

PÁGINAS[®]

Cantabria Oriental

DEL ASÓN

“La intelectualidad se mide no por la inteligencia, sino por las dosis de humor que es capaz de utilizar”...Nietzsche

Próxima edición
26 de noviembre

El Ayuntamiento de Rasines movilizará un millón de euros en inversiones



Iglesia de San Andrés, en Rasines. (Foto: Ayuntamiento de Rasines).

Sigue en la página 29.

Y ADEMÁS

Colindres

El consistorio aumenta su plantilla de policía local con la incorporación de tres nuevos agentes

Página 06

Limpias

Patrimonio Cultural inicia el expediente para declarar la Torre del Reloj, como Bien de Interés Local

Página 08

SEAT
Leon
Híbrido enchufable

Colindres
Calle La Mar, 43
942 650 000

UN MODELO EXCLUSIVO para tu salón

La boutique del sofá

euroSOFAS
CONFORT - CALIDAD - DISEÑO

En la entrada de Colindres
942 67 43 07

Conservas y Soluciones
Linda Playa

PREMIOS ALIMENTOS DE CANTABRIA 2021

Desde 1960 la auténtica anchoa de siempre

Prueba la auténtica anchoa del Cantábrico con un toque de picante

Una nueva forma de disfrutar de la anchoa de siempre.

C/ Travesía La Mar, 12 COLINDRES T. 942 674 245
www.conservaslindaplaya.es

PREMIO BM SUPERMERCADOS A LA INDUSTRIA ALIMENTARIA
Sólo lo mejor de Cantabria

Cursos primeros auxilios.

Aprende a salvar vidas.

GENÉRICOS

INDICACIÓN A LOS PRIMEROS AUXILIOS (I)
Quince horas de formación con prácticas y asistencia, las técnicas más básicas de primeros auxilios.

INDICACIÓN A LOS PRIMEROS AUXILIOS (II)
Se enseñan los fundamentos necesarios para poder hacer frente a los primeros auxilios de emergencia que se deben encontrar en el día a día.

PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS
Con este curso aprenderás las técnicas esenciales de primeros auxilios, desde la Reanimación Cardiopulmonar (RCP) hasta cómo hacer un vendaje y una férula, hasta la sonda.

PRIMEROS AUXILIOS
Curso completo de primeros auxilios para conseguir la Certificación de Profesionalidad (COP) por el título de "Asesoramiento en primeros auxilios" y el reconocimiento de responsabilidad profesional.

ESPECIALIZADOS

PRIMEROS AUXILIOS EN EL ÁMBITO LABORAL
Completado en técnicas esenciales de primeros auxilios, desde la Reanimación Cardiopulmonar (RCP) hasta la sonda y férula.

FORMACIÓN INICIAL, DESFIBRILACIÓN AUTOMÁTICA EXTERNA
Con este curso te capacitará a salvar vidas utilizando un Defibrilador Externo Automático (DEA).

FORMACIÓN, RENOVACIÓN O RECICLAJE DESFIBRILACIÓN AUTOMÁTICA EXTERNA
Con este curso te capacitará a salvar vidas utilizando un DEA.

PRIMEROS AUXILIOS EN EL HOGAR
Prepara las técnicas esenciales de primeros auxilios que se aplican en el hogar para hacer frente a las emergencias.

APOYO PSICOLÓGICO EN SITUACIONES DE EMERGENCIA
En este curso aprenderás estrategias para afrontar situaciones de estrés y tensiones para evitar el estrés en casos de emergencias y accidentes.

ÚNETE A LOS GESTOS MÁS VALIOSOS



Infórmate y contrátalos en
www.cruzroja.es
902 22 22 92

Cada vez más cerca de las personas 

CENTRO DE ACUPUNTURA



**HERNIA DISCAL
CIÁTICA
LUMBAGO
CERVICAL
ARTROSIS
MIGRAÑA
TRIGÉMINO**



**ANSIEDAD
DEPRESIÓN
VERTIGO
OBESIDAD
TABAQUISMO
CÓLICO DEL BEBÉ
Y MÁS...**

LAREDO: c/ Garely de la Cámara, nº1, 1º 6

942 213 174

SANTANDER: C/ Rodríguez, nº4, 1º 8

WWW.ACUPUNTURASANTANDER.COM



DE URGENCIA Y NECESARIOS

URGENCIAS GENERALES

URGENCIAS SANITARIAS	061
EMERGENCIAS	112
POLICÍA NACIONAL	091
VIOLENCIA DE GÉNERO	016
BOMBEROS	112
TOXICOLOGÍA	915 620 420
HOSPITAL DE LAREDO	942 638 500



EL MANDO

CERRAJERÍA

24 HORAS

- Venta y reparación de puertas acorazadas
- Copia de todo tipo de llaves
- Apertura de puertas
- Mantenimiento de comunidades

URGENCIAS 24 HORAS - TEL. 666 620 224
cerrajerielmando@gmail.com
C/ Martínez Balaguer, 5 LAREDO (Cantabria)

SALUD



OFTALMOLOGÍA

DIAGNÓSTICO PRECOZ DEL GLAUCOMA

El glaucoma es una de las causas más importantes de pérdida de visión. El diagnóstico precoz es el objetivo principal del sistema sanitario dentro de la población.

El glaucoma es un daño en el nervio óptico producido por un aumento de presión intraocular.

El daño en el nervio óptico aparece normalmente después de mucho tiempo de evolución de un aumento de presión intraocular no controlada.

El glaucoma puede afectar a la visión, o pasar desapercibido hasta que está muy avanzado o afecta a los dos ojos. Cuando el glaucoma está avanzado comienza a provocar defectos en el campo visual, de manera que se conserva la visión central y se pierde la visión periférica. Esto puede afectar a actividades de la vida diaria como por ejemplo limitar la capacidad de conducir o manejar maquinaria.



El glaucoma es más frecuente en pacientes con antecedentes familiares, aumenta con la edad, en pacientes con miopía, en pacientes que toman corticoides, en diabéticos, y en pacientes operados de otras patologías oculares. Lo ideal sería poner un tratamiento antes de que se produzca el glaucoma en personas predispuestas, y con aumento de la presión ocular.

Una vez establecido el glaucoma, el tratamiento fundamental son los colirios para bajar la presión intraocular. Cuando no es suficiente, puede ser necesario realizar un tratamiento quirúrgico.

Es recomendable realizar un diagnóstico precoz en la población general realizando una exploración oftalmológica antes de los 40 años.

Dr. David De La Hera
Oftalmólogo
Nº Colegiado: 394808929

PÁGINAS

DEL ASÓN

AÑO XII - Nº 135

Octubre 2021

© Periódico Mensual · Distribución Gratuita · Depósito Legal: SA-766/2010

Publicidad y promoción: Tfno. 633 26 26 76
periodico@paginasdelason.com | www.paginasdelason.com

Edita: Bepsa / Páginas del Asón es una marca registrada: OEPM: Nº 4.093.441
Dirección: Ramón Pelayo, 16 - 39750 - bajo - COLINDRES - (Cantabria)
Colaboradores: B. García, Leire M. Herrera, D.Trueba, Ana C. López.
Maquetación: Selma C. Bonfim
Páginas del Asón: No se hace responsable del contenido de los trabajos publicados por sus colaboradores, ni se identifica con los mismos. Al mismo tiempo se reserva el derecho a rechazar cualquier texto o publicidad que considere agravante contra personas físicas, sociedades u organizaciones. Prohibida la reproducción total o parcial de cualquier información gráfica o literaria, sin autorización por escrito de este medio.
Distribuidos en: Castro Urdiales, Guriezo, Islares, Liendo, Soba, Arredondo, Ruesga, Ramales, Rasines, Ampuero, Limpias, Colindres, Laredo, Junta de Voto, Treto, Cicero, Gama, Escalante, Argoños, Santoña, Noja, Arnauero, Meruelo, Hazas de Cesto, Camargo, Medio Cudeyo, Hospital de Valdecilla, Ayto. de Astillero, Ayto. de Santander...



FISYS

"Empeñados en tu bienestar"

FISIOTERAPIA

942 61 07 78

C/ Garely de la Cámara, nº 4-6 · LAREDO

COLINDRES

Laredo conmemora el Día Internacional contra el Cáncer de Mama

D.Trueba

Laredo celebró, el 19 de octubre, el Día Internacional contra el Cáncer de Mama en reconocimiento al esfuerzo de todas aquellas mujeres que padecen o han padecido en algún momento esta enfermedad, además de hacer un homenaje a quienes han fallecido a causa de esta patología. Miembros de la AECC de Laredo y de Cantabria, diversos concejales de la corporación municipal pejina, así como los alumnos de 1º y 2º de E.S.O. del I.E.S. Fuente Fresnedo y del I.E.S. Bernardino de Escalante, se reunieron en los jardines de entrada del consistorio para conmemorar este hito, que permite visibilizar la problemática de muchas ciudadanas a nivel mundial. A su vez, el antiguo



Autoridades, integrantes de la AECC y los alumnos de Secundaria de los dos institutos de la Villa, se han congregado en los jardines del consistorio.

consistorio laredano y el actual Ayuntamiento pejino se iluminaron en color rosa, el color más representativo de esta lucha. Fue un sencillo y emotivo acto, la alcaldesa de Laredo reivindicó la vital relevancia de

la investigación y de la fortaleza del sistema sanitario a la hora de enfrentarse a la enfermedad. Además, la regidora ha puesto en valor el tesón de todas las mujeres que luchan a diario contra el cáncer y sus secuelas

sin perder la sonrisa. A su vez, la portavoz de la AECC de Laredo, Raquel Sisniega, dio lectura a una declaración manifestando su apoyo a las pacientes que continúan combatiendo esta patología.

ARGOÑOS

El municipio disfrutará del programa 'Juventud en movimiento'

El municipio de Argoños disfrutará del programa 'Juventud en Movimiento', una iniciativa dirigida a los jóvenes con edades comprendidas entre los 12 y los 17 años. El Centro Cultural acogerá el 12 de noviembre el taller de reciclaje de ropa entre las 19.00

y las 21.00 horas. Los interesados pueden formalizar sus inscripciones en Jovenmania.com. La iniciativa está organizada por la Consejería de Universidades, Igualdad, Cultura y Deporte del Gobierno de Cantabria en colaboración con el Punto de Información Europeo.

SANTOÑA

Talleres de Robótica y de animación a la lectura

Como alternativa a la semana no lectiva en los centros educativos de Cantabria, la Concejalía de Cultura, a través de la Casa de Cultura, de Santoña, vuelve a ofertar para la semana del 2 al 5 de noviembre sus Talleres de robótica y talleres de animación a la

lectura para niños de 9 a 12 años. Los talleres se llevarán a cabo los días del 2 al 5 de noviembre en horario de 10,00 a 12,00 h. Para inscribirse bastará con acudir a la Casa de Cultura de Santoña y rellenar la solicitud. Las plazas son limitadas.

NOJA

Noja se mantiene como uno de los 100 destinos más sostenibles del mundo y el único de Cantabria

Leire Herrera

La Villa de Noja ha renovado su certificación como uno de los 100 destinos más sostenibles de todo el mundo, siendo el único de Cantabria en obtener este reconocimiento al trabajo que realiza el municipio cada día para lograr un turismo responsable. En concreto, la organización ha premiado las actuaciones de recuperación y conservación del sistema dunar de la Ruta de la Costa, ubicada junto a la playa de Ris. En este sentido, el municipio ha renovado la medalla de oro del Quality Coast que certifica el atractivo, calidad y esfuerzos realizados por la sostenibilidad.

INTERIORISMO · COCINAS · BAÑOS
SOFÁS · DORMITORIOS · COLCHONES

MOBILIARIO LAMAR

Todas las tendencias...para adaptarnos a tu estilo

Avda. Europa, 26 · Colindres ☎ 942 133 425 ason@muebleslamar.com

CP Campos de Palacios
Correduría de Seguros
Enlace Campos & Palacios

Su asesor independiente de Seguros y Ahorro

- Seguros • Ahorro
- Inversión • Pensiones
- Previsión Social Complementaria

www.camposdepalacios.com
@camposdepalacios
@camposdpalacios

Colindres La Magdalena, 6 Bajo 942 30 80 99
Santander Jesús de Monasterio, 10 4º 942 28 28 31
Bilbao Elcano, 14 Entlo. Dcha. 944 34 41 52

COLINDRES

II Capítulo de la Cofradía del Bonito del norte de Colindres

“Qué bonito reencuentro”

El pasado día dos de octubre tuvo lugar el II Capítulo de la Cofradía del Bonito del Norte de Colindres, un evento muy esperado por los cofrades, dado que el año pasado no se pudo celebrar por causa de la pandemia. En esta ocasión, el encuentro tuvo lugar en el Parador Nacional de Turismo de Limpías, y si bien no pudo ser un acto del todo normalizado, ya que no se pudo invitar a otras cofradías gastronómicas que suelen acudir a los capítulos, el acto resultó solemne a la vez que entrañable y familiar.

Al evento, acudieron Marta López, Directora General de Pesca y Alimentación del Gobierno de Cantabria, Javier Incera, Alcalde de Colindres, José Luis Bustillo, presidente de la Cofradía de pescadores de San Ginés, y Roberto Gutiérrez, gerente del Grupo de Acción Costera Oriental, así como Sergio Valle Brígido, presidente de la Cofradía del Bonito del Norte de Colindres.

Tras las intervenciones iniciales se procedió a nombrar cofrade



“Una muestra de ello es el hecho de encontrar a tres generaciones de una misma familia, como por ejemplo Baltasar Bustillo “Balta”, cuya hija Vanesa y sus nietas Naia y Saray le acompañan en la cofradía”

de honor a José Basilio Otero Rodríguez, patrón, armador, y entre otros cargos, presidente de la federación nacional de cofradías

de pescadores de España. A su vez se nombró cofrade de mérito al marinero, pescadero, mayorista y sobre todo trabajador nato

Pablo Sanchez Callejo, conocido como “Pali”. Acto seguido se tomó juramento a los nuevos cofrades, diecisiete en total.

Tras la incorporación de los nuevos cofrades, en un ambiente ameno y familiar, se pasó al comedor para degustar un menú especialmente preparado para el capítulo, en el que el bonito del norte, como no podía ser de otro modo, cobró especial protagonismo.

Quedó patente tras el acto la hermandad que reina en la Cofradía. Una muestra de ello es el hecho de encontrar a tres generaciones de una misma familia, como por ejemplo Baltasar Bustillo “Balta”, cuya hija Vanesa y sus nietas Naia y Saray le acompañan en la cofradía.

Qué hermosa la unión de la gente en torno al bonito del norte, un producto que beneficia al pueblo y su entorno, y que además es un ingrediente imprescindible de nuestra gastronomía.

Tras la celebración del acto, queda una Cofradía más amplia y más unida, preparada para seguir ensalzando las virtudes del Bonito del Norte allá donde haga falta, y para recibir a nuevos hermanos y hermanas cofrades en próximas ocasiones.

