendo detectar carencias en la sociedad, estos nuevos

emprendedores fomentarán su empatía. El principal factor de un programa orientado a despertar el espíritu emprendedor es ofrecer a los alumnos herramientas que permitan fomentar el desarrollo de su talento a la hora de enfrentarse a los retos futuros. En el aula de emprendimiento los alumnos progresan gracias a un aprendizaje basado en problemas, como medio para que los estudiantes adquieran esos conocimientos y los apliquen para solucionar un problema real o ficticio.

La creatividad de los más pequeños necesita de espacios adecuados y de ser capaces de escuchar esas inquietudes, sin prejuicios y banalidades. La experiencia nos permitirá a todos redescubrir lo co-

tidiano. Trabajando por proyectos generamos iniciativa, los alumnos aprenden el valor del equipo, del aprendizaje cooperativo. Una de las capacidades a fomentar entre los jóvenes es la tenacidad, herramienta necesaria para el día a día. En unos ámbitos tan repletos de elementos que nos distraen, hemos de mostrarles herramientas organizativas que permitan aprovechar mejor su tiempo. Los empresarios sabemos bien que las distracciones juegan en nuestra contra.

Debemos procurar que nuestros hijos desarrollen sus competencias digitales, conozcan y sepan diferenciar los riesgos de las redes y como pueden aprovechar los beneficios de ese conocimiento. Uno de los valores fundamentales de un programa educativo en emprendimiento es el contacto con emprendedores, personas que en su día a día trabajan en sus propias empresas o para organizaciones vinculadas al emprendimiento, personas que aportan el valor del conocimiento y la experiencia que permiten conocer de primera mano el trabajo diario de una empresa. Una educación ligada a la realidad, mediante modelos prácticos de aprendizaje basada en la experiencia de los emprendedores.

Para el entorno de aprendizaje resulta muy beneficioso cambiar el aula por un espacio dinámico que fomente el desarrollo de las habilidades y el aprendizaje cooperativo, salir del aula para aprender haciendo. Desarrollen o no un proyecto empresarial, lo realmente importante es comprobar si han aprendido y mejorado sus capacidades y actitudes que les permitan ser más eficientes y sean conscientes de lo que pueden aportar a la sociedad en la que viven.

Mercedes Ciria Berzosa  
Coordinadora de la escuela "El Huevo Kids"





## LAS ORDENANZAS DE SAN JUAN A DEBATE

**PARTICIPACIÓN.** Este 19 de octubre está convocado por el Ayuntamiento el primer foro sanjuanero en el que participarán todos los colectivos implicados y los sorianos que así lo deseen. El objetivo; adaptar las ordenanzas de las fiestas a los nuevos tiempos sin perder los usos y costumbres. Casi nada. Salud para cumplir.

El proyecto que Marta Cáceres diseñó para conseguir fondos europeos que ayudaran a revitalizar algunas zonas de la ciudad, especialmente el casco viejo, y que contó con el apoyo unánime de todos los grupos de la oposición con aportaciones para enriquecer este plan, ha llegado a buen puerto. Europa nos concede fondos por importe de cinco millones de euros, y el Ayuntamiento debe igualar la apuesta, aportando otros cinco. No quiero ser aguafiestas, porque Intramuros me parece de lo mejor que he visto en cinco años de concejal, al César lo que es del César, pero tampoco puedo evitar acordarme de la depuradora perdida, aquella que Europa nos financiaba al 80%, teniendo nuestro Alcalde que aportar el

### La ventana



Mª JOSÉ  
FUENTES

## Intramuros

20% restante y cuyos fondos perdimos, y con ello la tan necesaria depuradora que sustituyera a la actual, esa que cualquier día nos dará un disgusto y dejará de funcionar. Ya veremos de

dónde sacamos entonces los cincuenta millones que cuesta. Pero a lo que vamos, Intramuros es un buen proyecto, un hecho ya, la oportunidad que los vecinos y comerciantes del casco viejo reclamamos y clamamos para el barrio. Nuestro Ayuntamiento ahora debe estar a la altura de Europa, aportar idéntica cantidad y pasar de las palabras a los hechos, remando todos a favor de un proyecto por el que merece la pena apostar. Ya no hay excusas para que el Ayuntamiento de Soria no invierta en el casco viejo para ponerlo a la altura de cualquier Casco de cualquier otra ciudad de España.

Mª José Fuentes  
Concejal del PP en el Ayuntamiento de Soria.

### Desde Variena



CARLOS  
LAFUENTE

## Publiperiodismo

No es mi intención que esta columna se convierta en una tribuna de denuncia de tantas cosas que no me gustan. Pero después de todo el verano leyendo (y oyendo) la prensa provincial no puedo por menos que hacer una reflexión a modo de crítica de los medios de comunicación.

Me parece muy poco ético que bajo la apariencia de "noticias" se hagan publirreportajes pagados por los noticiados, casi siempre Alcaldes. Se ha puesto de moda que se entreviste al edil de turno porque ha pagado una factura en fiestas patronales, o entrevistarle en la radio o Tv porque tiene un espacio pagado con el dinero público mes a mes. Y en los medios escritos, aun se huele que está pagado, pero en los medios audiovisuales, ¿Cómo te enteras que es un espacio pagado, para mayor honra y boato del político local? Muchas veces los periodistas se quejan de los destinos de los fondos públicos (que es verdad, no se usan adecuadamente) Pero nada les he oído cuando los beneficiarios son su medios o empresas. Pues no, deberían negarse. Y si quieren hacer anuncios de lo bien que lo están haciendo, que lo sepamos todos, y ya que tienen a sus jefes de prensa, que les hagan ellos la entrevista. No os prestéis a ese juego.

Bastantes problemas tiene el oficio de periodista con un intrusismo tan descarado (no todos pasan por la universidad), por la presión a los profesionales de los accionarios de sus empresas, por la espada de Damocles de "que salgan los números" y otros que si enumeráramos nos faltarían páginas de este periódico.

Por cierto, este medio, que es gratuito y sólo se nutre de la publicidad, es el más aséptico y libre que he encontrado. Todos decimos lo que, educadamente, nos da la gana. ¿o no?

Carlos Lafuente.  
Empleado público y contertulio.

### Gracias, de nada



Define la RAE el honor como: "Cualidad moral que lleva al cumplimiento de los propios deberes respecto del prójimo y de uno mismo". La honradez como: "Rectitud de ánimo, integridad en el obrar". Y la valentía dicha de una persona: "Capaz de acometer una empresa arriesgada a pesar del peligro y el posible temor que suscita".

Tres palabras en desuso que definen valores morales en una sociedad cada vez más alejada de ellos, que estos días y por la celebración de los distintos patrones de las Fuerzas de Seguridad, Policía Local, Nacional y Guardia Civil, vuelven a aparecer en los medios. La entrega de condecoraciones y medallas a sus miembros simboliza todo lo anterior, una dedicación de vida entera por los demás, lealtad a la institución que representan y actuaciones arriesgando mas allá de lo exigido por la razón. La Policía es una de las instituciones

### El Zaguán



CARLOS  
CASTRO

## Honor, valor y honradez.

mejor valorada por la sociedad, ha resistido dignamente estos años de crisis sin tener escándalos de corrupción, todos sabemos cuando viajamos, que uno de los síntomas que mide el nivel de desarrollo y corrupción de un país son las mordidas policiales en multas, aeropuertos ,tasas, etc.. que por suerte en este país ha permanecido sano.