VIVE LA NATURALEZA

VIAS FERRATA
BARRANCOS
CANOAS
CUEVAS

Nor3 Turismo Activo
nº Registro 9490



RESERVAS

nor3.com

942 64 66 31

606 80 80 18

Ramales de la Victoria









2 GAFAS
DE MARCA
CRISTALES INCLUIDOS

99'50
€

o 10 cuotas de 9,95€/mes

OPTICALIA LA MAGDALENA

C/ La Magdalena, 2 · COLINDRES · Tel. 942 652 016

Promoción válida del 1 de septiembre al 30 de noviembre de 2021. Las dos gafas llevarán lentes con la misma graduación, son lentes básicas monofocales blancas, sin ningún tratamiento. Graduaciones comprendidas en los rangos de Stock de los proveedores de la línea de lentes Vistasoft de Opticalia. Los rangos son Esfera. +/- 4.00 dioptrías. Cilindro. +/- 2.00 dioptrías. Las colecciones de monturas exclusivas incluidas en la promoción son: Pepe Jeans, Pepe Jeans Kids, Pull and Bear y Mango Kids. Los productos sanitarios objeto de esta promoción son conformes a las regulaciones legales UE 2017/745 y RD 1591/2009. *Financiación: El importe total adeudado y el precio total a plazos es el mismo 99.50 € (10 cuotas de 9.95 €/mes). El precio de adquisición al contado y el precio de financiación es el mismo 99.50 €. Sin intereses, TAE 0%. Promoción financiada por BANCO CETELEM S.A.U o COFIDIS S.A. SUCURSAL EN ESPAÑA o PEPPER FINANCE CORPORATION, S.L o ABANCA SERVICIOS FINANCIEROS, E.E.C., sujeta a su previa aprobación, para el producto y cliente.

COLINDRES

El Ayuntamiento incorpora tres nuevos agentes a la plantilla de Policía Local

“El objetivo final es la contratación de seis agentes en esta legislatura.”

El consistorio cubrirá dos plazas más, antes de que finalice el año, llegando a un total de seis nuevos agentes en la presente legislatura. El Ayuntamiento de Colindres ha aumentado el número de policías locales desde el pasado 1 de septiembre, cuando se incorporaron tres nuevos agentes a prestar el servicio en la plantilla municipal.

La presentación de estos agentes se realizó ayer, en los actos de celebración del día de San Miguel, Patrón de la policía. Emilio Alonso San Martín, Alejandro de la Pinta Álvarez y Álvaro Pinilla Castañeda forman parte ya de la plantilla.

En estos momentos, después de haber tomado posesión, están realizando el curso básico preceptivo, en la Escuela Regional de Policías Locales.

El alcalde, Javier Incera, ha destacado que “con la inclusión



Javier Martín, concejal de seguridad, y Javier Incera, alcalde de Colindres (c.), junto a los nuevos policías locales.

de estos tres nuevos policías en el cuerpo de policía, estamos dando cumplimiento a uno de los compromisos que nos habíamos marcado al comenzar la legislatura y que es mejorar la seguridad ciudadana del municipio y el bienestar de los vecinos”.

El Ayuntamiento de Colindres tiene prevista, antes de que finalice este año, la Convocatoria de una Oferta Pública de Empleo en la

que se sacarán dos plazas más de agente de policía que servirán para completar la plantilla.

“El objetivo final es la contratación de seis agentes en esta legislatura. El primero se incorporó por movilidad a finales del año 2019, ahora hemos contratado tres nuevos agentes y se inicia el concurso para dos incorporaciones más”, ha indicado Incera.

La celebración de San Miguel

fue el marco en el que se recibió, de manera oficial a estos tres efectivos y en el que se concedieron, como es habitual, varias distinciones.

Se entregó la Medalla de la Policía Local y Felicitación Pública al cabo José Alberto López Liaño que se ha jubilado. “Esta medalla reconoce tu lealtad, tu profesionalidad, tu implicación absoluta en el objetivo de construir

un espacio de seguridad y bienestar en el que muchas familias han podido desarrollar su proyecto de vida”, explicó el alcalde.

Un acto que sirvió también para reconocer el trabajo de varios agentes locales como Salcines Talledo, Ruiz López, Sánchez Reguero y Solana Arnaiz por acciones destacables en el ámbito de la desprotección infantil y delitos sexuales.

Además, el regidor quiso hacer un agradecimiento público a la Guardia Civil de Laredo y, en especial, a los agentes Álvarez y Villalba, por la colaboración entre ambos cuerpos y en el caso de los dos agentes reconocidos, por una acción conjunta que liberó a una persona retenida bajo su voluntad.

El concejal de seguridad ciudadana, Javier Martín agradeció “la labor de los agentes y su profesionalidad durante toda la crisis sanitaria de la covid 19”. Indicó lo positivo que será para los vecinos y vecinas de Colindres, “el aumento de efectivos en la plantilla, que conllevará la posibilidad de hacer una nueva planificación de los turnos de trabajo y con ello ampliar los servicios”.



MALMON OUTDOOR

Material técnico
de espeleología,
barrancos,
escalada,
montaña...



699 43 50 72 ☎ 645 637 102 (tienda)

www.malmon.es info@malmon.es

C/ Arturo López, 8 · ARREDONDO (Cantabria)

LAREDO

"Temporada" de la Tasca de Santoña gana el Certamen de Pinchos de Anchoa de Cantabria

Laredo celebró ayer tarde la final de la II edición del certamen regional de Pinchos con anchoa en el que una decena de establecimientos de Cantabria presentaron sus elaboraciones para lograr el primer premio, dotado con un accésit de 1.000 euros. El pincho "Temporada" del establecimiento santoñés "La Tasca" consiguió la victoria en el concurso. Aía Martínez y Eloy Ortiz recogieron el reconocimiento agradeciendo el desarrollo de la iniciativa a todos los colaboradores y en especial a la Cofradía de la Anchoa de Cantabria, como organizador del evento. "El Hojalde Pericote", de Enrique Corsini y César Muriedas, de "El Pericote de Tanos" obtuvo



"Aía Martínez y Eloy Ortiz han conseguido el primer premio en la final celebrada en el IES Fuente Fresnedo."

las otras dos menciones al pincho más innovador y a la mejor presentación. La Escuela de Hostelería de Laredo acogió el encuentro al que se presentaron varios establecimientos hosteleros de la villa pejina. El jurado estaba compuesto por Ricardo Ezcurdia, Ana Arroyo y Gabriel Argumosa, de la Academia Cántabra de Gastronomía; y Elvira Abascal, jefa de sala de "El Nuevo Molino"-local que cuenta con una estrella Michelin. La alcaldesa de Laredo, Charo Losa, asistió al evento y participó en la posterior entrega de premios junto a Ricardo Lombera, director de Formación Profesional y edil del consistorio pejino; Pedro Diego, primer teniente alcalde y Miguel González, concejal en el Ayuntamiento de Laredo. Diversos representantes de las empresas cooperantes en el concurso y numerosos participantes también asistieron a la cita gastronómica.

ARGOÑOS



Foto de Eduardo Quinoya.

Entregados los premios del Concurso de Fotografía sobre Movilidad Sostenible

Eduardo Quinoya Fernández, Mario Quintana Yunquera y Montserrat Yunquera Cano han sido los ganadores del Primer Concurso de Fotografía sobre Movilidad Sostenible con motivo de la celebración del año Europeo del Ferrocarril convocado por el Punto de Información Europeo del municipio.

Además de estos tres primeros premiados, que recibieron material de seguridad vial, los diez primeros clasificados pudieron disfrutar de un lote de artículos relacionados con la movilidad sostenible.

El Centro Cultural acogió el acto de entrega de los premios de

este concurso dirigido a jóvenes y adultos con edades comprendidas entre los 8 y los 90 años y en las fotografías han reflejado distintos momentos del ciudadano realizando una actividad sostenible en Argoños.

Cada participante presentó una única fotografía original e inédita, sin haber sido difundida ni reproducir previamente en ningún tipo de soporte.

El participante premiado se compromete a ceder los derechos de publicación para una primera edición, así como para la exposición pública en la oficina del Punto de Información Europeo que tiene lugar tras la entrega de los premios.

VOTO: DE LA GRANJA A LA MESA

JORNADA DE PRESENTACIÓN

Sábado, 30 de octubre, 19:00 h.
Antiguas escuelas de Secadura.

- Estrategia Europea «De la granja a la mesa»
- Beatriz Cárcamo Aboitiz, PIE GAL Asón-Aguera-Trasmiera
- La red «De granja en granja» de Cantabria
- Jorge Mariscal, Granja Matismas de Santa Ana
- La Jhila - Músicas de práu segáu
- Actuación musical
- Degustación de productos locales

TALLER DE COCINA KM.0

Tres sesiones, los martes 16, 23 y 30 de noviembre, 18:30 h.
Albergue El Mazo, Rada.

- Taller didáctico y participativo.
- Un grupo diferente cada sesión.
- Impartido por TAMARA ZUBILLAGA, del restaurante ROMY de Bádames.

Información e inscripciones: 669114132

Aforos limitados, uso obligatorio de mascarilla y normas Covid vigentes.

PROGRAMA SUBVENCIONADO POR

ORGANIZA

COLABORA

LIMPIAS

Patrimonio Cultural inicia el expediente para declarar la Torre del Reloj, como Bien de Interés Local (BIL)

La Vicepresidencia y Consejería de Universidades, Igualdad, Cultura y Deporte iniciará la tramitación del expediente para declarar Bien de Interés Local (BIL) la Torre del Reloj, en Limpias, dada la relevancia histórica de esta edificación para la identidad cultural del municipio.

Así lo ha avanzado el vicepresidente, Pablo Zuloaga, durante la visita realizada a este municipio, destacando que la protección de este inmueble también viene determinada por su posición dominante del territorio, lo que permite la visualización de la torre desde distintos puntos. Acompañado por la alcaldesa de Limpias, María del Mar Iglesias; la directora general de Patrimonio Cultural y Memoria Histórica, Zoraida Hijosa; y el director general de Deporte, Mario Iglesias. El vicepresidente ha comentado que la Torre del Reloj o del Otero se encuentra ubicada en un montículo elevado, lo que permite una espectacular vista de Limpias y las poblaciones cercanas de La Agustina, Carasa, Colindres o Treto.

Por otro lado el vicepresidente también ha visitado el circuito de



Zuloaga y el resto de autoridades durante la visita a la Torre del Reloj.



Las autoridades visitan el edificio Multiusos en el paseo.

calistenia, dirigido al entrenamiento con ejercicios físicos que se realizan con el propio peso corporal, que ha contado con una inversión cercana a los 18.000 euros por parte de la Dirección General de Deporte para el suministro e instalación de los aparatos. Además de favorecer y facilitar la práctica deportiva y los hábitos bio saludables entre la población, ha comentado que este circuito da respuesta a una gran demanda por parte de los jóvenes del municipio

para contar en Limpias con este tipo de instalaciones. Junto con la adecuación y preparación del terreno con la construcción de una placa de hormigón a cargo del Ayuntamiento de Limpias para el anclaje de los elementos, este circuito de calistenia consta de una triple barra de flexiones, complejo Kenguru estándar y barras paralelas estándar.

Además, la visita sirvió para seguir de cerca el tramo final del proyecto del edificio multiusos en el paseo.

El Club Piragüismo Limpias da por finalizada la temporada con la habitual comida de socios

Tras un año sin poderse realizar debido a la pandemia del Covid-19, el Club Piragüismo Limpias ha vuelto a organizar la habitual comida de confraternización como colofón a la recientemente finalizada temporada 2020/21, asistiendo a la misma 40 personas, entre deportistas y acompañantes, que disfrutaron de una amena jornada, en la que se repasó la actuación de los deportistas del club y diferentes acontecimientos y anécdotas acaecidos durante la temporada.

Hay que destacar que el Club Piragüismo Limpias comenzó la actual temporada organizando en el mes de abril de este 2021 la primera competición de piragüismo que se celebra en Cantabria desde noviembre del 2019, concretamente la tercera



Foto de familia de los asistentes a la comida de final de temporada del Club Piragüismo Limpias. Foto: Toño Ruiz Garmendia.

edición del Descenso del Bajo Asón, que resultó un éxito a nivel organizativo y el punto de

partida de una temporada, que continuó con la organización en el mes de julio de la Regata de

Verano en aguas del incomparable marco de la Ría de Limpias. En este mismo mes de julio, el Club

Piragüismo Limpias daba un salto importante en cuanto a su consolidación estrenando sus nuevas instalaciones en el paseo fluvial de Limpias, obra realizada por el Ayuntamiento de Limpias, y que sin ninguna duda va a ser un paso fundamental en el progreso y afianzamiento de este ilusionante proyecto.

El balance de la temporada en el plano deportivo evidencia la existencia de un proyecto sólido a largo el plazo. El Club ha asistido a 21 competiciones celebradas en Cantabria, Asturias, País Vasco, Galicia, Andalucía y Castilla La Mancha. Estos números son especialmente importantes y hay que destacarlos en una temporada muy afectada por la pandemia.

El Club Piragüismo Limpias cuenta en la actualidad con 84 fichas de deportistas y cuatro de técnicos, existiendo una apuesta decidida por el deporte de base, ya que cuenta en la actualidad con 27 fichas en las categorías que van de prebenjamín a juvenil.

11 AÑOS CAMINANDO CONTIGO

PÁGINAS
Cantabria Oriental
DEL ASÓN



CASTRO URDIALES

El Club Carbonero de Castro participa en la XXVI Carrera Popular Costa de Ajo



Atletas del club Carbonero.

Foto: Cedida.

El Club Carbonero Castro ha retomado el cross y las carreras populares con todas las categorías tras el parón realizado por la pandemia. La avenida principal de Ajo ha acogido en la mañana de este domingo la carrera que da pistoletazo a la temporada de cross. Muchos

nervios y emociones entre los atletas en donde desde los más pequeños a los más veteranos han participado. Hay que destacar en sub18 masculino el octavo puesto de Guillermo Veramendi seguido de sus compañeros Alex Nuño y Takuma Fernández que conseguía

finalizar la prueba a pesar de un fuerte dolor por el flato. En categoría máster María Rueda Soto ha entrado en quinta posición en una carrera rápida como se suele desarrollar en este circuito. A tod@s los Carboner@s FELICIDADES y a por la próxima!!!



Mandi Orfila, gerente de la frutería SÚPER 2000 de Castro Urdiales.

La Frutería Súper 2000 de Castro mantiene la calidad como eje del establecimiento

La Frutería Súper 2000, situada en la calle Juan de la Cosa, nº5 en Castro Urdiales, es un pequeño espacio donde Mandi Orfila, decidió desde hace más de un año y en plena pandemia, siendo un momento muy complicado para todo el país, lanzarse a este proyecto. Se trata de un establecimiento que mantiene la línea de la calidad en sus productos como eje de su consolidación en el panorama empresarial de la localidad, conseguida, además, por la fidelidad de una clientela a la que Mandi mimica casi como si estuvieran en su ambiente familiar. El crecimiento de la empresa ha ido introduciendo productos de calidad, que combinan a la perfección los precios, con la presentación de primeras marcas.

En un negocio pequeño, la única forma de mantenerse en primera línea es a través de la calidad y el servicio, junto a la contención en los precios, que son los tres aspectos con los que podemos hacer frente a la crisis y a las grandes superficies.

“Sorprendente” es la mejor palabra

que se puede utilizar para describir la simpatía con la que Mandi atiende a cada uno de sus clientes.

Una de las ventajas de La Frutería Super 2000 es que los productos se traen frescos todos los días. Es por ello, que los clientes pueden encontrarse con las cualidades óptimas de toda la gama de frutas y hortalizas. Además, la Frutería Súper 2000 se encuentra bien para el encargo de cestas de frutas personalizadas para eventos tales como aniversarios, cumpleaños, etc. Para ello, Mandi facilita un número de teléfono móvil, a través del cual se puede hacer el pedido vía WhatsApp. Este se puede recoger bien en tienda o a través del reparto a domicilio que disponen por las tardes, evitando así las colas y desplazamientos. Para el pago se puede hacer de forma fácil y segura a través de Bizum. El futuro se presenta para Mandi lleno de ideas e innovaciones, como se corresponde con su carácter inquieto y emprendedor, por trabajar constantemente y hacer lo mejor posible con mucha simpatía y un trato cercano que tanto la caracteriza, pero siempre con el criterio de calidad por delante.

ARGOÑOS

Finalizado el cambio de alumbrado y la mejora del entorno de la iglesia del Salvador

El Ayuntamiento de Argoños ha terminado los trabajos del cambio de iluminación y la mejora del entorno de la iglesia del Salvador, según anunció el alcalde, Juan José Barrietabeña (PP).

El Consistorio ha cambiado la luz interna y externa con iluminación led para conseguir ahorro energético y al mismo tiempo se enciende por la noche de forma automática. Los trabajos

se han completado con la limpieza del entorno y la eliminación de la vegetación y raíces de árboles para evitar que afecte a la base y las fachadas del edificio religioso.

Kids&Us • Castro Urdiales

📍 C/ Leonardo Rucabado, 13 • Castro Urdiales
 castro.urdiales@kidsandus.es
 ☎ 619 309 773

• Frutas • Verduras
 • Legumbres
 • Cestas de frutas personalizadas...
 Calidad y precio asequible

Crea tu propio pedido a medida... y te lo llevamos a casa

Frutería SÚPER 2000

Juan de la Cosa, 5
 Castro Urdiales

☎ 669 23 26 89

DECORA con **HIPER del MUEBLE**
al mejor **PRECIO**



Cabecero
+2 mesitas

389€



TRANSPORTE Y MONTRAJE NO INCLUIDO.



HIPER del MUEBLE
Laredo

Barrio de la Pesquera, s/n.
Laredo

7.000 m²
DE EXPOSICIÓN DE MUEBLES

942 61 11 11
942 61 12 00

NOJA



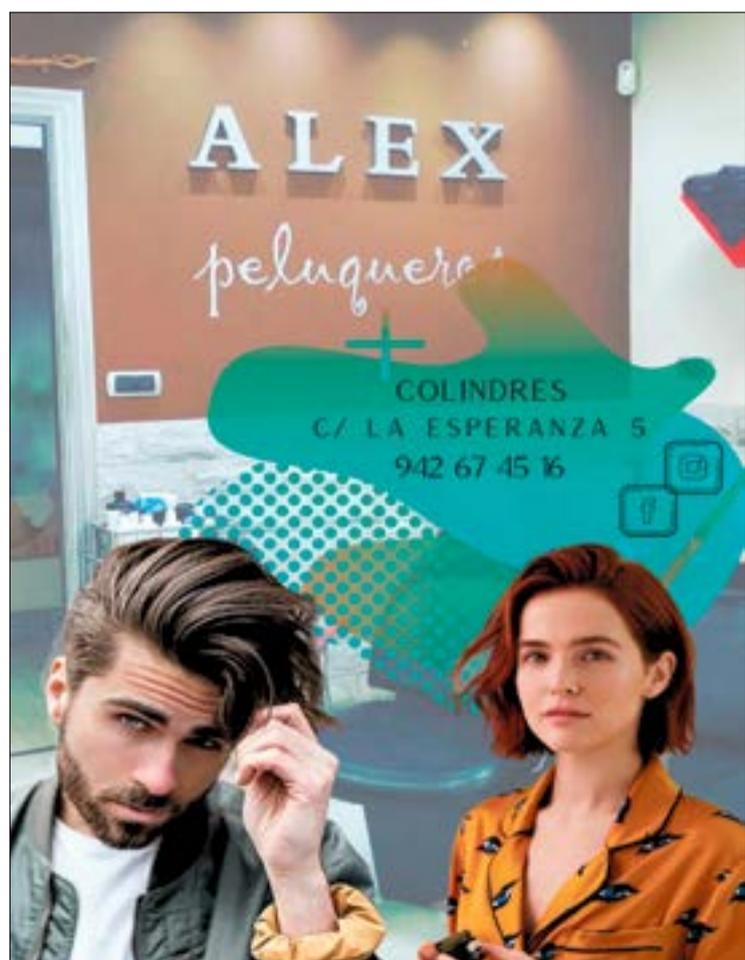
'The art of motion', de Nicolas Reusens Boden, gana el V Concurso Internacional de Fotografía 'Fotonoja'

Éxito de asistencia y organización de la V Feria de Internacional de Ecoturismo Econoja

Leire Herrera

La V Feria Internacional de Ecoturismo 'Econoja', celebrada del 1 al 3 de octubre, acogió entre sus actividades la entrega de premios del V Concurso Internacional de Fotografía 'Fotonoja', al que se habían presentado más de 3.000 imágenes procedentes de más de 22 países, todo un éxito de participación que se suma al éxito que ha registrado Econoja desde su inauguración.

El ganador absoluto de esta edición ha sido 'The art of motion', de Nicolas Reusens Boden, fotografía que también ha resultado ganadora en la categoría Mundo de las Aves. Como ha señalado el alcalde, Miguel Ángel Ruiz Lavín, tanto Econoja como Fotonoja "se han consolidado a nivel nacional e internacional" en los circuitos especializados de ecoturismo y fotografía. Una roca, fueron ganadores de la categoría Naturaleza de Noja.



APYMECO · COLINDRES

APYMECO organiza el viernes 5 de noviembre la "Fiesta de la Magosta"



La Asociación de la Pequeña y Mediana Empresa de Colindres (APYMECO), organiza el próximo viernes 5 de noviembre la "FIESTA DE LA MAGOSTA", que se celebrará en la Plaza de la Esperanza, a partir de las 18:00 horas hasta las 21:00 horas. Se repartirán a los asistentes 90 kilos

de castañas de las fruterías asociadas a APYMECO. Los asistentes a la fiesta obtendrán una ración gratuita siempre y cuando hagan entrega de las papeletas que se darán de forma gratuita en los establecimientos de Apymeco participantes. Aquellos asistentes que no tengan papeleta y quieran recibir una ración lo podrán hacer entregando 1€ por ración.

La entrega de las papeletas empezará el 26 de Octubre y terminará el 5 de Noviembre en los establecimientos de Apymeco participantes. La fiesta de la Magosta se trata de una nueva iniciativa para estimular la actividad comercial del municipio.

- ✓ Generamos empleo
- ✓ Colaboramos con la actividad local
- ✓ Brindamos calidad y trato personalizado
- ✓ Mantenemos vivo nuestro pueblo
- ✓ Contribuimos al crecimiento local

SOCIOS APYMECO 2021

- A Dúo Atelier
- Academia Británica
- Acuario Cervecería
- Admin Loterías nº1
- Alex Peluqueros
- Alianza Ocio
- Anacar
- Anati Estética
- Aramar Moda infantil
- Área 3 Servicios Inmobiliarios
- Arruque
- Ason FM
- Atenea Moda Colindres
- Audifonorte
- Auto Lavandería Speed Queen Colindres
- Aviones de papel (Baby & kids)
- Bar Ana
- Bar Chade
- Bar Doblos 2
- Bar La Mar
- Bar La Venta
- Bar Las olas
- Bar Límite
- Bar Piscis
- Becover Estilistas
- Blanco Hogar
- Boreal
- Cafetería Galicia
- Cafetería La Calzada
- Cafetería Remolino
- Cafetería Westfalia
- Campos de Palacios
- Carnicería Rafa
- Carnicería Yolanda
- CEMSA
- Centro de Estética Desirée
- Centro de Estética María Aranguren
- Centro Óptico colindres
- Cycling Vallina Skyrun
- Dasser
- D' Punta en Blanco
- Dehogares
- Deporte c-22
- Echevarría Servicios Empresariales e Inmobiliarios
- Ecothe. Velez Instalaciones
- El Paladar
- El Rincón de María
- El Tablón
- E-Main Espacio Crestivo
- Enmarcaciones Zubieta
- Estrymens
- Eurosofás
- Farmavalle
- Fer Cano Barber Shop
- Ferretería Cantabra
- Ferretería El Regalo del Hogar
- FisioFemfit
- Frutería Disfruta Colindres
- GLS Colindres (Empresa de paquetería)
- Gráficas Incera
- Guacamola
- Haira
- Hospedería Asador "El Puerto"
- Hotel Restaurante Montecarlo
- Informática PC Ruiz
- Intimo Due
- J&M
- Jelcal Floristería
- Joyería Carmen Villa
- Juanje, Las2conJ
- JVM Cocinas
- Kit. Red
- La Frutería
- La Jaula
- La Tahona
- Ler Librerías
- Librería El Rincón de Pili
- LUCIA'S
- Magia Estilistas
- Mapfre San Ginés
- Más Fragancias
- MJ Estética
- Mobiliario Lamar
- Modas Margot
- Moras
- Moras-2
- Multihogar Decoración
- Óptica la Magdalena
- Oxford
- Pastelería Delices
- Peluquería Almudena
- Peluquería Canina Keni
- Peluquería Carbel
- Peluquería Código Estilistas
- Peluquería Imagen
- Peluquería Paula Moll
- Perfumería Mila
- Periódico Páginas del Asón
- Piccola
- Pizza Chef
- Positive Coach Academy Academy
- PYB Administración Eugenia Pascual
- Regalos Alicia Zubieta
- Remaes Jamonerías
- Rubén González Osteopatía
- Salón de belleza Glamour
- Salón de belleza Mari Carmen
- Salón de Juegos La Magdalena
- Sastre Modisto Morales
- Sister's
- Sister's kids and Teen
- Suministros Hostelería Ojáncano
- Supermercados Subigar (Covirán)
- Susana Nails
- Taberna Ka-Buddha
- Talleres Hercos Colindres
- Tuister Juguetería
- Tuister Carnaval
- Tyché
- Ventolín
- Vila Abogados
- Zapatería Araitz
- Zapatería Bolboreta
- Zapatería S&S

La magosta

APYMECO

ASOCIACIÓN DE LA PEQUEÑA Y MEDIANA EMPRESA DE COLINDRES



Ambientación musical
Actuaciones

*"Si no llueve en agosto, no hay magosto.
Agua de agosto, ni buen vino ni buen magosto".*

**VIERNES, 5 DE NOVIEMBRE
DE 18 A 21H.
PLAZA DE LA ESPERANZA**

Consigue GRATIS tu ticket en comercios asociados



Síguenos!

Colindres, Centro Comercial Abierto



www.comerciocolindres.es

organiza:



colaboran:



Colindres
pueblo 10



**GOBIERNO
de
CANTABRIA**

Consejería de Innovación, Industria,

NOJA

Éxito de organización y de público del espectáculo sobre las olas con el III 'Noja Motosurf Series'



El francés Hugo Goirre se ha proclamado ganador de esta tercera edición en la que las acrobacias y la competición han deleitado a cientos de espectadores

D.T.
El III 'Noja Motosurf Series', evento de jet ski organizado por el Ayuntamiento de Noja y CDE Noja Motosurf celebrado en la playa de Ris.

Una prueba a la que han asistido centenares de personas, confirmando el éxito de organización y público de esta tercera edición en la que alrededor de 65 riders de España, Francia, Costa de Marfil, Brasil y México han realizado diferentes pruebas de exhibición y competición, convirtiendo la Villa en la capital internacional de esta

prueba deportiva. Goirre, que ya fue campeón en la primera edición de 2019, ha estado acompañado en el podio por los Riders Romain Coureau y Jordan Larrousse, ganador de la segunda edición.

Como ha señalado el alcalde, Miguel Ángel Ruiz Lavín, el éxito de esta prueba deportiva "confirma su consolidación dentro de la variada oferta de actividades que ofrece Noja", convirtiéndose en una "cita obligada no solo para los amantes de estas carreras de jet ski, sino para todos aquellos que disfruten del espectáculo sobre las olas".

El regidor ha felicitado al ganador y a los participantes de la prueba, algo a lo que se ha sumado la concejala de Deportes, Blanca Corral, que ha destacado el "esfuerzo que estos riders han hecho para estar compitiendo en aguas nojeñas", en un momento en el que viajar "todavía tiene muchas trabas por la situación actual".

Así, ha subrayado el "carácter especial de este deporte que combina competición y exhibición", logrando que "pilotos y espectadores compartan la emoción de los saltos sobre el oleaje de la playa de Ris".

CASTRO URDIALES



Los ciudadanos del municipio cuentan con un servicio de mediación familiar para la resolución de sus conflictos

D.T.
La ciudadanía del municipio de Castro-Urdiales cuenta de nuevo con el Servicio de Mediación Familiar que se prolongará hasta el día 1 de Enero de 2022.

El horario de atención ciudadana será los viernes con cita previa de 10:00 a 14:00 horas en la C/ Melitón Pérez del Camino, 1, 2º Izq. Para ello disponemos de un teléfono de contacto 698970465 y un email: mediacioncastrourdiales@amecan.org

Esta iniciativa nace con el objetivo de ayudar a resolver conflictos familiares, como procesos de separación y/o divorcio, conflictos

intergeneracionales (padres/adolescentes; cuidadores, dependientes/familiares), conflictos entre miembros de la unidad familiar, utilizando la herramienta de la mediación como método para alcanzar acuerdos satisfactorios que contemplan las necesidades de las partes.

El Servicio de mediación correrá a cargo de AMECAN (Asociación de Mediación de Cantabria), entidad que viene desarrollando una intensa labor de divulgación y sensibilización en la materia de mediación, así como implantando y gestionando otros servicios municipales de mediación en la región. Las mediadoras, seleccionadas por la

Asociación de Mediación de Cantabria AMECAN, serán las encargadas del Programa de Mediación Familiar y proseguirán con actividades de divulgación y sensibilización para dar a conocer el servicio y fomentar así la "Cultura de la Paz" entre los vecinos de Castro-Urdiales.

Se pretende potenciar la participación de los implicados en la resolución de sus conflictos, evitando posibles procesos contenciosos, restableciendo la comunicación e intentando que se reduzcan o rebajen los costes económicos y/o emocionales así como la propia duración en el tiempo.

TOLDOS Y PERSIANAS



abys

**TOLDOS
PERSIANAS
MOTORES SOMFY
MOSQUITERAS
VELUX**

**CORTINAS
ESTORES
VENECIANAS
PANEL JAPONÉS
VERTICALES**



C/ La Mar, 31 • Colindres (Cantabria) • Telf. 942 650 466 • www.abyspersianas.com

NOJA



Molino de las aves de Noja.

Foto: Páginas.