Los cuerpos policiales han cambiado mucho en los últimos años, han pasado del viejo policía caimán con menor preparación, a nuevas generaciones a los que como mínimo se les exige bachiller y una dura oposición para acceder al cuerpo y titulación universitaria para las siguientes escalas. Sin embargo en el otro lado, en la política el acceso ha sido libre, sin requisito alguno, una puerta que se abría con el carnet del partido, por donde se han colado muchos que únicamente buscaban llenarse los bolsillos y jamás han conocido valores como el honor, el valor y sobre todo la honradez. Vemos estos días los juzgados llenos de políticos, de banqueros, de corrupción política después de largas investigaciones policiales y judiciales. Sirvan, por tanto, estas líneas de felicitación a los distintos cuerpos policiales por su labor.

Carlos Castro.  
Agricultor





## TROFEO 'AYUNTAMIENTO DE CABEZÓN DE LA SAL'

**TODO INDICA QUE** el C.D.V Río Duero vaya a arrancar con fuerza la Superliga. El equipo de Manuel Sevillano logró imponerse al Textil Santanderina por 2-3 en un disputado encuentro por el que ambos equipos luchaban por ganar el primer puesto en el último partido de la pretemporada.



Plantilla del equipo de voleibol C.D.V. Río Duero para la presente temporada. / MARÍA MORALES

## C.D.V. RÍO DUERO SORIA

## Más que preparados para afrontar la Superliga

Sevillano se marca como objetivo "ofrecer grandes espectáculos deportivos" con la mejor plantilla "de los últimos cuatro años".

S.G.H. Manuel Sevillano, el hijo pródigo' que regresó a su ciudad natal tras competir internacionalmente para defender como entrenador-jugador el color celeste de la camiseta del C.D.V Río Duero en 2014. Hoy, sigue con la misma ilusión y

confianza en su equipo de cara a la Superliga Masculina 2016-2017. Tras conocer los cuatro nuevos fichajes para esta temporada y cómo se ha ido desarrollando la pretemporada, Sevillano se muestra optimista a pesar de las adversidades. El técnico ve al equipo "bas-

tante bien" y, según su opinión, está "preparado para jugar" de cara al inicio de temporada.

Para él, los objetivos han cambiado un poco; si bien el año pasado eran seguir en *Play Off* y Copa del Rey, este año, a pesar de que "posiblemente el actual equipo del C.D.V Río Duero es el mejor en los cuatro últimos años" sus propósitos han variado. Lo importante, sobre

## CANTERA SORIANA

## 01:

PABLO MUGARZA

El receptor sigue por segundo año consecutivo en el equipo de Superliga. Este año se pretende consolidar como una joven promesa del voleibol profesional soriano.

## 02:

ÓCARSERNA

El jugador de la categoría juvenil ayudará al equipo como libero junto a Álvaro Hernández.

todo, es que "el público que venga lo pase realmente bien. Hay nivel para ofrecer grandes espectáculos deportivos y la diversión está por encima de cualquier competición".

## NUEVOS FICHAJES

El equipo soriano ha reforzado su plantilla para la presente temporada. El puesto de segundo entrenador es para el soriano Elías Terés, quien cuenta con una amplia experiencia en el deporte base y que ha encontrado ahora "el momento" para dar el salto a la alta competición y las demás incorporaciones vienen de mano de Alberto Ruiz, Ruiz y los franceses Julien Winkel-muller y Jean Oriol.



¿Necesitas una web?

NetyTec

Soluciones en Internet

www.netytec.com 975 128 345





## CAMPEONATO NACIONAL DE SALMÓNIDOS

**MARIO DE DIEGO.** El pescador soriano se ha clasificado en el campeonato de España de pesca en salmónidos mosca. De este modo, este miembro del Campano Soriano participará en el panorama nacional de la pesca de élite en la modalidad de mosca.



## el cronómetro



www.sorianoticias.com

### Exhibición de salto

El 15 de octubre la plaza Mariano Granados acogió la 'IX Exhibición de Salto de Altura en la Calle'. Al evento acudieron figuras como el entrenador de deportistas de élite Ramón Torralbo, Saleta Fernández, récord de España de la categoría junior y Javier Bermejo, ex saltador de altura en el Campeonato Mundial de Pekín y Atenas.

### Carrera verde Pilar

El sábado 15 de octubre se disputó la VII Carrera Verde con motivo del día del Pilar. Esta iniciativa, cuyo recorrido total era de 9.400 metros con salida a las 11:30 horas desde la Comandancia de la Guardia Civil de Soria y con la línea de meta en el monte Valonsadero, acogió a más de 170 adultos y alrededor de 50 niños como corredores.



### DESAFÍO CUATRO ESTACIONES

#### Night Run de las Ánimas

Soria acoge la *Night Run* de las Ánimas, una carrera que forma parte de la prueba 'Desafío Cuatro Estaciones', un modelo de deporte abierto a todos que ya triunfa en México, Estados Unidos o Brasil. La carrera tiene lugar la noche del 29 de octubre con una categoría infantil por el centro de la ciudad de kilómetro y medio y otra prueba popular de algo más de seis kilómetros que se acerca hasta márgenes del Duero.

### Carrera por la montaña

Un año más los corredores de media montaña por senderos y caminos tienen una cita en El Burgo de Osma gracias a la IX Carrera por montaña. El pistoletazo de salida de dicha carrera tiene lugar el 22 de octubre a partir de las 17:00 horas. Por su parte, la ruta senderista, considerada de nivel medio, da inicio una hora antes, a las 16:00 horas.

### Camino del Agua

Con motivo de la campaña de lucha contra el cáncer el 23 de octubre la Junta Provincial de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC) ha organizado la cuarta edición de la marcha popular contra esta enfermedad. Entre sus objetivos están el de superar la cifra de 6.000 participantes del pasado año y recaudar fondos para la investigación.

### BALANCE DEL PRIMER CUARTO DE LA LIGA 123

## La columna de Jagoba; Julio, Iñigo, Mateu, Galarreta y Callens

Manu del Mora, tras perderse los primeros partidos por lesión, lleva 4 goles y se ha ganado la titularidad. Medina y Regalón también son hijos.

S.N.

Cuando nos acercamos al primer cuarto del campeonato el Numancia muestra síntomas de mejoría tanto en juego como en los resultados. Tras un inicio de campaña dubitativo, Arrasate parece haber dado con la tecla y, aunque al equipo le cuesta cerrar los partidos y crear ocasiones, sus ideas se ven reflejadas en el césped. La apuesta por sacar el balón controlado promete dar más de un susto a la parroquia rojilla, sobre todo cuando es Callens el encargado de iniciar jugada. El central peruano suplente sus carencias con un derroche físico no muy ortodoxo pero que termina dando resultados. Ello y su proyección ofensiva le hacen ser uno de los fijos y no son pocas las voces en su país que piden que sea convocado con la selección.

Los otros nombres fijos para Arrasate se sitúan en el centro del campo. Iñigo Pérez se ha convertido en el pulmón que sostiene al equipo y ahora esa labor se verá reforzada por Escassi o Pedraza por la lesión de Galarreta. La baja del guipuzcoano llega en el peor momento pues, junto con Mateu, era el responsable de los momentos de brillantez rojilla. Junto a ellos,



El entrenador vasco del Numancia, Jagoba Arrasate. /LFP

### EL DATO

**57:**

PUNTOS

Tras un inicio espectacular y goleador, la pasada temporada el Numancia alcanza el primer cuarto del campeonato en plena lucha por el ascenso. Una racha plagada de empates a mitad de liga hizo a los rojillos terminar décimos con 57 puntos.

el Julio Álvarez que todos conocemos, asistente en 5 de los 8 goles.

La columna vertebral la completan el portero y el nueve. Munir parece indiscutible en la portería y solo deja su puesto a Aitor cuando tiene compromisos internacionales. Por su parte Del Moral ha encandilado pronto tanto al mister como a la grada con su presencia, veteranía y olfato. Sus 4 goles en 424 minutos (antes del partido contra el Rayo) así lo demuestran.

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

Distribuidor oficial **CEPSA**

**Petrosoria**  
GASÓLEOS A DOMICILIO

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

**CONSTRUCTO, S.A.**

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

Placo Keraben KERA KOLL TAU CERAMICA

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





**HUEVO CAMPERO.** La ganadería soriana destaca por la calidad de sus productos. No sólo está la enorme proyección del porcino soriano (con el torrezno de Soria), sino que la incorporación de nuevas ganaderías se hacen con una marca reconocida de calidad. El huevo campero de La Cañada Soriana es un buen ejemplo.

PARTICIPA EN EL PROYECTO EUROPEO 'AMMONIA TRAPPING' QUE PRETENDE OBTENER NITRÓGENO DE LOS EXCREMENTOS GANADEROS

## La granja La Cañada Soriana, ante un nuevo reto de investigación

La instalación avícola soriana ha sido elegida por ser una referencia nacional en ganaderías alternativas, y por el compromiso que mantiene con la investigación y con el I+D+i. La iniciativa coloca al sector agrario de la provincia "en lo más alto".

P.V.  
El sector agrario soriano sigue siendo una referencia nacional e internacional, con unos productos de reconocida calidad, y el compromiso de unos profesionales que están colocando a la agricultura y ganadería soriana "en lo más alto".

Un buen ejemplo del destacado trabajo agropecuario de Soria es la participación de la granja La Cañada Soriana de Aldealafuente, de Avícola Ciria S.L.U., en el proyecto europeo LIFE 'Ammonia Trapping', presentado recientemente.

Se trata de un proyecto de investigación, impulsado desde la Escuela Técnica Superior de Ingenierías Agrarias de la Universidad de Valladolid y del Instituto Tecnológico Agrario de Castilla y León (ITACYL), que propone un nuevo sistema para recuperar el nitrógeno de los excrementos ganaderos, bajo forma amoniacal, que puede extraerse del purín porcino y de la gallinaza.

Así lo ha señalado Jesús Ciria, responsable de la granja de huevos camperos La Cañada Soriana, que ha explicado que el reto es construir unos prototipos que, con el uso de unas membranas permeables que permitan retener el amoníaco, facilitar la absorción del amoníaco y la obtención del nitrógeno para fertilizante.



Presentación del proyecto en Aldealafuente.

Participan La Cañada Soriana, Eporcyl (Guardo) y una planta de Enusa (Salamanca).

La iniciativa está impulsada desde el Campus de Palencia y el ITACYL.

El presupuesto del proyecto LIFE 'Ammonia Trapping' es de 1.765.527 euros.

JESUS CIRIA

"Las cosas se están haciendo bien en el sector agrario"

P.V.

Este trabajo de investigación, sobre la obtención de nitrógeno desde el amoníaco de los excrementos ganaderos, sólo se ha hecho hasta ahora, y de forma experimental, en EE.UU, "y ahora se realiza a Europa para que sea una realidad, y además se elige Soria, lo que demuestra que se están haciendo las cosas bien en el sector agrario soriano", resalta Jesús Ciria.

El joven empresario y ganadero soriano explica que el objetivo del LIFE 'Ammonia Trapping' es mejorar el medio ambiente, las condiciones de trabajo de los empleados de las granjas, el bienestar animal, y lograr una posible renta añadida en la explotación ganadera, si se consigue que se pueda vender ese nitrógeno que se recupere.

El proyecto trata de que el amoníaco que se desprende de las deyecciones, que van a la atmosfera y que es causante de lluvias acidas y contaminación atmosférica, se retenga y se transforme en nitrógeno, un producto que necesitan las empresas que fabrican fertilizante, y que tienen que producirlo en los laboratorios de manera química, indica Ciria.

El proyecto se desarrolla también con una granja porcina de Eporcyl en Guardo (Palencia), y una planta de purines de ENUSA (Salamanca).



TODO PARA CEMENTERIOS



FÁBRICA Y OFICINA: Pol. Ind. La Dehesa, Parc. 1 ALMAZÁN. Soria Tel: 975 310 344 Fax: 975 302 103

EXPOSICIÓN: EL BURGO DE OSMA. Tel./Fax: 975 301 797 - SORIA. Tel./Fax: 975 212 719

**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



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





## UN SECTOR AGRARIO CON PROYECCIÓN Y FUTURO

**PROFESIONALIDAD.** Los agricultores y ganaderos de Soria llevan demostrando, desde hace décadas, que su apuesta por el campo está basada en la calidad, en la formación, en la competitividad y en el compromiso.



# Una apuesta por la ganadería

Jesús Ciria destaca la importancia que tienen la presencia de proyectos de investigación en Soria, porque dan valor añadido a la ganadería de la provincia, que cuenta con buenas posibilidades de expansión y desarrollo.

No es casual que un grupo de investigadores de la Escuela Técnica Superior de Ingenierías Agrarias de la Universidad de Valladolid y del Instituto Tecnológico Agrario de Castilla y León (ITACyL) hayan elegido la granja de Soria, junto a otras dos empresas de Castilla y León, para participar en este Life.

La Cañada Soriana, dirigida y propiedad de un ingeniero agrícola, es sensible a las innovaciones y ya ha participado en otras investigaciones.

De hecho, esta granja está trabajando para obtener la certificación medioambiental CO2 Cero, que todavía no tiene ninguna granja avícola en España.

“Este proyecto Life se ha impulsado a través Universidad de Valladolid, desde el Campus Palencia. La coordinadora de la iniciativa, la doctora Mercedes Sánchez, se puso en contacto con nosotros, porque ya nos conoce y sabe de nuestra inquietudes”, indica Jesús Ciria.

Con este trabajo pretenden experimentar a gran escala los buenos resultados conseguidos en el laboratorio, donde han llegado a recuperar hasta el 98% de nitrógeno en purín.

El objetivo general del proyecto es demostrar el funcionamiento y la viabilidad de un sistema de recuperación de amoníaco, mediante la

utilización de membranas permeables a los gases que permiten el paso del gas amoníaco, que queda atrapa en una disolución ácida que circula por su interior.

Esta tecnología se puede aplicar tanto en la granja como en cualquiera de los sistemas de gestión de los residuos ganaderos (lagunaje, compostaje o digestión anaerobia).

El sistema permite eliminar hasta un 97% del NH3 presente en el aire y recupera, como sal de amonio fertilizante, hasta el 100% del NH3 volatilizado, además de con-

**Se quiere demostrar la viabilidad de la recuperación del gas amoníaco.**

**El objetivo es llevar la investigación de laboratorio a una granja real.**

tribuir a la mejora de la productividad y el menor gasto energético. Hasta ahora se ha trabajado con prototipos pequeños de laboratorio, y lo que hay que hacer es llevar la tecnología conseguida a una situación real.