El Molino de las Aves de Noja crece como referente del ecoturismo internacional

D.Trueba

El Molino de las Aves de Noja, motor del ecoturismo en el municipio, recibió durante la época estival cerca de 5.000 visitantes, confirmando su atractivo y su relevancia dentro de la estrategia turística de la Villa.

En concreto, 4.835 personas visitaron esta instalación, una cifra que supera los datos registrados en el año prepandemia de 2019, consolidando de este modo, además, la vuelta a la normalidad en Noja y el regreso de los aficionados a la ornitología y el turismo medioambiental.

Como ha señalado el alcalde, Miguel Ángel Ruiz Lavín, estas cifras se suman a la “gran repercusión internacional que ha tenido Econoja”, que ha acogido en su quinta edición celebrada el primer fin de semana de octubre

a miles de visitantes de todo el mundo, tanto profesionales como aficionados.

Es por esto que Ruiz Lavín ha subrayado la “importancia de trabajar para que el Molino de las Aves se mantenga como el motor del ecoturismo”, así como “desarrollar una estrategia como la que pone en marcha el Ayuntamiento” para que “Noja siga siendo un destino sostenible”.

Por otro lado, los datos señalan que alrededor de 1.000 visitantes eran menores de edad, que acudieron tanto para conocer el contenido del Molino de las Aves como para participar en alguna de las actividades realizadas en este entorno, vinculadas todas ellas a la observación de las aves y la biodiversidad de los humedales en los que se encuentra, y que forman parte del Parque Natural de las Marismas de Santoña, Victoria y

Joyel. Para el concejal de Medio Ambiente, Javier Martín, los datos confirman que el Molino de las Aves “sigue siendo un atractivo turístico y medioambiental tanto en España como en el resto del mundo”, y ha destacado la importancia de la Feria Econoja en el “impulso de la Villa como referente del ecoturismo”.

En este sentido, ha señalado la “importancia del Molino tanto por su atractivo turístico como por su importancia en la concienciación medioambiental”, acogiendo no solo una exposición sino “diferentes actividades enfocadas a aprender a respetar nuestro entorno”.

La instalación acoge a lo largo del año numerosas actividades, todas ellas vinculadas con la sostenibilidad, la naturaleza y la conservación del Medio Ambiente.

HAZAS DE CESTO

El municipio presenta la cuarta edición de su concurso fotográfico

Leire Herrera

El Ayuntamiento de Hazas de Cesto ha presentado el IV Concurso de Fotografía que tendrá lugar desde el lunes 25 octubre y se extenderá hasta el próximo 1 de diciembre, ambos inclusive, una iniciativa que tiene como objetivo promover la cultura y el patrimonio del municipio.

Uno de los requisitos necesarios para poder concursar es que las obras deben guardar relación con la cultura, patrimonio, paisajes y escenas cotidianas o festivas del municipio de Hazas de Cesto.

Los ganadores obtendrán un obsequio y su fotografía será incluida en el calendario 2022 que realiza el Ayuntamiento desde

hace años, además, al igual que en otras ocasiones, se elegirán otras cinco piezas ganadoras que formarán parte de la promoción institucional del municipio para Feria Internacional de Turismo (FITUR).

En este sentido, ha explicado que los interesados deben enviar las fotografías a la cuenta de correo electrónico hdecesto@gmail.com, cada aspirante puede competir con hasta un máximo de 6 piezas. Otro de los requisitos es que las fotografías no pueden ser manipuladas con programas informáticos ni deben contener marcas de agua. Cada aspirante contará con un máximo de dos premios dentro del máximo de fotografías que se pueden presentar.

ARGOÑOS

El pleno aprobó la mejora desde el Barrio de Jado a Santiuste

El Pleno del Ayuntamiento de Argoños, que preside el alcalde, Juan José Barruetaña, aprobó el proyecto de acondicionamiento del barrio de Jado a Santiuste que supone la cuarta fase de la mejora de la zona del Rivero.

Con un presupuesto de 261.300 euros, la Consejería de Obras Públicas, Ordenación del Territorio y Urbanismo del Gobierno de Cantabria financiará el 70 por ciento y el Ayuntamiento de Argoños correrá con los gastos

del 30 por ciento restante. El plazo de ejecución es de cuatro meses y la actuación contempla la pavimentación del camino, el cambio de la iluminación, la eliminación de los cables aéreos referentes a electricidad y telefónica, así como los postes de hormigón y su posterior soterramiento. El proyecto se contempla con la colocación de barandillas de madera, de tal forma que se creará un anillo verde en esta zona del municipio.

LAVANDERÍA PUENTE

- Limpieza y encerado Barbour
- Precios especiales a Restaurantes y Casas Rurales
- Limpieza en seco, Todo tipo de prendas
- Alfombras, Edredones, Cortinajes
- Limpia y Regenera Ante/Cuero

C/ Doctor Velasco s/n - 39770 Laredo - 942 60 57 64
 C/ Meliodoro Fernández, 10 bajo - 39750 Colindres - 942 68 32 56
 C/ Javier Echevarría, 15 - 39700 Castro-Urdiales - 942 86 28 76

www.tintoreria-colindres.es

CALIBRACIÓN DE SISTEMAS ADAS

CICERO CARLUNAS
LUNAS PARA VEHÍCULOS

Carretera General ,634 (Edificio aula 14) Cicero

942 61 65 53
Siguenos:

LAREDO

El ayuntamiento pondrá en marcha una ludoteca del 2 al 5 de noviembre



Centro Cultural de Argoños.

Foto: Páginas.

D.Trueba

El Ayuntamiento de Argoños pondrá en funcionamiento una ludoteca entre los días 2 y 5 de noviembre coincidiendo con el periodo no lectivo en los colegios y con el fin de que los vecinos compaginen la vida laboral y familiar.

La iniciativa está dirigida

a los niños empadronados en el municipio y con edades comprendidas entre los 4 y los 12 años.

Las plazas son limitadas, motivo por el que los interesados deberán inscribirse en el colegio Pedro Santiuste o en el Ayuntamiento de Argoños entre los días 13 y 29 de octubre y en horario de

9.00 a 14.00 horas. La ludoteca tendrá lugar en el Centro Cultural y la pista polideportiva cubierta en horario de 8.00 a 14.00 horas. La temática estará basada en Halloween y los niños disfrutarán de photocall tenebroso, gimkana fantasma, juegos terroríficos y talleres monstruosos.

LAREDO



Daniel Majcen, propietario de Drones Cantabria.

Drones Cantabria, un futuro de altos vuelos

Drones Cantabria es una empresa dedicada a los servicios de Grabaciones y fotografías aéreas con Drones en todo el territorio español, para eventos deportivos, culturales y sociales, cumpliendo todas las condiciones de vuelo exigidas por la Agencia Estatal de Seguridad Aérea (AESA).

Basta con fijarse para caer en la cuenta de que paulatinamente el ojo se nos va acostumbrando a espectaculares imágenes aéreas realizadas con drones. No sólo en la publicidad, también los vemos cada vez más a menudo en vídeos institucionales, retransmisiones deportivas, eventos culturales, celebraciones, y un largo etcétera. Y es que la utilización de drones para la filmación de imágenes aéreas marca realmente la diferencia, sobre todo por la espectacularidad y belleza que muestran las tomas desde el cielo.

Los drones proliferan, de eso no cabe duda, pero la cosa no es tan sencilla como pueda parecer. No todo el mundo puede volar un dron cuando y donde quiera, sin incumplir la ley. Para comprender mejor el mundo de los vuelos con dron fuimos a visitar a Daniel Majcen, propietario de la empresa Drones Cantabria “Recientemente, a principios de este

año, ha entrado en vigor una legislación muy estricta que exige la obtención de las diferentes licencias y permisos antes de que cada dron emprenda su vuelo”, dice Daniel, austriaco de nacimiento y residente en Laredo desde hace casi tres décadas.

“Cada uno de mis drones tiene su seguro, y cada vuelo que realizan está perfectamente delimitado y descrito en el plan de vuelo que se adjunta a la hora de solicitar el permiso”.

Daniel comenta la gran dificultad que supone obtener estas licencias y permisos -tuvo que estudiar más de tres mil hojas de contenido para ajustarse a la nueva legislación- “y sin ayuda de ningún tipo, sin un plan de estudios o una guía, porque entonces no lo había”. Aunque también sostiene que “está bien así, es como tiene que ser”, ya que una legislación estricta aporta más seguridad al cliente. Sobre el futuro, Daniel opina que “será lo que tenga que ser. Por ahora tenemos bastante trabajo y esperamos tener más”. Y es que las imágenes obtenidas con drones son un símbolo de los nuevos tiempos, una renovada forma de mirar lo que nos rodea, y todavía está en pleno proceso de implantación.

LAREDO



Autoridades e integrantes de los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado.

Foto: Páginas.

Laredo conmemora la Fiesta Nacional de España y la festividad de la Virgen del Pilar

La alcaldesa de Laredo, Charo Losa, ha incidido en la relevancia de tener presente el sentimiento de convivencia que une a todos los españoles frente a cualquier confrontación. El Ayuntamiento de Laredo ha celebrado hoy la Fiesta Nacional de España y la festividad de la Virgen del Pilar, patrona de la Guardia

Civil con una misa solemne y un posterior acto institucional poniendo en valor la labor de los Cuerpos que preservan la Seguridad del Estado y las Fuerzas Armadas. Al terminar la liturgia, la alcaldesa de Laredo, Charo Losa, y el alcalde de Colindres, Javier Incera, han destacado la vital importancia de tener presente el

sentimiento de convivencia que une a todos los españoles frente a cualquier confrontación. A su vez, el capitán de la Guardia Civil ha agradecido a los integrantes de los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado su compromiso salvaguardando el bienestar del país. Tras los breves discursos, ha tenido lugar una ofrenda floral

en homenaje a los caídos por la Patria. Numerosos miembros de la Guardia Civil, de la Policía Local y de la corporación municipal pejina han asistido al encuentro, así como el Patrón Mayor de la Cofradía de Pescadores San Martín, César Nates. La coral Canta Laredo ha amenizado la celebración, entonando entre

otros temas el himno de la Guardia Civil. La doble conmemoración de hoy aúna la devoción a Nuestra Señora del Pilar cuyo patronazgo se celebra desde hace 108 años, tiempo de advocación mariana especialmente del Benemérito Instituto Armado de la Guardia Civil, y la importancia del Día de la Fiesta Nacional, que simboliza la presencia y pervivencia del Estado social y democrático de Derecho como elemento definidor de los derechos y obligaciones, así como garante de las libertades de los residentes en España conforme a la Constitución de 1978.





Abrígate y abriga tu hogar en...

D'punta en Blanco



La Magdalena, nº 23
Colindres

☎ 942 650 870







Opinión

Actividad volcánica: pasado, presente y futuro

El pasado 19 de septiembre entró en erupción uno de los volcanes que están en actividad en nuestro país; concretamente, en la isla de La Palma, una de las siete islas que componen el archipiélago volcánico de las Islas Canarias. A día de hoy, aún sigue expulsando lava y los geólogos tampoco pueden predecir cuándo dejará de emitir material volcánico: lava, gases, rocas o cualquier otro producto piroclástico, como las cenizas.

Las islas Canarias, al igual que otras islas existentes en el mundo, por ejemplo, Azores o Hawai, surgieron hace millones de años a partir de erupciones volcánicas en el fondo de los océanos; concretamente, las islas Canarias tienen una edad máxima de 15-20 millones de años (Lanzarote y Fuerteventura), mientras que la de La Palma y el Hierro (con actividad volcánica en 2011), surgieron hace 1-2 millones de años.

En otros lugares de España también se localizan rocas de origen volcánico, indicando la presencia de actividad volcánica en algunos momentos de la historia del planeta (Girona, islas Columbretes, Ciudad Real, Cabo de Gata, etc.), hoy en día actividad extinta. Por tanto, el proceso que hoy se observa en La Palma, e incluso en otras partes

del mundo, es una actividad natural en la Tierra y, junto a otros procesos, permite que nuestro planeta siga funcionando como lo que es, un planeta vivo.

Durante este tiempo, la sociedad española, y también la del resto del mundo, ha podido conocer de primera mano cómo funciona nuestro planeta y, específicamente, cómo actúan los volcanes. A raíz de la erupción del volcán Cumbre Vieja, muchas personas se han visto atraídas por la la vulcanología y la sismología, disciplinas de la Geología. Asimismo, y dado que dicha actividad volcánica ha generado un importante desastre natural en esta isla, provocando gran cantidad de pérdidas económicas, además de cambiar la vida de los principales afectados, nos ha sensibilizado a todos sobre uno de los peligros potenciales que afectan a nuestro planeta. Por otro lado, gracias al conocimiento que hoy se tiene y a la existencia de científicos que se dedican a estudiar este tipo de procesos, se ha podido avisar a la población que habitaba el lugar, y se ha evitado la pérdida de vidas humanas. Esto afirma la



idea de que es importantísimo invertir en conocimiento con el fin de afrontar éste u otros peligros.

Uno de los procesos ligados a esta erupción es la actividad sísmica asociada, la cual también permitió conocer con antelación que el volcán podía entrar en erupción, como así ocurrió. Los terremotos o sismos que se producen habitualmente en todo el mundo, tienen su origen en el interior terrestre, en el manto y en la corteza terrestres.

Esos terremotos se producen a diferentes profundidades, pudiendo alcanzar los 800 kilómetros de profundidad. Sin embargo, aquéllos que ocasionan mayores daños son los que tienen su foco o hipocentro en zonas superficiales, a escasos kilómetros bajo nuestros pies. En La Palma, debido a que el magma está buscando lugares para salir al exterior, está ejerciendo una fuerte presión y está generando sismos a varias profundidades; unos se están produciendo a unos 30-40 km, mientras que otros se están manifestando a 10-15 km, lo cual indica distintas posiciones del material magmático. Debido a que no son profundidades muy superficiales se estima

que no son terremotos muy peligrosos, salvo que su foco se aproxime más a la superficie.

Por todo ello, es importante para nuestra sociedad el conocer y valorar el medio que nos rodea. Pero, sobre todo, debemos aprender a cuidarlo, ya que, como se está viendo a nivel mundial, nacional o local, todas nuestras acciones tienen sus consecuencias sobre el medio natural.

La iniciativa que lidera la Mancomunidad de Municipios Sostenibles de Cantabria junto a la Universidad de Cantabria y varios municipios y entidades de la comarca, con el proyecto de Geoparque Valles de Cantabria, constituye una oportunidad para que la población descubra, entre otros aspectos, la Geología del territorio, una disciplina bastante olvidada en los currículos educativos.

En algunos puntos de nuestro entorno, afloran rocas de origen magmático, con un origen ligeramente diferente al aquí comentado; pero eso sí, tuvo lugar hace más de 210 millones de años.

Jaime Bonachea Pico
Profesor Titular
en Geología de la
Universidad de Cantabria

SANTOÑA

Más árboles autóctonos para Santoña

La labor de casi medio centenar de voluntarios, durante la mañana del pasado sábado, dio como resultado la plantación de 130 nuevos árboles autóctonos con los que se mejora la dotación arbórea de la parcela municipal que la Asociación Cultural Bosques de Cantabria restauró en 2014.

Precisamente esta Asociación ha sido quien ha organizado esta jornada de reforestación, en colaboración con el Ayuntamiento de Santoña, dentro del programa PROVOCA del Gobierno de Cantabria.