## → el detalle

### Una granja referente

La granja de huevos camperos La Cañada Soriana cuenta en este momento con más de 30.000 gallinas, que producen unos 28.000 huevos diarios. Son unas instalaciones punteras, muy tecnificadas (dentro de las posibilidades que ofrecen las aviculturas alternativas), que siempre están por delante de la legislación, como ocurre con las exigencias de bienestar animal. La calidad del producto es un referente y una prioridad para Jesús Ciria, lo que le ha permitido situarse muy bien en el mercado nacional del huevo campero. “Recibimos llamadas de toda España, para que suministremos huevos, pero no tenemos producción suficiente. La intención es ampliar, dada la demanda. Contamos con certificados de calidad, hemos sido auditados por las principales grandes superficies de España, con puntuaciones muy buenas”, ha explicado Jesús Ciria.



*Un lugar exclusivo  
donde vivir momentos inolvidables*



**BURGO DE OSMA**  
HOTEL TERMAL

[www.castillatermal.com](http://www.castillatermal.com)  
[reservas@castillatermal.com](mailto:reservas@castillatermal.com)  
902 330 015







## Muebles Frías



# Muebles Frías: a la última en decoración y estilo para el hogar

Medio siglo de experiencia en el sector del mueble ha hecho que se haya convertido en todo un referente en Soria.



S.N Recién estrenada la estación otoñal son muchas las personas que se animan a cambiar la decoración e incluso el mobiliario de su hogar. Si bien es complicado deshacerse de todo y mudar por completo de aires todas las estancias, siempre se pueden ir incorporando nuevos elementos acordes a las nuevas tendencias que, entremezclados con lo que ya hay en casa, hace de esta un lugar absolutamente renovado, actual y acogedor.

Una vez tomada la decisión de dar un vuelco a la imagen de cualquier espacio, hay que dejarse asesorar por profesionales del sector. La ilusión imaginaria puede distar mucho de la realidad, de forma que un buen consejo es ponerla siempre en práctica de quienes saben de interiorismo para evitar un fracaso anunciado.

Un buen ejemplo de este tipo de servicios es Muebles Frías, una empresa familiar que cuenta a sus espaldas 50 años de experiencia ofreciendo soluciones para todos los gustos y bolsillos. Una gran exposición de más de 3.000 metros cuadrados alberga piezas de mobiliario y decoración para vestir salones, recibidores, despachos, así como dormitorios para adultos, para adolescentes y para bebés.

### DISEÑO Y CALIDAD

Una de las prioridades de los ocho expertos que trabajan en la exposición de Muebles Frías es dar a conocer no solo las últimas novedades, muchas de ellas presentadas previamente por Globaldecó.

Este grupo de tiendas está extendido por todo el territorio español y cuenta con muchos años de recorrido en el sector con una filosofía muy clara: ofrecer calidad y diseño a precios competitivos para que cada persona pueda hacer realidad sus sueños.

Además, los productos de Globaldecó y, por tanto, de Muebles Frías, son cuidadosamente escogidos en función de las últimas innovaciones no solo en diseño sino también en funcionalidad y ergonomía, solucionando de este modo las necesidades de la gran mayoría de los hogares que buscan una múltiple practicidad para permitir desahogar un único espacio.

### LO MÁS INN

Muebles Frías se adapta a los nuevos tiempos. Por eso, aunque no se olvida de los gustos más clásicos, reservando para ellos un espacio con mobiliario y decoración de este estilo, ofrece un completo abanico de productos de tendencia para aportar personalidad en interiores.

Así, por ejemplo, no faltan piezas del diseño minimalista de líneas depuradas propio del estilo nórdico. Elementos como la madera de

pino, el arce, el haya y el roble son algunos de los grandes protagonistas en 2016 que Muebles Frías ha querido acercar a sus clientes. Tampoco se olvida del estilo *vintage* de aire *shabby chic* y la decoración industrial, tan de moda este año.

### SERVICIO PERSONALIZADO

Al igual que sucede con los gustos, las necesidades de cada persona pueden ser totalmente divergentes las unas de las otras. Por este motivo los profesionales de Muebles Frías apuestan por el servicio personalizado que cumpla con las expectativas de cada individuo.

En este sentido, además de ofrecer atención personalizada, si se desea se pueden hacer proyectos en 3D para hacerse una idea de cómo pueden quedar diferentes diseños para un mismo espacio y escoger así el más adecuado en función de sus dimensiones.

Asimismo, incluye un servicio de montaje incluido en el precio para ganar en comodidad y en seguridad. De igual modo, existe la posibilidad de pagar en unas muy buenas condiciones de financiación con el fin de poder comprar sin ningún tipo de agobios.



## CONTACTO

Carretera de Logroño 35, bajo. 42004 - Soria.

Teléfonos: 975 221 620 - 975 221 628

[www.mueblesfrias.com](http://www.mueblesfrias.com) | [mueblesfrias@globaldeco.net](mailto:mueblesfrias@globaldeco.net)



# turismo#ruta a pie#



## PUNTOS CLAVES

### 01:

#### FAUNA

El Guarrero es un auténtico espectáculo para los amantes de la fauna. Ciervos, corzos, zorros, conejos y jabalíes se dejan ver por la zona, pero el verdadero atractivo se encuentra en las aves. Arrendajos, aguiluchos laguneros, grullas, cigüeñas negras, alondras y totovías son algunas de las muchas que se pueden divisar por la laguna, que ofrece poca visibilidad debido a la presencia en abundancia del carrizo.

### 02:

#### EL MOLINO

Durante el trayecto se puede ver el viejo molino de la zona, donde los



vecinos de las localidades próximas acudían para moler el grano. La antigua construcción, habitada hasta hace unas décadas por una familia de tardajeños, dejó hace muchos años de realizar su labor.

### 03:

#### LAGUNA HONDA

La laguna situada en el término municipal de Alconaba no cuenta con la riqueza faunística del Guarrero, pero la belleza del paraje hace que merezca la pena visitarla. Además, narra la leyenda que una vez una yunta de bueyes intentó atravesar la laguna y nunca más fue vista, tal vez de ahí venga el nombre que recibe la misma.

vez atravesado el pueblo, hay que continuar por la carretera de Ribarroja hasta llegar al puente que cruza el río Duero, punto de inicio del sendero.

El primer tramo lleva a la primera de las lagunas, Llanos de la Herrada, un oasis en medio de una estepa cerealista que probablemente sea uno de los depósitos naturales de agua con más vida de la provincia. El camino que sale al final del puente a la izquierda continúa unos kilómetros hasta la primera bifurcación, en la que el caminante deberá coger la pista de la izquierda. Tras unos metros, se divide de nuevo,

pero esta vez la opción será el camino de la derecha. Siguiendo recto, el senderista encontrará una vieja majada y a escasos 150 metros, la laguna.

El segundo tramo comienza de nuevo en la majada, cogiendo el camino hacia la derecha. Una vez pasado el pinar joven y la chopera, aparecerán indicaciones de la ruta BTT de Alconaba, que lleva directamente a la segunda laguna, la Honda.

El último tramo comienza en la misma laguna. Siguiendo de nuevo las flechas, el camino lleva a un cartel con indicadores, en ese momento los senderistas deberán coger dirección Alconaba. Atravesado el puente del río Roldán, el camino de la izquierda continúa paralelo a la cacera, de unos dos kilómetros de longitud, que surtía de agua al viejo molino de la zona, edificio todavía presente y por el que pasarán los senderistas antes de llegar de nuevo al puente del Duero.

Un sendero desconocido, pero con un encanto especial.



Imagen de la laguna Llanos de la Herrada o del Guarrero en el término municipal de Tardajos de Duero /S.N

## Ruta por las lagunas de Tardajos y Alconaba

La localidad de **TARDAJOS DE DUERO** alberga uno de los depósitos naturales de agua con más vida de la provincia, la laguna de los **LLANOS DE LA HERRADA**. El sendero, de 11 kilómetros de longitud, transcurre, además, por la laguna **HONDA**, situada en el término municipal de **ALCONABA**.

Un paseo inmejorable para los amantes de la fauna, que con suerte, podrán disfrutar de la presencia de aves como el **AGUILUCHO LAGUNERO** o la **CIGÜEÑA NEGRA**.

P.B.P.

El sendero, que atraviesa la Laguna de los Llanos de la Herrada o del Guarrero, como la conocen los lugareños, y la Honda, cuenta con una longitud de unos 11 kilómetros en total. El recorrido no está homologado y se divide en tres tramos sencillos de realizar. La única dificultad que los senderistas pueden encontrar es la cantidad de caminos que salen durante el trayecto, algunos de ellos muy salvajes por la escasa transitabilidad.

La ruta comienza en la localidad de Tardajos de Duero, situada a tan solo 13 kilómetros de la ciudad de Soria, dirección Los Rábanos. Una

# Ven y disfruta...

# SORIA



www.sorianitelaimaginas.com





# belleza, moda y salud →

## UNA MANZANILLA ANTES DE DORMIR

ESTA HIERBA MEDICINAL puede usarse como antiinflamatorio ya que suaviza el cutis además de aclararlo. Si deseas emplearla como tónico, aplica compresas de infusión de manzanilla pura en toda tu cara. También es perfecta para desinflamar los ojos.

## → Dra. González Blázquez

Bienvenidos a mi nuevo espacio de salud y bienestar



Hace unas semanas me proponían una nueva colaboración en este medio y me costó tomar la decisión, puesto que es poco el tiempo que tengo libre. Al final me decidí y asumí esta nueva colaboración mensual.

Al apostar por este nuevo compromiso, han sido determinante mis recuerdos periodísticos como colaboradora en el periódico Heraldo De Soria, el Diario de Soria y la Cadena SER. Incluso hoy continúo participando en este tipo de proyectos a través de la emisora COPE. Además, gracias a las TIC, expongo mis conocimientos médicos a través de Facebook y de mi sitio web [www.dragonzalez.es](http://www.dragonzalez.es) para dar a conocer todo lo relacionado con mi medicina natural, homeopatía y medicina estética.

### UNA NUEVA ETAPA

Con la actual colaboración trataré temas médicos de interés general basados en mi trayectoria laboral, en mi día a día y en mi consulta bajo la disciplina de la escritura en el folio, intentando aportar algo 'blanco sobre negro' prescindiendo de la rigidez de las publicaciones puramente científicas.

Mis opiniones estarán respaldadas por conocimientos publicados, consensos médicos y contaré con la colaboración de médicos y farmacéuticos, de diferentes especialidades y provincias.

### MEDICINA BASADA EN LA EVIDENCIA

Para que un paciente o ciudadano pueda otorgar su consentimiento informado a cualquier procedimiento terapéutico que afecte a su salud de forma libre y consciente ha de conocer y comprender las diferentes alternativas que la medicina basada en la evidencia ofrece.

Todos los profesionales relacionados con la sanidad debemos esforzarnos en la exposición veraz y clara de esos conocimientos ante nuestros pacientes. Por eso, esta tribuna tiene como uno de sus objetivos difundir conceptos que puedan ayudar en las decisiones a tomar relacionadas con la salud para fomentar la calidad de vida.



## Obtén los mejores resultados MIENTRAS DUERMES

Antes de acostarse es importante habituarse a dedicar unos minutos a mimar la tez. Al principio puede dar un poco de pereza pero, cuando comiences a notar los efectos, te animarás a tratarla a diario.

LORENA MARTÍNEZ  
La piel se muestra mucho más receptiva a los tratamientos reparadores durante la noche que durante el día, por lo que es conveniente 'atacarla' justo antes de ir a dormir.

Esta vez no nos vamos a centrar en la zona facial; aunque por supuesto te recomendamos que te hagas una buena lim-

pieza en el rostro y te apliques la crema que más te convenga antes de acostarte.

Una vez te hemos dado esta pequeña recomendación, ahora nos vamos a centrar en la piel de tu cuerpo:

Fíjate en las zonas más problemáticas de tu cuerpo. En la mayoría de mujeres, estas suelen ser los codos, el cuello y las

rodillas y su principal problema, radica en la hidratación.

Pues bien, hazles frente. No olvides aplicarte en codos y rodillas una crema de hidratación intensiva realizando un concienzudo masaje circular para hacer que la crema penetre bien. De esta forma lograrás rejuvenecerla. Al principio, si estas zonas están muy dete-

DEPILACIÓN LÁSER  
CON IPL MÉDICO

TRATAMIENTOS ESTÉTICOS  
FACIALES Y CORPORALES

MICROPIGMENTACIÓN  
CEJAS | LABIOS | OJOS

ELECTROFITNESS

AQ8

DG  
Dra. González

SOLICITA TU CITA: 608 741 374  
975 221 469

[www.dragonzalez.es](http://www.dragonzalez.es)

COM SUPERVISIÓN MÉDICA

## Clínica dental y maxilofacial Aitziber Yagüe Cortazar

Conoce los últimos avances en Cirujía Maxilofacial,  
Alta estética facial, diseño de sonrisa,  
odontopediatría y periodoncia avanzada.

Mosquera de Barnuevo 10  
975 225 980

[www.aitziberyaguecortazar.com](http://www.aitziberyaguecortazar.com)  
Email: [info@aitziberyaguecortazar.com](mailto:info@aitziberyaguecortazar.com)

CENTRO MÉDICO  
PAMA

C/ Ronda Eloy Sanz Villa, 2.  
Tfno: 975 22 80 52  
[info@cmpama.es](mailto:info@cmpama.es)

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





### LA MEJOR MASCARILLA PARA EL PELO

**SI TU CABELLO ES SECO** una hora antes de irte a la cama, prueba a ponerte mascarilla nutritiva en tu cabello haciendo hincapié en la zona de las puntas, que suele ser la más seca. Por la mañana, después de lavarlo notarás la diferencia. Estará superhidratado.



rioradas puedes aplicar en ellas cada noche un poco de vaselina y taparlas haciendo uso de una gasita durante unos minutos. También el aceite de oliva hace maravillas, de forma que puedes probar cuál de estos dos productos es más efectivo y sé constante en su aplicación.

#### CUELLO Y CULETE

Para el cuello, es imprescindible la hidratación para evitar el descolgamiento y las arrugas. No olvides tampoco realizar ejercicios vocales (pronuncia en voz alta y de forma exagerada la letra 'X'); ambas acciones ayudan a retrasar el envejecimiento de esta parte tan delicada del organismo.

Si seguimos bajando, nos encontraremos con otra parte crítica para las mujeres: el culete y las caderas. Hoy en día existen tratamientos que actúan mientras duermes de una manera fácil y con exitosos resultados. Si tus piernas están cansadas y tienes mala circulación, aplícate

### COMIENZA TUS PREPARATIVOS Y VISÍTANOS

#### SORIA NOVIAS



En noviembre las novias comienzan, si no lo han hecho ya, a mirar los modelos que más pueden encajar con su personalidad y estilo de boda. Será el vestido de su vida, el que centrará todas las miradas y se recordará toda la vida a modo de fotos, vídeos o en la propia memoria. Por eso, no dejes una elección tan importante para más tarde. Déjate asesorar y pide cita en Soria Novias en el 975030945.

un gel frío. En la actualidad el mercado ofrece infinitas cremas para el cuidado y la renovación de esta zona.