La zona de actuación es bien conocida por Bosques de Cantabria que, hace 7 años, desarrolló en ella un exitoso proyecto de restauración ambiental que supuso la profunda transformación de la parcela municipal situada junto al Club de remo de Santoña, que hasta ese momento era un vertedero de residuos totalmente colonizado por vegetación invasora, especialmente plumero



Autoridades, junto al grupo de voluntarios ambientales.

Foto: Páginas.

de las Pampas. A lo largo de estos años han sido varias las ocasiones en las que Bosques de Cantabria ha vuelto a intervenir en esta parcela para hacer labores de seguimiento y mantenimiento, que han facilitado el afianzamiento en el terreno de los casi mil árboles allí plantados, los cuales han adquirido un porte que,

hoy en día, permite ya disfrutar de un nuevo y acogedor espacio arbolado en Santoña donde se reproducen las características de la vegetación de un encinar Cantábrico, la formación forestal más característica del Parque Natural de las Marismas de Santoña, Victoria y Joyel en el que se encuentra enclavado. En esta ocasión,

se actuó en la zona más próxima a la marisma, donde el éxito en el arraigo de los árboles plantados en su día había sido menor y, por tanto, requería la reposición de los árboles malogrados.

Esta tarea fue llevada a cabo con entusiasmo por un nutrido grupo de voluntarios ambientales que, dando

evidentes muestras de compromiso medioambiental y convenientemente dirigidos por los monitores de Bosques de Cantabria, realizaron el trabajo con una gran precisión técnica. Entre estos voluntarios, se encontraban varios miembros de la corporación municipal, encabezados por el alcalde, quienes compartieron trabajo y herramientas con el resto de los participantes, aportando su granito de arena para el éxito de la jornada. Bosques de Cantabria tiene programadas para este otoño otras actuaciones de reforestación, tanto dentro de PROVOCA, como de REFORESTA, un programa exclusivo de esta Asociación, con el objetivo común de incrementar la masa forestal de nuestros montes como método eficaz para luchar contra el cambio climático. Cualquier persona u organización interesada en participar en alguno de estos programas, puede ponerse en contacto con la Asociación Cultural Bosques de Cantabria, donde podrán recabar toda la información que requieran.

FIGUERO

PELUQUERÍA ESPECIALIZADA - CENTRO CAPILAR
HOMBRE Y MUJER

ESPECIALISTAS EN PRÓTESIS CAPILARES
Y PELUCAS ONCOLÓGICAS



PELO PARA TODOS



VISÍTANOS Y DESCUBRE
EL SISTEMA PERSONALIZADO FIGUERO
Y RECUPERA TU IMAGEN



Antes



Después



Antes



Después

CITA PREVIA: 636 048 387

NUEVA DIRECCIÓN Amós de Escalante 6 (junto al Ayuntamiento) - 942 21 56 26

Avenida Calvo Sotelo 1. Solares - 942 52 30 41 - www.peluqueriasfiguero.com

LAREDO · SALA RÚAS

La Sala Rúas abre una exposición con la obra del pintor Marco Echevarría

La Sala Rúas de Laredo, situada en plena Puebla Vieja, abre una nueva exposición de la obra del pintor y arquitecto Marco Echevarría, titulada 'tierra, piedra, alma'. La exposición permanecerá abierta del 29 de octubre hasta el próximo 21 de noviembre.

M.Echevarría

Hace unos días comencé a leer "El Infinito en un Junco", de Irene Vallejo. En el prólogo, la escritora habla de la incertidumbre y la dificultad de comenzar a escribir un libro, de enfrentarse a esa primera página en blanco. Utiliza una cita de Marguerite Duras, "Escribir es intentar descubrir lo que escribiríamos si escribiésemos". Yo estaba centrado en la lectura; sin embargo, al leer esa frase, mi cerebro inmediatamente desconectó y traslado dicha reflexión a mi experiencia con la pintura. Pensé, ¡es exacto! ¡eso es exactamente lo que me ocurre a mi cada vez que comienzo una obra! Una vez pensado el tema, la composición, terminado el

dibujo... puedo hacer 200 pruebas de color, o retoques del dibujo, o cualquier excusa que se me ocurra, a veces durante varios días, hasta que empiezo a pintar; y cuando comienzo, lo hago con una timidez que casi me avergüenza. No tengo ni idea de a dónde voy, del camino a seguir. Sé lo que quiero transmitir, pero no me atrevo a empezar. Es siempre como una primera vez. En esta exposición muestro obras de los últimos años que no han sido expuestas nunca, y que abarcan los grandes temas que me inspiran. Podrían ser un resumen de los motivos en que se centra mi trabajo: naturaleza, arquitectura, retratos. El total lo componen 16 obras.

Tierra: muestra mi modo

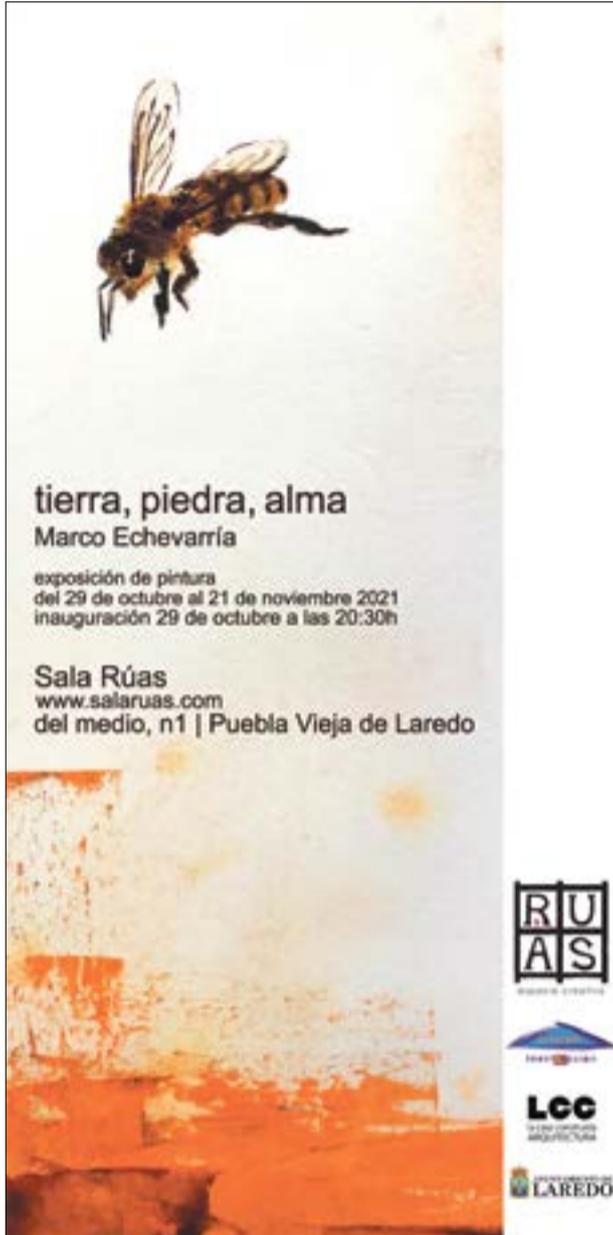
de acercarme a la naturaleza, casi siempre son detalles, fragmentos de elementos naturales y de mis propias sensaciones; yo solo, al aire libre.

Piedra: lo componen 5 obras con las que he participado en el Certamen de Pintura al Aire Libre "Puebla Vieja de Laredo", organizado anualmente por la Asociación de Amigos del Patrimonio de Laredo, 3 de ellas han sido generosamente cedidas por la Asociación para esta ocasión, ya que forman parte de su colección al haber sido premiadas en otras tantas ediciones; una de ellas con el premio absoluto; dos de ellas con el premio al mejor artista laredano.

Estos dos primeros bloques parecen contradecir lo explicado en el primer

párrafo, pero no es así. Pintar rápido no me cuesta cuando me "endemonio". Sin embargo, en todas estas obras, a pesar de estar pintadas algunas de ellas en un solo día, el resultado viene determinado en las últimas horas de trabajo. Y me cuesta una barbaridad. El trabajo mental es extenuante.

Alma: lo forman una serie de retratos de personas a quienes conozco muy bien, muy cercanas. Supongo que es una obviedad decir que trato de expresar su personalidad. Si ellos se identifican en cierta medida en el gesto, en su expresión, en su mirada, ya me doy por satisfecho. Decir en su "alma" sería demasiado pretencioso, pero como título, queda bonito.



FUNERARIA

La Propicia

FUNDADA EN 1900

Desde 1900 al servicio público de Cantabria

SERVICIO PERMANENTE

942 323 242 • 608 737 353

www.funerarianereo.es

LAREDO: Avda. de los Derechos Humanos, 36
Telf. 942 61 23 23

CASTRO: Silvestre Ochoa, 2
Telf. 942 86 13 13

MEDIO CUDEYO

El X Aniversario del Centro Cultural nos trae el I Concurso Literario de poesía



Leire Herrera

Llevamos 10 años cerca de ti...¿Te vienes a celebrarlo?

Con el objetivo de generar un espacio permanente de creación literaria donde la ciudadanía potencie el gusto por la escritura y la lectura, la concejalía de Cultura del Ayuntamiento de Medio Cudeyo organiza este certamen para lograr que el Centro Cultural Ramón Pelayo llegue a ser referente de estas iniciativas.

Las obras podrán ser enviadas del 24 de octubre, coincidiendo con

la conmemoración del Día Internacional de la Biblioteca, hasta el 25 de noviembre. Habrá dos categorías, general y especial: Categoría general: destinado a todas las personas participantes.

Primer premio: 290 € y diploma literario. Segundo premio: 200 € y diploma literario. Categoría especial: Premio reservado para la ciudadanía de medio cudeyo. Primer Premio: 150 € y diploma literario.

Segundo Premio: 100 € y diploma literario. El fallo del Jurado se dará a conocer el día 3 de diciembre de 2021.

Jessica J.C. conde
estilistas

PELUQUERÍA ESTÉTICA

Avda. Oviedo, 11
local A. Bloque 2
SOLARES

942 520 499

CHALET EN MERUELO

peña INMOBILIARIA
685 78 65 59

3 Habitaciones
3 plantas con jardín

164.900 €

www.aquitucasa.es
Bº Piedrahita, 13 bajo (Argoños)

ASTILLERO

Astillero celebrará el Día de la Bici con una ruta familiar

El domingo 7 de noviembre se pondrá en valor la práctica en bicicleta con un recorrido sencillo y apto tanto para adultos como para niños.

Astillero celebrará el Día de la Bici con una ruta familiar que partirá desde el templete del parque de la Orconera a partir de las 11:00 horas y que seguirá un recorrido apto para todas las edades y niveles. Además, se realizarán sorteos de bicicletas y otros regalos una vez finalizada la ruta.

La cita cumplirá con todas las medidas sanitarias y de



higiene, y será obligatorio el uso de mascarilla durante la salida, el avituallamiento, la llegada y los sorteos.

Asimismo, será de uso obligatorio el casco de protección sobre la bici. Esta actividad pretende

poner de manifiesto los beneficios de la práctica en bicicleta, a la par que supone una alternativa de ocio para disfrutar en familia por diversas zonas verdes y carriles bici del municipio.

Alejandro Hoz, concejal de Deportes de Astillero, asegura que "al haberse diseñado un recorrido muy sencillo y no demasiado extenso, es una buena oportunidad para realizar esta actividad en familia". "También será una perfecta ocasión para recorrer en bici las zonas verdes de nuestro municipio y disfrutar de los espacios naturales tan diversos con los que contamos en Astillero", añade.

TAXI IÑAKI

633 06 11 16

Colindres (Cantabria)

taxijoseignaciocolindres@gmail.com

NOCHES CON CITA PREVIA

PCR INFORMATICA

Reparación y venta
Servicios informáticos
Diseño de páginas web
Diseño de equipos a medida

Tfno. 942 68 29 65
646 32 12 24
E-mail: info@pcruiz.es
https://www.pcrui.es

C/ Santander Nº13 Bajo
39750 Colindres Cantabria

@informaticapcruiz
@pc_ruiz
@pcruizinformatica

Aramar
moda infantil

Tallas de 0 a 16 años

Juan de Herrera, 2
Colindres
Tel. 942 650 051

TALLER DE REPARACIÓN

LA STRA
TEAM BIKES

CASTRO URDIALES
C/Juan de Mena, 6
942 783 909

ACCESORIOS
VENTA DE BICICLETAS

www.lastrateambikes.com

LAREDO · ASTILLERO



Escolanía y Coro Juvenil Aila de Laredo.

Cantemus y la Escolanía y Coro Juvenil Aila de Laredo amenizarán los próximos conciertos de las Jornadas Corales

Leire Herrera

Las XXIII Jornadas Internacionales de Música Coral vivirán dos días consecutivos de música con las actuaciones del coro húngaro Cantemus y la Escolanía y Coro Juvenil Aila de Laredo. Los días 29 y 30 de octubre la parroquia de San José se llenará de música a partir de las 20:45 horas en dos conciertos con entrada libre hasta completar el aforo máximo permitido.

Los primeros en actuar serán Cantemus, agrupación húngara dirigida por Denes Szabó que presentará en Astillero un repertorio en el que se encuentran las más bellas obras del canto a capella, desde canto gregoriano hasta creaciones contemporáneas. Se trata del coro de la Escuela

Primaria Zoltán Kodály de Nyíregyháza que más premios acumula en sus vitrinas, entre los que destacan el Premio de la Fundación para las Artes de Hungría (1989) y el

“Es un lujo poder contar en nuestro municipio con agrupaciones internacionales”

Premio Bela Bartok (1993). Por su parte, la Escolanía y Coro Juvenil Aila de Laredo ha participado en varios festivales corales nacionales e internacionales y ha sido coro piloto en los Cursos de Inmersión Coral de la Universidad de Cantabria. Nacida de

la necesidad de crear una escuela coral para jóvenes que comienzan a cantar, fomenta valores como el trabajo en equipo, la solidaridad y el desarrollo de las emociones a través de la música.

La unión entre la Escolanía y el Coro Juvenil ha dado como resultado un grupo de jóvenes que, con la directora Samara Oruña a la cabeza, comparten su pasión por la música y la transmiten al público en cada una de sus actuaciones. Afirmó Cristina Laza, concejala de Cultura. “Es un lujo poder contar en nuestro municipio con agrupaciones internacionales que han querido venir a conocer nuestro pueblo y ofrecernos su repertorio, como también lo es poder disfrutar de la calidad vocal de grupos de nuestra propia comunidad autónoma”.

SANTOÑA

El Santoñés Agustín Garay se proclama campeón de España de Yolas



Agustín Garay (c.). junto a su tripulación.

El remero santoñés Agustín Garay ha logrado la medalla de oro en la categoría de veteranos en el Campeonato de España de Yolas con el Club Náutico de Luanco (Asturias).

Garay formó parte de la tripulación junto a Ernesto

López Martín, Antonio Gómez Escudero, Bernardo García Carreño y el timonel Yago Rueda Carrilero.