#### LOS PIES

Por último, es importante cuidar los pies. Masajéalos a conciencia cada noche con una hidratante específica para ellos haciendo 'hincapié', y nunca mejor dicho, en las durezas. Sé generosa en cuanto a cantidad de hidratante se refiere y trabaja la superficie hasta que se absorba totalmente. También puedes pedir un voluntari@ para que te realice el masaje. Será toda una cura de descanso y placer. Asimismo puedes ponerlos a remojo con agua templada y sal antes de irte a la cama. Una vez secos, aplica vaselina pura y ponte unos calcetines durante las horas nocturnas. Notarás que se levantarán renovados. No olvides usar calzado cómodo y de calidad para que se mantengan siempre en perfecto estado.

### decoración



## Un otoño de lo más cálido

Ya hemos cambiado de estación. Por ello, la decoración requiere de nuevas pinceladas de color que aporten calidez a las diferentes estancias del hogar.

Es el momento de cambiar las tonalidades a favor de matices más envolventes. Si en tu casa abundan los acceso-



rios, puedes incorporar cojines, jarrones o cualquier otro accesorio de decoración en el que predomine coloraciones como el dorado, tan de moda este año. También puedes optar por otros más atrevidos como el púrpura para crear ambientes favorecedores y glamurosos, además de muy acogedores.

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

### las tendencias

#### Nudos de corbata fáciles

Para mucha gente, hacerse el nudo de corbata supone un verdadero quebradero de cabeza. Gracias a este sencillo tutorial gráfico y un poco de entrenamiento esto ya no volverá a ser un problema. Sigue los pasos; no tiene pérdida.

Descubre este y otros muchos trucos más en nuestra *fan page* de Twidd Soria en Facebook y conoce las últimas tendencias para esta temporada.

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

#### NUDO SENCILLO



#### Mujeres auténticas y únicas

Una de las características que se repiten en todas y cada una de las colecciones de la diseñadora Belén Cortés a través de su firma de moda Mångata es la autenticidad. Sus patronajes, extrovertidos y diferentes están pensados para aquellas mujeres que quieren sentirse irrepitibles. Ejemplo de ello es esta levita de estrellas en azul lavado, que marca personalidad y excepcionalidad y que únicamente se puede encontrar en Trazia.

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



# LIQUIDACIÓN por Reforma

## ÚLTIMOS DÍAS

MUÑOZ  
S A L D O S





# # clasificados #

## # Pisos

venta

**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 95m<sup>2</sup> en el Burgo de Osma. Tel. 618 735 422

**SE VENDE** casa en la Barriada en Soria, por 169.000 euros. ¡Precio rebajado! Situada en callejón suroeste. 305 m<sup>2</sup>- (223 m<sup>2</sup>- jardín y 82 m<sup>2</sup>- vivienda). Tel. 617 108 610 y 617 144 668

**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** finca urbana buena situación San Leonardo 1100m<sup>2</sup> 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 habitacio-

nes, 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 m<sup>2</sup> ) 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 camaretas, 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

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

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

**VENDO** piso seminuevo zona scalextric 104,84 m<sup>2</sup>, 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

**SE VENDE** piso zona centro. Exterior, muy luminoso. Comedor/ 3 Habitaciones/ Sala Estar/ 2 wc. En perfecto estado. Ascensor. 132.000€. Tel.: 647 938 882

**VENDO** casa en Oteruelos (Soria) Tel. 975 55 16 33 y 629 146 224

**BUSCO** trastero, plaza de garaje o cochera cerrada, para alquilar o comprar, en zona de Santa Barbara (Soria) Tel. 616 94 05 91

**SE VENDE** apartamento nuevo a estrenar de 40m<sup>2</sup> salón, cocina, baño, dormitorio, tendedero, aire acondicionado, ascensor. Tel. 696 78 84 46

**SE VENDE** piso en Almazán, plaza de la concordia, para entrar a vivir. 34.000 euros negociables. Tel. 659954620

## # Pisos

alquiler

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

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

**SE ALQUILAN** habitaciones en piso compartido solo profesores o estudiantes, piso de tres habitaciones, 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 soleado tres dormitorios, salón, terrazas, calefacción gas ciudad. C/ Las casas. Zona iglesia de Santo Domingo. Tel.: 627 561 593

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

**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 estudiantes. Solo 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. Sonna 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** Alquiler piso totalmente amueblado. Céntrico. Calefacción central. Ascensor. Estudiantes. Profesores. Funcionarios. Económico. Tel.: 648 826 561

**ALQUILO** piso céntrico C/ Venerable Palafox, 1. Amueblado, calefacción central. Tlf.: 650 697 681

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

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

**ALQUILO** piso amueblado, tres habitaciones, servicios centrales, próximo estación autobuses. Tel: 975 22 07 10.

**SE ALQUILA** piso en Pº de San Francisco, 4 habitaciones, dos baños, totalmente reformado. Tel. 655 150 391

## # Locales

venta/alquiler

**SE ALQUILA** local comercial 70 m<sup>2</sup> 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 Nº 56. Tel. 651 37 54 43



**a**res  
tención

**a**res  
sesoramiento

**a**res  
ministración

tfno. 975 23 31 97

www.gabineteares.com

gabinete tributario y de gestión



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

**SE ALQUILA** local comercial de 70 m<sup>2</sup>, en Fueros de Soria. Totalmente acondicionado. Tel. 630 79 48 58

## # Garajes venta/alquiler

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

**VENDO O ALQUILO** cochera cerrada en c/ Sto. Domingo de Silos 6. Zona Cruz Roja. Tel. 975 230 230

**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** amplia 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 20M<sup>2</sup>. Edificio comuneros. Tel. 659 522 984

**ALQUILO** plazas de garaje céntricas en edificio vigilado por portero de la comunidad. Venerable Carabantes, 21. Tel: 628 16 60 00

**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

**SE ALQUILA** plaza de garaje, local cerrado. C/Eduardo Saavedra, 53 . Tel. 651 37 54 43

**ALQUILO** plaza de garaje, cómoda entrada y salida, C/ Venerable Carabantes, 1 B. Las Moreras. Cámara de Comercio. Tel. 648 48 91 22

**SE ALQUILA** o se vende plaza de garaje en patios de Don Vela. Tel. 676 48 90 27

**SE ALQUILA** plaza de garaje sin gastos de comunidad en patios de Don Vela, c / San Hipólito, con Valonsadero (frente colegio). Tel. 679 26 96 56

## # 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

**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

**DERBI** Senda125. 1.000 euros. Perfecto estado. Tel: 639 92 56 35

**JCB PALA** cargadora, matriculada, enganche rápido, ruedas nuevas, cazo alto volteo, uñas y pinza para madera. Tel. 620 70 64 64

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

## # Varios

**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 masajes. buen estado. Tel: 692142236

**VENDO** banco de taller de hierro grande con tornillo grande de unas dimen-

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

**SE VENDE** maquina de escribir anti-gua Hispano Olivetti lexicon 80 en muy buen estado. Tel. 660 738 690

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

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

**VENDO** silla Trio de Jane completa, buen estado. Capazo convertible maxicosi homologado coche más regalo. Tel.: 630 554 750