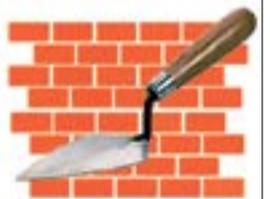
Sobre una distancia de 1.000 metros, Luanco completó el recorrido en un tiempo de 5:10,43, seguido por el Real Club de Regatas

de Alicante con 5:11,93 y la Sección Deportiva de la Universidad de Alacant con 5:13,55

Alicante acogió este Campeonato de España, donde en la categoría de veteranos compitieron doce embarcaciones.

ALBAÑILERÍA

Hnos. Carballo, S.L.

CONSTRUCCIONES EN GENERAL
TODOS LOS GREMIOS

EXPOSICIÓN DE AZULEJOS Y BALDOSAS

C/ La Real, nº19 - La Pesquera - LAREDO

Móviles: 629 430 076 - 686 547 678

Tfno. /Fax: 942 611 053 hnoscarballo@gmail.com

Precio
53.000 €
Primera planta
1 habitación
Salón · 1 Baño
Cocina y una bonita terraza. Amueblado
Céntrico · Con buenas vistas. ¡Ven a verlo!

APARTAMENTO en Ramales

SERVICIOS INMOBILIARIOS
RAMON

659 168 396
942 678 438

www.inmobiliariaramon.com

La Trastienda
de Liendo

Productos Gourmet
Típicos de Cantabria y España

Bº Hazas
(Plaza del Ayuntamiento)
Liendo (Cantabria)

608 535 765



Notas de salud

Dr. Juan Carlos
Fernández Obregón
Nº Colegiado: 484802680

Prevención y cuidados de las enfermedades respiratorias

En las épocas de otoño e invierno que vamos a pasar, existe una alta posibilidad de que podamos padecer enfermedades respiratorias. La temporada de gripe está próxima a comenzar y con el Covid aún presente, el escenario de salud pública puede ser complicado.

Diversos problemas respiratorios dan casi siempre síntomas comunes, que debemos identificar junto con el proceso respiratorio que lo origina.

Los más padecidos son:

Tos. Suele desaparecer en dos o tres de semanas, pero si es persistente debe consultarse al médico. La tos es un fenómeno reflejo de defensa de las vías respiratorias, ante la presencia de partículas irritantes.

Expectoración, flemas o secreciones mucosas, del tramo respiratorio inferior. El color de la flema, blanca, verde o amarilla tiene diferentes significados causales.

Estornudos y picor de nariz. El estornudo es también un mecanismo de defensa frente al polvo o alérgenos, por rinitis o inflamación de la mucosa nasal.

Silbidos y presión en el pecho, por



estrechamiento de las vías respiratorias pequeñas, generalmente provocados por bronquitis, asma y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

Estos síntomas y otros más, varían según cada persona y las diferentes patologías respiratorias. Frecuentemente estas enfermedades del aparato respiratorio las producen microorganismos como virus, bacterias, alergias, gases tóxicos y ambientes de humedad, favorecidos por el frío y los cambios de tiempo.

Aproximadamente una de cada cuatro consultas de los niños en Atención Primaria se relacionan con los síntomas respiratorios.

Estas enfermedades respiratorias afectan

a más del 20% de la población y, las más frecuentes que se presentan en nuestro medio son: El resfriado común y gripe, que son procesos habituales en casi todas las personas. La faringitis y amigdalitis que provocan el conocido dolor de garganta, entre otros síntomas acompañantes.

La rinitis, con congestión nasal, picor y estornudos. La sinusitis, a veces por complicación del resfriado, o la rinitis. El asma, con dificultad respiratoria, que comparte su aparición y clínica con muchas alergias desconocidas; así sucede en el 90% de los niños y casi en el 60% de los adultos. La neumonía por afectación de los alveolos pulmonares.

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), donde el tabaquismo es su principal causa, además de la bronquitis, siendo un proceso grave. El enfisema, con dificultad respiratoria, incluso en reposo; causado por el tabaco, contaminación del aire, polvo de sílice y carbón, etc. El temible cáncer de pulmón, tercer tipo de cáncer más frecuente. Consejos de prevención:

Las enfermedades respiratorias no se

pueden prevenir totalmente, pero siempre es posible evitar algunos de los problemas asociados. Deben extremarse en el enfermo, las costumbres y hábitos que por higiene ayudan a mantener sano el aparato respiratorio.

Es deseable destacar las siguientes medidas: Realizar la ventilación diaria de todos los ambientes, al menos 15 minutos.

Evitar espacios poco ventilados, concurridos y contaminados.

No visitar ambientes de tabaco, dejando de fumar. Entre el 85 a 90% de los enfermos respiratorios son fumadores.

Guardar la distancia apropiada con las personas, usando la mascarilla en zonas cerradas, con vapores tóxicos o poco aireados.

Lavarse las manos con frecuencia

Los procesos gripales este invierno, pueden causar problemas por la relajación de estas medidas preventivas.

Aunque el proceso de respirar sea automático, el evitar las enfermedades respiratorias está en nuestras manos.

La prevención es necesaria, no perdamos la alerta.

NEUMÁTICOS · DIRECCIONES
SUSPENSIÓN · FRENSOS · ENGRASE

FIRSTSTOP

Neumáticos · Aceites-Filtros · Frenos · Amortiguadores · Baterías · Escapes

Neumáticos Casas, S.L.

Ctra. General s/n. CICERO
Tfno: 942 64 22 67

AENOR

COPSESA

- Construcción
- Obra Civil
- Edificación
- Ingeniería
- Energía
- Movimiento de tierras
- Concesiones
- Diseño
- Explotación

www.copsesa.com

López Dóriga, 15 Polig. Mies de San Juan 39600 Camargo · Tel. 942 26 22 44
Alcalde Domingo Gómez Maza, s/n 39800 Ramales · Tel. 942 67 85 03

Damos vida a tu sueño de ser madre

Centro Médico quironsalud

Calle Ribera Botica Vieja, 23 · 48014 Bilbao Vizcaya T.944 396 062

COPE CANTABRIA

Líderes

NOJA



Galardonados, autoridades y representantes de la Cofradía de la Nécora.

Éxito del IX Festival de la Nécora de Noja, que finaliza con un maridaje de nécora y vinos cántabros

D.Trueba

Durante los tres días del Festival más de 7.000 personas han disfrutado y participado de las diferentes actividades programadas como parte de esta edición. La última de estas actividades ha sido un maridaje de diferentes platos con la nécora como protagonista y vinos de Cantabria.

Dicho maridaje ha estado dirigido por Floren Bueyes, presidente de la asociación de Cocineros de Cantabria, y Alfonso Fraile, presidente de Sumilleres de Cantabria.

En concreto, Floren Bueyes ha preparado un changurro de nécoras que ha estado maridado con el vino La Viña, de la bodega Viña Carmina. Tras esto, la crema americana de nécoras ha estado acompañada por una botella de La

Viga, de la bodega Viña Carmina. El tercer plato del showcooking ha sido una marmitécora maridada con un Ribera del Asón, de la bodega Vidular, terminando el evento con un arroz con nécoras y algas, acompañado de un vino de bodega Casa Cayo.

Posteriormente, los asistentes al evento han podido degustar tanto las recetas preparadas por Floren Bueyes, recopiladas de cocineros de Cantabria, como el maridaje de los vinos elegidos por Alfonso Fraile.

El alcalde de Noja, Miguel Ángel Ruiz Lavín, ha asegurado que “un regreso como este para el Festival de la Nécora, que el año pasado no pudo celebrarse por las restricciones de la pandemia, es un motivo de orgullo para todos los que han hecho posible dar este primer paso hacia la nueva

normalidad”. Un regreso cuya guinda ha sido “este maridaje tan especial de un producto de nuestras costas con vinos de Cantabria” de la mano de “dos nombres tan reconocidos de la gastronomía cántabra como Floren Bueyes y Alfonso Fraile”.

Por eso, ha afirmado que “este noveno Festival de la Nécora va a ser recordado como uno de los más emotivos”, no solo por los actos y los premios entregados durante el fin de semana, sino porque “entre todos hemos logrado, con nuestro esfuerzo y nuestra responsabilidad, que recuperemos este evento”.

Por último, este último día del IX Festival de la Nécora ha vuelto a contar con el Mercado Top Gourmet en el que más de una decena de empresas han expuesto y vendido productos de la más alta calidad y característicos de

Cantabria durante todo el fin de semana.

Premios Nécora

El Festival de la Nécora, en su edición de 2021, entregaba en la tarde noche del sábado día 16 los Premios Nécora, que han reconocido la difusión, la promoción y el impulso de la sostenibilidad en la gastronomía.

Esta edición ha nombrado Embajador de la Nécora al director y presentador del programa de TVE ‘Aquí la Tierra’, Jacob Petrus. Junto a él, han sido premiados La Gallofa & Co., Nieves Alonso Hazas, la revista ‘Comer en Santander’, Inazio Nieva, el chef Chele González, el chef Sergio Bastard, la periodista y escritora Rosa Rivas, el repostero Joseba Arguiñano y su programa de televisión ‘Historias a bocados’,

que emite EITB; la Guía Repsol por su premio ‘Sol Sostenible’, y el programa ‘MasterChef’ y su productora Shine Iberia.

Cofrade de Honor

Además, esta edición ha acogido el III Capítulo de la Cofradía de la Nécora, que ha nombrado al chef Jesús Sánchez, tres estrellas Michelin y tres soles Guía Repsol con su restaurante Cenador de Amós, Cofrade de Honor, uniéndose así a una lista que integran el chef Miguel Cobo, el periodista Fernando Jáuregui y el coreógrafo Javier Castillo ‘Poty’.

Junto a él, han sido nombrados Cofrades de Mérito el Colegio de Enfermería de Cantabria, la Agrupación de Protección Civil de Noja, la Policía Local de Noja, el periodista Julio Fernández y la deportista Carlota Fernández.

VITALDENT
Queremos verte sonreír

CASTRO URDIALES
Calle Javier Echeverría, 3
942 86 27 50

- 📍 Más de 350 clínicas en toda España.
- ★ Más de 1800 profesionales.
- 👤 Más de 7,5 millones de pacientes.

Programa de salud para tratamientos de cirugía dental con garantía del 100% hasta el 2021/2022. Incluye el programa Total de Implantología. No incluye el coste de anestesia, ni el coste de los materiales de laboratorio. Tratamiento sujeto a prescripción médica. Consulta los términos de los tratamientos en el sitio web Vitaldent España. Teléfono: 902 280278

Más de 30 años llenando el mundo de sonrisas

20%
en implantología*



¡No lo dejes escapar!



NOJA

¡Rompe el hielo y a patinar!

D.Trueba

La pista de hielo cubierta de Noja, ubicada en la bolera municipal, abrirá sus puertas este próximo viernes, 29 de octubre, convirtiéndose en la única instalación de este tipo que podrá utilizarse desde esta fecha y durante las siguientes semanas antes de la época navideña.

En concreto, la inauguración se realizará a las 18:00 horas, estando abierta ese viernes hasta las 21:00 horas. Durante los siguientes tres días, sábado 30 y domingo 31 de octubre, y lunes 1 de noviembre (Fiesta de Todos los Santos), la pista de hielo tendrá el horario habitual de mañana y tarde, que será de 11:30 a 14:00 horas y de 17:00 a 21:00 horas.

Como novedad, además, esta instalación que une deporte y ocio va a permanecer abierta durante todos los días por la mañana de la primera semana de noviembre, del 2 al 5, coincidiendo con los días no lectivos de los alumnos y alumnas de Cantabria. Esto permitirá que los menores puedan acudir de 11:30 a 14:00 horas, gracias al convenio de



Pista de hielo de Noja en 2020.

colaboración que han firmado el Ayuntamiento, la Asociación de Comerciantes y el Patronato Municipal de Cultura y Deporte de la Villa.

A partir de ese viernes 5 de noviembre la pista de hielo continuará abierta en horario habitual todos los fines de semana, los viernes únicamente por la tarde y los sábados y domingos durante todo el día. Con la llegada de la Navidad volverá a tener una apertura diaria durante toda la

semana, permaneciendo así hasta el 7 de enero de 2022.

De este modo, Noja será el único municipio de Cantabria que contará con una instalación de este tipo antes de las tradicionales fechas navideñas, ampliando su “oferta deportiva y de ocio no solo para los vecinos de la Villa, sino para todos aquellos que quieran acercarse a disfrutar de este espacio ideal para grandes y pequeños”, ha señalado el alcalde, Miguel Ángel Ruiz Lavín.

HAZAS DE CESTO

El municipio instala nuevas luminarias led en diferentes barrios

D.T.

El Ayuntamiento de Hazas de Cesto ha colocado nuevas luminarias en diferentes barrios del municipio, ampliando así su red de alumbrado público a través de la colocación de farolas inteligentes con tecnología led y están dotadas de alimentación solar para mejorar la eficiencia energética.

En esta ocasión, se han instalado en la localidad de Beranga dos puntos de luz en el barrio La Iglesia y otro en Liegra; en Hazas de Cesto se suma dos puntos en El Rincón; y para finalizar en Praves se ha colocado un punto en el barrio La Vía.

Estas farolas están dotadas de alimentación solar y cuentan con sensores que detectan la presencia de objetos, elementos que mejoran la eficiencia energética y el tránsito peatonal.

Según ha asegurado el alcalde, Alejandro Llano, esta actuación

realizada con fondos propios “se suma” al trabajo que viene realizando el Ayuntamiento desde la pasada legislatura y “permite ahorrar hasta un 60% del consumo energético” a la par que “dotar al municipio de infraestructuras eficientes y sostenibles”, ha explicado el regidor.

También, ha recordado que en el mes de julio se instalaron tres puntos de luz en el barrio El Carite, uno en Conforta, Toca, La Estación y otro en en el paso de peatones de la rotonda de Beranga, en otra intervención, además, se amplió el alumbrado desde el barrio Los Corrales a la Portilla.

Asimismo, Llano Martínez ha mencionado que desde el año 2019 el municipio cuenta con todo su alumbrado público con tecnología led y ha añadido que el ahorro que conlleva el uso de este material permite la realización de mejoras en el término municipal.

ASTILLERO

Las empleadas de la atención domiciliaria, homenajeadas por su labor durante la pandemia

Leire Herrera

Las empleadas de atención domiciliaria fueron homenajeadas en un emotivo acto celebrado en la Sala Bretón para reconocer su esfuerzo y gran labor prestada en los momentos más críticos de la pandemia. La empresa Clece, prestadora del servicio de atención domiciliaria en el municipio, quiso reconocer y agradecer el trabajo de sus empleadas, así como su dedicación durante toda su larga trayectoria en la ayuda a las personas dependientes.

En el acto, las empleadas asistentes recibieron la enhorabuena no solo de los responsables de la entidad, sino también de los miembros de la corporación municipal. A todas ellas dedicaron unas palabras de agradecimiento y un reconocimiento en forma de diploma en un emotivo evento que puso en valor la difícil tarea a la



Soberón, alcalde de Astillero, junto a las trabajadoras del servicio de atención domiciliaria.

que tuvieron que enfrentarse en los meses en los que la pandemia

COVID azotó el municipio con mayor fuerza.