**VENDO** objetivos, cámaras antiguas y accesorios fotográficos de todo tipo. Para colección o para uso. Tel: 654 219 595

**SE VENDE** puff de ecopiel color verde pistacho. como nuevo. 50 euros. Tel: 661 931 643

**VENDO** Libros del instituto Castilla casi nuevos CCSS del 2015 nueva LOGSE. Mitad de precio. Tel.: 699 586 513

## # Trabajo

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

### Establecimientos participantes

- Bar Rio, Alcazar
- Hotel Alfonso VIII
- Parador de Turismo Alfonso Machade
- Bar Alpetania
- Hotel Rio, Cudina
- Hotel Rio, Campos de Castilla
- Taberna Espota
- Bar Rio, Casa Arriola
- Bar Rio, Casa Garrido
- Bar Rio, Casa Tello
- Bar Taberna Cascanie
- Bar Rio, Casetas, tapas y... etc
- Servicio Ciudad de Soria
- Bar Rio, Don Quijote
- Bar Rio, Hoster Casa
- Café Bar el 87
- Bar Rio, el 87 des
- Bar Rio, El Alto de la Dehesa Casa Moncloa
- Bar El Café del Huel
- Bar Rio, El Cerillo Tello
- Bar Rio, El Corro de Hotel Ignor Canino
- Bar Rio, El Portillo
- Cervecería Rio, El Temple
- Bar Rio, El Yantarro
- Bar Rio, Fagón del Salcedor
- Bar Rio, Garva
- Bar Rio, Tráfico Plaza
- Cervecería Rio, Ig. Caroleta
- Bar Rio, Ig. Capa
- Bar Rio, Ig. Cháchara
- Bar Rio, Ig. Cuperia Huel
- Bar Ig. Millanero
- Hostal Rio, Ig. Pinada
- Café Bar - Que Pan
- Bar Pastado
- Bar Rio, Plaza
- Café Bar Plaza
- Cervecería San Francisco
- Bar Rio, Santo Domingo 11
- Café Bar Rio, Soto Plaza
- Bar Rio, Termoncia
- Cafetería Tiffany's
- Cervecería Torcato
- Rio, Trashumante
- Rio, Triquet

### En la provincia

- Almazán**
- Hotel Rio, Almazán
- Hotel Villa de Almazán
- Berlanga de Duero**
- Bar Rio, Casa Villaverde
- El Burgo de Osma**
- Hotel Termal Burgo de Osma
- Hotel Torrey Palafox
- Iga Villares de Soria**
- Hotel Rural Iga Villares
- San Felices**
- Hotel Rio, Iga Villares



Jornadas de Campeones  
14\_20 nov

# 9ª Semana de La Tapa Micológica

Del 21 al 30 de octubre, Soria 2016

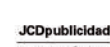
Ganadora del Concurso de diseño: Zaira Gonzalo Romero de IES Politécnico



Descarga nuestra APP "Tapa micológica Soria 2016" y corre la maratón de la tapa



Todas las recetas de las tapas: asohtur.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@elperiodicosoria.com

Máximo 17 palabras





# #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 cochinillo, 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.loscerozosdeyanguas.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.loscerozosdeyanguas.com



**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

Hostal \*\*  
**Goyo Garray**

descubre  
la calma  
INTERIOR

SORIA turismo rural alternativo

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

**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



# #bocadosgastronómicos#

## → la receta



www.sorianoticias.com

# Tiempo de conservas caseras

La huerta y el campo ofrecen una gran cantidad de frutos los meses de verano y otoño, y consumirlos todos durante este tiempo es imposible. La conservación de los mismos es importante para no desperdiciarlos, pero es necesario conocer cómo hacerlo para que no sean perjudiciales para la salud.

### P.B.P.

Llega el invierno y comienza el aprovechamiento de los frutos que el huerto y los árboles dan durante la temporada de verano y otoño. Las conservas caseras son muy recurridas y además, no se pueden comparar con los productos elaborados de manera industrial. Y para que la fábula de la cigarra y la hormiga no se convierta en realidad, es tiempo de embotar todo lo que no se ha podido consumir durante estos meses.

De los productos del huerto, el tomate y los pimientos rojos son los protagonistas de las conservas sorianas. Actualmente, el proceso de embotado de los tomates no es tan engorroso, la tomatera manual retira la piel y las semillas, dejándolos listos para freír. El proceso de realización de la salsa es muy variado, se puede añadir cebolla, ajo, especias, sal y azúcar



La mermelada, una manera de conservar las frutas y hortalizas.

(para quitar la acidez), pero solamente con sal y un buen aceite de oliva virgen extra es suficiente para obtener una salsa extraordinaria. Los pimientos asados en la lumbre y embotados en tarros de cristal con el caldo que sueltan durante el cocinado son una de las conservas más queridas, y acompañados con otros productos como la ventresca de bonito suponen un aperitivo ideal.

La fabricación de mermelada es otra manera de conservar las frutas, frutos del bosque y hortalizas. Una de las más raras y muy sabrosa es la de pepino, que se suele elaborar como el resto, con un 50% del peso del producto en azúcar. Eso sí, no aptas para diabéticos.

## ALUBIAS PINTAS

### RESTAURANTE LOS VILLARES

- Alubias pintas
- Cebolla, ajo, pimiento rojo y verde
- Careta de cerdo
- Costillas (adobada)
- Panceta (adobada)
- Chorizo
- Morcilla

Dejamos las alubias a remojo el día de la víspera. Al día siguiente ponemos a cocer y vamos incorporando la carne en crudo a la cocción, la morcilla la reservamos para que no predomine su sabor en exceso. A mitad de cocción hacemos un sofrito con las verduras, ponemos un poco de pimentón dulce e incorporamos a la cazuela dejándolo unas 2 horas. Si hacemos en cazuela normal al final rectificaremos de sal. Freiremos la morcilla en una sartén y la pondremos en el plato una vez servido.



## → Un truco para tu cocina

### ¿Cómo esterilizar las conservas?

La esterilización de las conservas es importante, primero, para acabar con los microorganismos patógenos y segundo, para que dure más tiempo el producto. El tomate y las frutas necesitan un proceso más sencillo. El primer paso es esterilizar los botes, cociéndolos en agua. Una vez limpios se

llenar con la fruta o la salsa de tomate y se cuecen de nuevo, totalmente cubiertos con agua, unos 30 minutos. Las conservas de otros productos, como el espárrago, tienen un mayor peligro por la bacteria llamada *Clostridium botulinum*, y es necesario que sobrepasen los 115 grados.

**TODA UNA ALDEA PARA TI**  
Valdelavilla

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

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

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

**BAR - RESTAURANTE**  
**Goyo**

Disponemos de habitaciones

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

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

**la Sinagoga**

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

**HOTEL LEONOR**  
CENTRO

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

HOTEL RESTAURANTE CAFETERÍA

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



# #agenda#


[www.sorianoticias.com](http://www.sorianoticias.com)

## Campaña Cultural Otoño

**-Día 18: La Bella Durmiente. Ballet.**  
Teatro Palacio de la Audiencia; 20:30 horas; precio 18 euros.

Director: Sergey Radchenko  
Intérpretes: Música Piotr Tchaikovsky; libreto Charles Perrault, versión de los hermanos Grimm; coreografía Marius Petipa, escenografía Russian National Ballet.