Javier Fernández Soberón, alcalde de Astillero, quiso

agradecer “en nombre de las familias a las que ayudan cada día y de todo el pueblo”, el trabajo de unas “mujeres que siempre dieron un paso al frente, demostrando una gran profesionalidad y compromiso con las personas vulnerables”.

“Son un ejemplo de generosidad y de vocación, demuestran pasión por su trabajo y destacan por el trato humano haciendo felices a muchos de nuestros vecinos”, añadió el edil. “Os colocasteis la capa a la espalda y os convertisteis en heroínas”, aseguró, en referencia a los momentos más duros de la pandemia.

Asimismo, Laura Cantero, delegada de la zona noreste de Clece, se mostró “orgullosa de contar con vosotras en una empresa que suma 78.000 compañeros y que ayuda a más de 160.000 personas”. “Lo que habéis hecho es impagable, ya que habéis estado presentes en momentos en los que nuestros mayores ni siquiera podían ver ni abrazar a sus propias familias”, reconoció.

MANCOMUNIDAD DE MUNICIPIOS SOSTENIBLES

Cita en Santoña con el deporte inclusivo

El próximo día 6 de noviembre a partir de las 17:00 horas en el Pabellón municipal Miguel Solano de Santoña dentro de la semana Europea del Deporte (SED) y con la colaboración del Ayuntamiento de Santoña, toda la población tendrá la oportunidad de aprender a manejar una silla de ruedas de la mano de Juan Félix García Barril, Campeón

del Mundo y de Europa de baloncesto en silla de ruedas y después jugar un partido de foorhand. El Foorhand, fútbol adaptado para personas con movilidad reducida, es un deporte que ofrece, no sólo un ocio de calidad, sino una oportunidad para que toda la sociedad comparta esta actividad, sin barreras de ningún tipo.



Ruta de la Dama Roja en Ramales de la Victoria.

Continúan las actividades de la Escuela Taller

Durante los meses de septiembre y octubre, desde la Escuela Taller de la MMS Promoción de Espacios Naturales y Geoturismo III, se han organizado una serie de georutas guiadas gratuitas con objeto de contribuir al conocimiento de la riqueza natural y el patrimonio geológico y cultural de algunos de los lugares de interés geológico (LIGs) de la candidatura a Geoparque Mundial de la UNESCO Valles de Cantabria.

Dichas actividades, en las que han participado más de 25 personas, tienen por objeto

completar la cualificación profesional del alumnado que han realizado la conducción de los grupos de participantes inscritos así como la interpretación del patrimonio natural y cultural presente en el recorrido, del certificado de profesionalidad de Guía de Itinerarios de Baja y Media Montaña”.

Además, durante el mes de octubre se ha realizado el curso de formación transversal Aguas Vivas en Ríos y Barrancos” con objeto de ampliar los contenidos del certificado de profesionalidad

“Guía por Barrancos Secos o Acuáticos que se está impartiendo. De esta forma se pretende contribuir a la futura inserción laboral del alumnado mediante la obtención de la certificación internacional WRT-REC de Rescue 3 Europe.

La Escuela Taller está subvencionada por el Servicio Cántabro de Empleo con una tasa de cofinanciación media del 91,88% con cargo a los recursos de la Iniciativa de Empleo Juvenil que incluye una asignación específica del Fondo Social Europeo.



Actividad de gimnasia senior en Voto.

En el marco de la SED, durante el mes de octubre se han realizado también en los municipios de Voto y Ampuero un total de 8 talleres de gimnasia de mantenimiento Senior, que han contado con la participación de 20 personas, con el objetivo de fomentar la buena salud y la calidad de vida de las personas de edad más avanzada,

mejorando la movilidad y la capacidad respiratoria.

Dichas actividades se desarrollan con ayuda de una subvención concedida por el Gobierno de Cantabria, a través de la Dirección General de Fondos Europeos, en el marco del proyecto Punto de Información Europea de la MMS: Efemérides 2021”.

CORRES CON UNAS ZAPATILLAS HECHAS CON LA BOTELLA DE LA QUE BEBES MIENTRAS



CORRES CON UNAS ZAPATILLAS HECHAS CON LA BOTELLA DE LA QUE BEBES MIENTRAS

Recicla más.
Mejor.
Siempre.

En la economía circular, cuando reciclas, haces que los residuos se conviertan en nuevos recursos. Recicla latas, briks y envases de plástico en el contenedor amarillo.




El poder de la colaboración



MANCOMUNIDAD DE MUNICIPIOS SOSTENIBLES

¡En marcha con buena energía!

El viernes 29 de octubre, en el mercado de Colindres, celebraremos la Semana Europea de la Energía Sostenible habilitando un stand sobre clima y energía, destinado no sólo a informar a la sociedad sobre la temática abordada, sino para que puedan plasmar sus opiniones y expectativas en el mural No hay planeta B. Del 25 al 29 de octubre se celebra la Semana

Europea de la Energía Sostenible bajo el hastag #EUSEW2021, con el objetivo de concienciar a la sociedad con actividades y acciones que giran alrededor del uso eficiente de la energía y de las energías renovables, con especial énfasis en el papel clave que juega la ciudadanía en la transición energética justa e inclusiva. Infórmate, participa e implícate en la gestión de la

energía que utilizas en tu día a día. Consigamos hacer realidad esta nueva cultura de la energía.

Esta acción se desarrolla con ayuda de una subvención concedida por el Gobierno de Cantabria, a través de la Dirección General de Fondos Europeos, en el marco del proyecto Punto de Información Europea de la MMS: Efemérides 2021".

Actuaciones del servicio de mantenimiento de espacios públicos

Durante los meses de septiembre y octubre se ha continuado con la realización de diversas actuaciones de limpieza, desbroce y prevención, control y erradicación de especies exóticas invasoras en los municipios de la Mancomunidad.

El proyecto se encuentra

subvencionado por el Servicio Cántabro de Empleo a través de la Orden EPS/37/2020, de 23 de diciembre, del programa de colaboración con las corporaciones locales de Cantabria para la inserción laboral de personas desempleadas en la realización de obras y servicios de interés general y social.



Actuaciones ejecutadas en Ampuero.

ASTILLERO

La ludoteca organiza un campus con temática Halloween durante el parón lectivo

D.Trueba

Los días 2, 3, 4 y 5 de noviembre se impartirán una serie de talleres de juegos, manualidades, disfraces o cuenta cuentos, entre otros, para menores comprendidos entre los 3 y los 12 años. Los horarios, siempre de mañana, serán también flexibles, con dos franjas diferentes para elegir: de 10:00 a 13:30 horas o de 8:00 a 15:00 horas.

El campus cumplirá con todas las medidas COVID-19 y contará con plazas limitadas hasta los 18 alumnos.

Podrán optar a participar los niños y niñas empadronados en el municipio cuyos padres/tutores trabajen en el horario del servicio y, en caso de que quedan plazas libres, se permitirá el acceso a menores no empadronados y/o escolarizados en el término municipal. Cristina Laza, concejala de Educación, ha

destacado la "respuesta positiva de nuestros vecinos ante este tipo de iniciativas, que consideramos un servicio esencial para las familias". "Como cada semana no lectiva, queremos facilitar la conciliación familiar con diversas actividades, que en este caso, al coincidir en fecha, tendrán una temática de Halloween", ha señalado.

Al igual que en las anteriores ocasiones, "los monitores están formados y la ludoteca municipal cuenta con espacios muy amplios y diseñados para el disfrute de los más pequeños", ha remarcado la edil.

Será obligatorio realizar inscripción previa en el Almacén de las Artes, en horario de lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas y los sábados de 10:00 a 14:00 horas; así como en el teléfono 942 07 70 65 o vía email a través de info@almacendelasartes.com.

GEO RUTAS
NOVIEMBRE 2021

12/11/2021
Cueva del Valle (Rasines)

19/11/2021
Acantilados de Arnúero (Arnúero)

26/11/2021
Monte Buciero (Santoña)

INSCRIPCIÓN
Tel. 942 627 008
puntosinfo@municipiosostenibles.com
https://geoparquevallesdecantabria.es

Inscripción previa y uso de mascarilla obligatorio.

Subvencionado por el Servicio Cántabro de Empleo

HALLOWEEN
LUDOTECA DE CONCILIACIÓN
LA FINCA DEL INGLÉS

El Ayuntamiento de Astillero, a través de su Concejalía de Educación, Cultura y Juventud ha elaborado, como ya viene siendo habitual durante los periodos de vacaciones escolares, un programa de actividades lúdicas, artísticas y educativas en la Ludoteca Municipal "Finca del Inglés", con la intención de facilitar a las familias la conciliación de la vida laboral y familiar en estas fechas.

ACTIVIDADES
Talleres de juegos, manualidades, disfraces, cuenta cuentos...

FECHAS
2, 3, 4 y 5 de noviembre

EDADES
Desde los 3 - 4 años (1º curso de Educación Infantil)
Hasta los 12 años (6º curso de Educación Primaria)

HORARIOS TALLERES
Opción 1
de 10:00h a 13:30h.
Opción 2
de 8:00h a 15:00h.

Opción 1 (empadronados) 1 día 7€ - 4 días 26€
Opción 1 (no empadronados) 1 día 10€ - 4 días 36€
Opción 2 (empadronados) 1 día 10€ - 4 días 36€
Opción 2 (no empadronados) 1 día 12€ - 4 días 46€

Plazas limitadas

Criterios de admisión
1º/ Niños y niñas empadronados en el municipio cuyos padres/tutores trabajen en el horario del servicio.
2º/ Si hay plazas disponibles niños y niñas no empadronados en Astillero que estén escolarizados en el municipio y cuyos padres/tutores trabajen en el horario del servicio.
3º/ Si hay plazas disponibles niños y niñas que no estén empadronados en Astillero ni escolarizados en el municipio cuyos padres/tutores trabajen en el horario del servicio.

SANTOÑA

El municipio organiza un taller de iniciación a la informática

D.T.

A partir del 9 de noviembre de 2021, el Telecentro de la Casa de Cultura de Santoña organiza un taller básico de Iniciación a la Informática. Está dirigido a personas adultas y se impartirá los martes, miércoles y jueves: de mañana (de 10,30 a 12,00 h.) y miércoles y viernes por la tarde (de 17,30 a 19,00 h.). Con una duración de 12 horas y un precio de 35 euros. En el taller se iniciará a los participantes en el manejo del ordenador, del teclado y del ratón, nociones sobre almacenamiento (disco duro interno/externo, memoria USB, CD-DVD), sobre el entorno Windows y nociones básicas del procesador de textos Word y de Internet. Podrán informarse e inscribirse en la Casa de Cultura de Santoña.

CASTRO URDIALES

El programa 'Españam' llega al municipio para dar a conocer su cultura y gastronomía

Leire Herrera

Castro Urdiales protagonizó el pasado 9 de octubre, el programa 'Españam' con el fin de "dar a conocer nuestra cultura y nuestros platos tradicionales".

Es lo que ha señalado la titular de Turismo, Rosa Palacio, quien desde la Concejalía ha promovido la participación de la ciudad en el programa "dentro del plan de promoción en canales multimedia".

Según Palacio, 'Españam', que se emite en las principales plataformas digitales, como OrangeTV, Jazztel, MásMóvil, Euskaltel, Roku... ha dado a conocer las posibilidades turísticas de Castro Urdiales", y además, ha contribuido a ampliar la visibilidad online de la marca #CastroUrdiales", favoreciendo así "tanto el volumen de tráfico en la red, como una mayor interacción con los usuarios".

Para la concejala de Turismo,



Foto promocional de productos gastronómicos locales.

se trata de una "oportunidad muy beneficiosa para el sector turístico" de Castro Urdiales, puesto que

el programa "tiene un alcance global" que posibilita que "nuestro patrimonio inmaterial y cultural,

tan rico, variado y valorado, llegue a todos los rincones del planeta".



Electricidad



Ropa laboral



Fontanería



Construcción



Jardinería



Ferretería

Castro Urdiales · POLÍGONO LA TEJERA, 1-2 ·3

castrogres
GRUPO **GAMMA**



www.castrogres.com

942 87 10 45

RASINES

D.T.

El Pleno del Ayuntamiento de Rasines aprobó una modificación presupuestaria por importe de un millón de euros para inversiones con los votos a favor del equipo de gobierno (PRC-PP) y el voto en contra de la oposición (PSOE). El Pleno aprobó movilizar 1.002.522,10 € para realizar diferentes inversiones en el municipio. El Ayuntamiento destinará para este fin 739.598,51 €, a los que se sumarán 262.923,59 € de subvenciones del Gobierno de Cantabria. Entre las actuaciones que se contemplan financiar se encuentran la cubierta del Pista Polideportiva del colegio, cofinanciada al 50% con la Consejería de Educación, y la construcción de un Centro de Día, espacio multiusos, plaza pública y aparcamientos en el barrio de La Gerra, en la parcela donada frente a la Farmacia, que también contará con la colaboración de la Consejería de Obras Públicas.

En dicha sesión se ha aprobado



Iglesia de Rasines.

Foto: Ayuntamiento de Rasines.

El municipio movilizará un millón de euros en inversiones

destinar 355.000€ para la adquisición del edificio de El Palacio de El Cerro, que albergará un proyecto ambicioso: el Centro de Emprendedores, que contará con el apoyo de la Consejería de Industria y permitirá facilitar la creación de nuevas empresas

mediante el asesoramiento y la puesta a disposición de instalaciones, reteniendo el talento del municipio, así como atrayendo otros nuevos. Es una iniciativa orientada a la creación de empleo que permitirá seguir luchando contra el despoblamiento en el

municipio. También se destinarán 42.000€ para reparaciones de caminos y se abordará el cambio de filtro de la

ETAP de Villaparte para mejorar la calidad del agua, así como inversiones en el alumbrado público del barrio de Fresno.

Mención especial requiere también la partida destinada al asesoramiento para la elaboración de la Ordenanza Fiscal reguladora de la Tasa por Aprovechamiento Especial de los Bienes de Uso Público Titularidad del Municipio de Rasines por las Instalaciones de Transporte y Distribución de Energía Eléctrica, gas, Agua e Hidrocarburos, una tasa que permitirá obtener unos ingresos extra al Ayuntamiento en años sucesivos. El alcalde, Sergio Castro, valora positivamente estas inversiones que nos permitirán mejorar nuestros servicios básicos a la par que afrontamos proyectos de calado para el futuro del municipio. Estas inversiones han sido posibles gracias al buen estado financiero del municipio y a la supresión de las reglas fiscales para el año 2021, así como al apoyo del Gobierno de Cantabria. Tras esta modificación presupuestaria todavía nos queda un importante remanente de tesorería para poder realizar más inversiones en el futuro.

Viveros El Juncal

10%
TODOS LOS MIERCOLES EN LA COMPRA DE TUS PLANTAS*

Tu centro de jardinería en Laredo

HORARIO DE INVIERNO

de Octubre a Febrero

Lunes a viernes:
10:00h-14:00h y 16:00h-18:00h
Sábados, domingos y festivos:
10:30h-14:00h

10% DE DESCUENTO TODOS LOS MIERCOLES EN LA COMPRA DE TUS PLANTAS*

*OFERTAS NO ACUMULABLES

viveroseljuncal **646 643 226** Cómo llegar?

www.viveroseljuncal.com

ORO CANTABRIA
GOLD

¡Dinero al instante!