Sinopsis: El Ballet Nacional Ruso de Serguei Radchenko es la primera compañía privada que se creó en Rusia, cuando comenzó el desmoronamiento de la Unión Soviética. Llega con la 'Grand Gala Tchaikovsky', en el marco de una gira que recorrerá los teatros y auditorios de 45 ciudades españolas, además de recalar en Lisboa.

**-Día 20: La Bohème. Ópera.**  
Teatro Palacio de la Audiencia; 20:30 horas; precio 23 euros.

Director: Martin Mázik  
Intérpretes: David Baños, Eric Fennell, Nikolay Bachev, Thomas Weinhauppel, Giancarlo Tosi, Héloïse Koempgen-Bramy, Mélanie Moussay, Gabrielle Philiponet, Ivaylo Dzhurov, Adriano Gramigni, Giancarlo Tosi, Francesca Bruni, Elisa Cenni, Dimitar Dimitrov.

Sinopsis: 'La Bohème' es una de las obras maestras de la ópera italiana. La obra se basa en la novela 'Escenas de la vida bohemia', del autor francés Henri Murger. Giacomo Puccini encargó la adaptación teatral de los episodios de la novela a Luigi Illica y Giuseppe Giacosa. Refleja la vida de los bohemios durante la primera mitad del siglo XIX en París, la lucha diaria por sobrevivir, el amor, la pobreza, los sacrificios y la muerte.

**-Día 29: La Sirenita. Teatro infantil.**  
Teatro Palacio de la Audiencia; 12:30 horas; precio 6 euros.

Director: Creada y dirigida por Jesús Sanz-Sebastián.



EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA DE 'ON PHOTO SORIA'

## Rincones de Soria

El centro de recepción de visitantes (Fielato), junto a los Arcos de San Juan, ofrece el mes de octubre la interesante muestra fotográfica 'Rincones de Soria', con la presencia de 24 fotógrafos, que ofrecen las imágenes más sorprendentes de la provincia. Está or-

ganizada por el colectivo 'Fotografiando Soria', dentro del programa del festival nacional 'On photo Soria'. Puede verse los viernes, de 16:00 a 19:00 horas; los sábados de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00; y los domingos de 10:00 a 14:00 horas.

Sinopsis: Las divertidas aventuras del musical de la Sirenita llegan a Soria, de la tierra al fondo del mar con una cuidada puesta en escena, maravillosos vestuarios y marionetas gigantes que crearán momentos inolvidables. Todo a ritmo de grandes números musicales que van desde el pop al soul.

to de encuentro cultural. En esta ocasión muestran su trabajo tres artistas, que son Charo Bravo (Valderrueda), Carmen Palenzuela (Valladolid) y Nines Isla (Soria).  
FECHA: OCTUBRE  
HORARIO: TARDES, Y MAÑANA Y TARDE LOS FINES DE SEMANA.

### Marcha contra el cáncer

El 23 de octubre se celebra el IV Camino por Soria contra el Cáncer, que reunirá a miles de personas. El objetivo es recaudar fondos para la investigación contra el cáncer, y lo organiza la Asociación de

Soria contra el Cáncer, con la colaboración del Ayuntamiento de Soria. Sale de la plaza Mariano Granados, bordea el Duero desde los Pajaritos, y vuelve al centro de la capital, con un total de 4 kilómetros.  
FECHA: 23 OCTUBRE  
HORA: A LAS 11:30 HORAS.

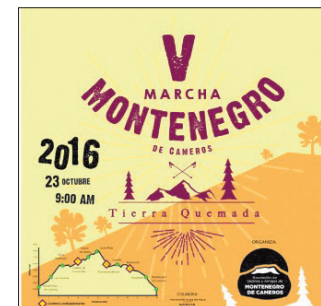
### Jornadas micológicas

Navaleno celebra los días 29 y 30 de octubre la exposición micológica y la feria de agroalimentaria, dentro del programa de las XXIV Jornadas Micológicas de la localidad pinariega.

### Espacio Lavadero

El Ayuntamiento de Almarza ofrece una nueva muestra de arte contemporáneo, en su Espacio Lavadero, un nuevo pun-

## → DE RUTAS



### Senderismo

Tierra Quemada 2016 organiza el 23 de octubre la V Marcha Senderista Montenegro de Cameros, a partir de las 9:00 horas de la mañana, con 24 kilómetros de recorrido. Las inscripciones previas son de 15 euros e incluyen camiseta y avituallamientos, mientras que las inscripciones en el mismo día ascienden a 19 euros. Para inscribirse se pueden realizar las gestiones a través del correo electrónico [avamontenegro@gmail.com](mailto:avamontenegro@gmail.com).



### Legua San Leonardo

La carrera de la Legua de San Leonardo se celebra el día 30 y, como novedad, incorpora una modalidad para ir caminando. Los inscritos deben abonar 5 euros y recibirán camiseta y comida. El acompañante puede comer por 3 euros. La inscripción puede hacerse en [www.rankingrunning.com](http://www.rankingrunning.com), antes del 28 de octubre a las 22.00. Los niños tienen una prueba no competitiva y gratuita.

Síguenos a diario en  
**SORIANoticias.com**

Y puedes consultarnos desde tu móvil con nuestras aplicaciones de Android y iOS



@sorianoticias



Soria Noticias



# castilla y león



## 1ª REUNIÓN DE LA MESA DE LAS CORTES FUERA DE VALLADOLID

SORIA acoge el próximo 21 de octubre, la primera reunión de los procuradores regionales fuera de Valladolid. La iniciativa se llevará a cabo en el Palacio de los Condes de Gómara e incluirá la sesión de la Junta de Portavoces de los distintos grupos políticos con representación en la Cámara regional.

## La Junta convoca los Premios Castilla y León 2016

EPCYL El Boletín Oficial de Castilla y León ha publicado ya la convocatoria de los Premios Castilla y León correspondientes a 2016. Estos premios tienen como finalidad reconocer la labor de aquellas personas, grupos o entidades que contribuyan a la exaltación de los valores de la Comunidad castellana y leonesa o que realizada por castellanos y leoneses, dentro o fuera del ámbito territorial de la Comunidad, suponga una aportación destacada al saber universal.

Los premios se otorgan cada año y establecen seis modalidades: de Investigación Científica y Técnica e Innovación, de las Artes, de las Letras, de las

Ciencias Sociales y Humanidades, del Deporte y de los Valores Humanos y Sociales.

Se trata de un reconocimiento sin dotación económica, pues se entrega un símbolo distintivo y acreditativo de los galardones concedidos para agradecer y dar a conocer al gran público la obra de los premiados.

Tanto las instituciones públicas y privadas, como las fundaciones, asociaciones, colegios profesionales, academias y personalidades de todo el mundo pueden hacer sus propuestas de candidatos a los Premios Castilla y León 2016. Para ello, deben utilizar el formulario 'Propuesta de candidatura Premios Castilla y León', disponible en



Delegación Territorial de la Junta de Castilla y León en Soria.

la sede electrónica de la Administración de la Comunidad de Castilla y León, y dirigirlo a la Consejería de Cultura y Turismo.

Además, se deben aportar la re-

lación de méritos del candidato y una relación de obras o publicaciones más relevantes, pudiendo acompañarse de los apoyos a la candidatura que se conciten y, en general, cuantos

documentos aporten datos relevantes e información suplementaria.

El plazo de presentación de candidaturas finaliza el 30 de diciembre de 2016.

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



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



1'49€



9

KING NUGGETS®

**POR TIEMPO  
LIMITADO**