COMPRO ORO · PLATA

No importa el estado de sus joyas

TASACIÓN GRATUITA

633 104 496
www.oro-cantabrigold.com

C/La Magdalena, 17
Colindres

C/La Ronda 34
Castro Urdiales

Avda. España, 17
Astillero

C/ Deltebre, 5
Reinosa

AMPUERO



CEIP Miguel Primo de Rivera de Ampuero.

Foto: Cedida

D.T.

La concejala de Educación, Sheila Zubillaga, ha confirmado que “se mantendrán los servicios de limpieza y desinfección en los centros de Educación Infantil y Primaria, además de la ludoteca municipal que dispone el Ayuntamiento, cuyo coste es de más de 29.000€.

Con el inicio del pasado curso 2020/21 por la COVID – 19, se amplió el turno de limpieza por la mañana y por la tarde, durante el horario lectivo, que incidirán en aquellos espacios que lo precisen en función de su uso, como los baños y aseos, mobiliario,

pasamanos, manillas y otros elementos de uso frecuente.

En el refuerzo también incluye, una vez finalizada la jornada lectiva, un servicio especial para los patios del colegio, así como el vallado perimetral.

Por otra parte, el servicio municipal de limpieza viaria se encargará del mantenimiento e todo el entorno del Colegio Público antes del inicio de cada jornada.

El alcalde, ha recordado que “el Ayuntamiento pondrá a disposición de los centros educativos, como ya hizo en el pasado curso, todos los medios a nuestra disposición para que la protección sea máxima”.

Haciendo referencia a un coste general de lo que puede suponer para el Ayuntamiento la realización de actividades, ya que lo que se pretende es ayudar con la conciliación a las familias, la actividad realizada este verano “Abriendo espacios” cuyo coste fue cerca de 11.000€. Los servicios cumplen las directrices del “Protocolo general de organización para el desarrollo de la actividad educativa en la Comunidad Autónoma de Cantabria durante el curso 2021/22, de aplicación hasta el fin de la crisis sanitaria”, siendo el coste total del servicio de limpieza de más de 52.000€.

ARNUERO

El Ecoparque formará parte del Corredor Biológico Mundial

D.T.

El Ayuntamiento de Arnüero recibió la solicitud del Presidente del Comité Internacional del Corredor Biológico Mundial, D. Jorge Extramiana, para que el Consistorio valorase la posibilidad de adherirse al citado corredor, toda vez que a su juicio el municipio es una localización importante para el corredor por su alto valor ecológico y estratégico dentro del recorrido que unirá la Península de oeste a este y con el corredor hacia el Norte de Europa.

Por el Alcalde, José Manuel Igual, se procedió a la confirmación del interés del Gobierno Local

de aceptar la propuesta y adherirse al corredor, dada la importancia que supone la implicación del municipio con un proyecto internacional que tiene como objetivo la defensa del estudio y la investigación del medio ambiente, la biodiversidad, la naturaleza y los océanos.

Además de ampliar el conocimiento sobre el cambio climático, y las especies de fauna y flora, en colaboración con las muchas universidades adheridas al corredor biológico mundial.

El proyecto del Corredor Biológico Mundial se encuentra en los cinco continentes y en su Comité Internacional trabajan y

colaboran personalidades e instituciones nacionales e internacionales de todos ellos. Es un proyecto internacional que pretende crear un área continua a modo de cinturón ecológico alrededor del planeta, con infraestructura verde y azul, que unirá países, personas, plantas y animales, selvas, bosques y reservas naturales, asegurando la supervivencia de especies y de la biodiversidad mundial. A tal fin desde el Comité Internacional se procurará la obtención de fondos para el desarrollo de los múltiples proyectos que se propongan realizar para implementar los objetivos del corredor.

Naturaleza arrebatadora

¡ ATENCIÓN !
NUEVOS HORARIOS VERANO 2020

Con motivo de la alerta sanitaria por COVID-19 hemos modificado el sistema de visitas al Ecoparque. Este verano nosotros cambiamos el horario de visitas a domingo, con una amplia oferta de actividades de ocio familiar y reserva previa, para que tu visita sea segura. Entra en nuestra página de reservas y elige la que más te guste.

Enclaves mágicos

EXPERIENCIAS ÚNICAS

CULTURA, NATURALEZA Y GASTRONOMÍA

AFOROS REDUCIDOS

+ INFO: www.reservas.ecoparque-detrasmierra.com TF. 676 4861 11

Paellas

Arroz con bogavante

Mariscadas

Pescados...

RESTAURANTE MIJEDO

Tino

RESTAURANTE MIJEDO

Helgueras · Noja

942 63 12 64

Vivero de mariscos



COLINDRES

Práctico apartamento con ascensor y terraza

Precio: **85.000€**

CEE:E



CASTRO URDIALES

Gran Chalet de 200 m² en Castro (Cerdigo) con vistas al mar y con ascensor

Precio **410.000€**

CEE:F



CASTRO URDIALES

Chalet a reformar en Castro (Cerdigo) con 450 m² de parcela

Precio **240.000€**

CEE:E



COLINDRES

Impecable y moderno piso en Colindres con 2 habitaciones y garaje cerrado

Precio **125.000€**

CEE:G

La Magdalena, 21 Colindres
www.area3inmobiliaria.com



Móvil. **691 690 356**
Tfno. **942 650 372**

ANUNCIOS CLASIFICADOS

PROPIEDADES

VENTA

♦ **VENDO** Terreno residencial urbano en Cicero. Carretera general, con proyecto para 1 o 2 chalets. Particular. Tel. 609 480 402

♦ **VENDO** Piso cerca de la Universidad y playas del Sardinero 3 habit., salón grande, cocina y baño, con terraza y vistas al mar. Todo exterior con gran luminosidad en buen estado y preparado para entrar a vivir. Tel. 609 95 76 77

♦ **VENDO** Plaza de garaje abierta de fácil aparcamiento en C/ Flavio Briga, 1ª línea de playa frente al Hotel las Rocas. Tel. 664 277 903. Puerta automática. Vigilancia privada.

♦ **VENDO** Solar en Castro, para 50 viviendas residenciales en chalets con todo aprobado a un precio de ocasión. Abstenerse agencias. Contactar: j.a.uc@hotmail.com

♦ **VENDO** "Piso nuevo a estrenar" en Limpías. 3 hab. 2 wc., salón, cocina, terraza, calefacción, garaje incluido, vistas. Todo exterior. abstenerse inmobiliarias. Tel. 617 481 792

♦ **VENDO** Piso excelente ubicación en Colindres. 3 hab. 2 baños, salón, cocina, terraza, calefacción, garaje incluido. Orientación sur. Directo con el propietario Tel. 656 897 356

♦ **VENDO** Parcela de 1.100 m². Rústica-huertas en Laredo. Precio negociable. Tel. 615 232 320

♦ **VENDO** Terreno rústico de 18.000 m² con cabaña para restaurar con posibilidad de hacer vivienda unifamiliar en zona de Río Lastras, Voto. Entorno ideal, muy buen acceso. 60.000€. Tel.635 646 399

♦ **VENDO** Vendo segadora diesel de peine, motor Lombardini, 402 c.c. 3000 r.p.m. perfecto estado. POR NO USAR. Precio: 1.000€. Tel. 638 039 193

♦ **VENDO** Daewoo nubira año 2004 DCX, azul, impecable de chapa y motor. Todos los extras y aire acondicionado. Itv vigente, ocasión particular 1.300 euros Tel. 664 023 955

ALQUILER

♦ **ALQUILO** Bar-Pub en Ramales de la Victoria, muy céntrico, insonorizado. Tel: 665 815 562 (Ref. 3/18)

EMPLEO

♦ **INGLÉS** Clases particulares de inglés a niños y adultos en el centro de Laredo. 17 años residiendo en el Reino Unido. Se imparten todos los niveles. Email: isdi1979@hotmail.com

♦ **NECESITAMOS** Peluquera/o con experiencia. Contrato indefinido, incorporación inmediata. Laredo - Centro Tel. 677 554 082

♦ **REALIZO** Todo tipo de arreglos de ropa: cremalleras, costuras, bajos...en Ramales. Tel. 630 557 353

VARIOS

♦ **REALIZO** Montajes y desmontajes de muebles, mudanzas con portes los fines de semana. Tel. 696 300 594

♦ **OFREZCO** Clases de apoyo Lengua castellana, Filosofía, Historia. Particulares individuales en Colindres y Laredo. Licenciada y con experiencia. Especialidad en 3º, 4º de ESO, Bachillerato y EBAU. Tel. 660 035 392

♦ **GRADUADO** En Geografía y Ordenación del Territorio, y título de FPS Grado en Administración y Finanzas se ofrece a dar clases particulares a todo tipo de niveles de Primaria, Bachiller, Eso... en el entorno del Alto Asón (Ramales, Rasines, Gibaja, Ampuero..). Tel. 665 171 478

♦ **CLASES PARTICULARES** Titulado en Ingeniería Técnica Industrial se ofrece para dar clases particulares a alumnos de Primaria, ESO y Bachillerato en Noja, Isla... y alrededores. Tel. 664 786 679

♦ **NATIVA** Profesora italiana ofrece CLASES de Inglés, Francés e Italiano para todos los niveles. A domicilio o Remoto. Más información: WhatsApp: 0039.328.628.8524

Tapiceros Costa Norte

Nicolás Sumas Fernández

COCHES · NÁUTICOS · NEGOCIOS



Carretera Carasa (Treto) ☎ 627 64 70 90
tapiceroscostanorte@gmail.com

HAZTE VISIBLE

Anúnciate en

PÁGINAS DEL ASÓN



¿Quiere **Vender** su coche, mueble, terreno... **alquilar su piso**...? Le ofrecemos esta sección por solo **10€** al mes. Más información: Contacta por teléfono o WhatsApp: 633.26. 26.76



Notas de Psicología

Carolina Pérez Temprano
Psicóloga
Nº (CA 01156)

“PAS, del río a las Personas Altamente Sensibles”

Para un lector de Cantabria, citar el Pas es evocar sonidos de agua que riega los campos de una de las comarcas más significativas de la región. Sabor, cultura ancestral, estilo de vida... Sensaciones que, para quien conoce y siente la tierra, se despiertan con solo escuchar el nombre: PAS.

Para otra gran cantidad de personas, las identificadas con el rasgo de personalidad denominado por su acrónimo de igual manera, Personas Altamente Sensibles (PAS), escuchar el nombre puede suponer tres estados.

El primero angustia y ansiedad al no ser capaces de gestionar la relación de una característica de su personalidad con la sobreestimación a la que sistemáticamente parece que nos vemos sometidos en los entornos sociales actuales. Este problema se ve especialmente agravado cuando se produce en el entorno infantil, desencadenando respuestas conductuales inesperadas que pueden desembocar trastornos y patologías.

El segundo alivio y sosiego, cuando se conoce y normaliza la percepción subjetiva de lo que implica para el propio individuo el rasgo PAS, permitiéndole además intervenir en sus hábitos para facilitar la integración emocional saludable con el entorno. “Conocerse y aceptarse es indispensable para quererse.

”El tercero, doloroso desconocimiento, pues según la doctora e investigadora en

psicología Elaine Aron y a quien se le atribuye los primeros estudios que dieron lugar a considerar la alta sensibilidad como un rasgo de personalidad, tras décadas de investigación afirma que aproximadamente el 20% de la población tiene esta característica y sin embargo, el desconocimiento sobre él es mayúsculo, con escaso peso en el entorno académico y sin embargo gran repercusión desde el punto de la salud y el equilibrio mental para el individuo que reúne este rasgo.

Las personas altamente sensibles NO padecen de un trastorno, patología ni tampoco es un don. Es simplemente una característica de personalidad que determina la forma de percibir, procesar y determinar la relación con el entorno.

La doctora Elaine Aron, estableció los cuatro pilares sobre los que se han desarrollado las pruebas y test empleados para determinar que una persona tiene este rasgo y que concretó en el acrónimo “D.O.E.S”, siglas de Deep processing, Overstimulation, strong Emotions y Sensitive to subtleties (Procesamiento profundo, Sobreestimulación, Emociones fuertes y Sensible a las sutilezas)

Las personas con alta sensibilidad se caracterizan por reunir simultáneamente gran intensidad y profundidad de las reflexiones que realiza sobre la información que recibe, saturación por sobreestimación sensorial y emocional, alta empatía que

le procura una desbordante emocionalidad y una elevada sensibilidad ante estímulos sensoriales o ante los sutiles cambios en el entorno o en el estado emocional de las personas del entorno.

Los últimos avances en el estudio científico de las personas PAS indican que estas tienen un sistema neurosensorial más “fino o agudizado” de lo común por lo que la cantidad de información que reciben es mucho mayor y los sistemas de procesamiento de la misma actual y procesan de manera diferente, dando pie a sentir todo de manera más intensa y compleja.

Aún en la actualidad es baja la incidencia y profundidad de estudio en el entorno académico y clínico del rasgo PAS, considerándose las conductas más evidentes de personas con alta sensibilidad hasta hace solo una década el resultado de otros rasgos de personalidad como la introversión o el alto neuroticismo.

Pero los avances técnicos científicos parece que están clarificando vías de estudio y repercusión clínica que faciliten la pronta identificación del rasgo, especialmente en el entorno infantil, lo que permite normalizar las múltiples sensibilidades, adecuar el entorno, evitar la sobreestimación o los propios procesos educativos, tanto en el entorno escolar como familiar.

Tal como nos cuenta la psicóloga Carolina Pérez Temprano “fue el contacto con un familiar directo que tiene este rasgo y la comprensión de las duras

consecuencias que tuvo que padecer motivadas por el desconocimiento de su propia característica que le hacía verse como un sujeto extraño o la dificultad para adaptarse al entorno” la que la llevó a especializarse en este área dentro de la psicología de la personalidad y llevarlo a la práctica clínica, en el que augura un preocupante incremento de trastornos Post Covid (estrés post traumático, depresión, ansiedad, trastornos de la conducta alimentaria), en especial en personas altamente sensibles.

Carolina Pérez Temprano
Psicóloga
Nº (CA 01156)

Tiene su consulta en Santander, junto al Ayuntamiento, en la calle Jesús de Monasterio 24, Entlo, tiene una consulta on Line y próximamente también estará en Colindres.

Grado en Psicología y Máster en Psicología General Sanitaria, ambos por la Universidad Europea del Atlántico, Máster en Perfilación de Personalidad y Negociación por la Universidad Udimá de Madrid, especializada en trastornos de la conducta alimentaria y PAS (personas altamente sensibles)

CAROLINA PÉREZ

CONSULTA PSICOLÓGICA

TE ACOMPAÑO EN TU PROPIO CAMINO

C/ Jesús de Monasterio 24 Entlo Dcha
consultapsicologicacarolinaperez.com
carolinapereztpsico@gmail.com
+34 695 59 75 36

NIÑOS
ADOLESCENTES
ADULTOS

Especialización

- Gestión y regulación emocional
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Ansiedad · Estrés · Trastornos depresivos
- Autoestima · Relajación y Mindfulness
- Trastornos de la conducta
- Problemas de la vida cotidiana
- Duelo · Problemas Post Covid
- Enfoque cognitivo conductual y psicología positiva