

VIVE ZAMORA



Entrevista a David Rivas, **compositor de música**

I DESFILE DE MODA **VIVE ZAMORA**

SUPLEMENTO VIVE SAYAGO: Jornadas de seguridad INCIBE



www.cajaruraldigital.com



*Somos gente que vive y que quiere soñar.
Que busca un futuro, gente de verdad.
Para construir un mañana de prosperidad.
Porque somos parte de esta tierra, éste es nuestro lugar.*

AL LADO DE LA
GENTE



Siempre contigo

STAFF

Directora

Miriam Elisabeth García

Subdirectora de Comunicación

Alba Plaza

Directora de Imagen Corporativa

Marta Sastre

Directora de Diseño Gráfico

Celia Ruano

Redacción

Alba Plaza, Andrea García,
Lourdes Fadón y Tania Salas

Fotografía

José Luis Leal y Pedro Barrios

Diseño gráfico

Miriam Elisabeth García, Celia Ruano y
Marta Sastre

Colaboradores

Eduardo Aparicio, Daniel Moreno y
Pablo Garrido

Directora de publicidad

Miriam Elisabeth García

Subdirectores de publicidad

Freddy García y Diego Vicente

Imprenta

LA TIPO SERVICIOS GRÁFICOS S.L.

Publicación semestral financiada por la
Excm. Diputación de Zamora, Aderisa y
la Asociación Cultural Provincial Zamorana

Vive Sayago (NIF G01773571).

Proyecto sin ánimo de lucro

DEPÓSITO LEGAL: DL ZA 13-2021



@explosionzamora

Teléfono 687 728 136

Email: revistavivezamora@gmail.com

Accede a nuestra web,
visualizando este QR en tu
móvil:



¿Qué leer?

04 y 05

Desfile de moda VIVE ZAMORA.

06

Agenda cultural febrero-julio 2023.

08-11

Entrevista a David Rivas, compositor.

12

Tábara en FITUR 2023.

13

Proyecto "Soleidad" de la Escuela de
Enfermería de Zamora.

Suplemento VIVE SAYAGO

01

Jornadas de seguridad INCIBE.

02

El consumismo.

04

La salud del oído en invierno.

05

Mejores imágenes de instagramer@.

06

Primera parte de la historia del
campamento romano de Rosinos de
Vidriales.

08

Por tu seguridad.

11 y 13

Rincón de lectura: SEMURET.

Final del concurso de dibujo infantil.



DESFILE VIVE ZAMORA

La alfombra roja se desplegó con poderío entre los brillantes rayos de sol reflejados en las doradas catenarias (cedidas por el Palacio de Congresos de Salamanca) y el centenar de personas que asistieron al primer desfile de moda en el medio rural organizado por la **revista cultural VIVE ZAMORA** en la Plaza de Requejo en Bermillo de Sayago el 6 de agosto de 2022.

En el evento, coorganizado por esta publicación, la **Asoc. Cultural Explosión Sayago Redes Sociales (@explosionzamora)** y **Miss Zamora 2022, Carmen Huerga**, desfilaron ocho modelos, luciendo 15 diseños de alta costura de fiesta y un vestido de novia de tres diseñadoras castellanoleonesas: **Ainhoa Salcedo** de "La Couture" (con tiendas en Zamora y Valladolid), la benaventana, **Alba Fernández** y la salmantina, **Silvia Herrero**. La gala estuvo presentada por la directora de la revista, Miriam

E. García, rodeada del mejor equipo de staff formado por una decena de personas. Asistieron autoridades como el alcalde de Bermillo de Sayago, **Raúl Rodríguez**, (al que agradecemos su importante apoyo), el Alcalde de Roelos de Sayago (colaborador activo en la revista VIVE ZAMORA), **Manuel Hernández**, el Alcalde de Moraleja de Sayago, **Ángel Villamor**, el concejal del PSOE en Bermillo de Sayago, **Luis Pintado**, el concejal de Ciudadanos, **Domingo Herrero**, la concejal del Grupo Independiente, **Rosario Luque** (ambos, muy presentes y participativos en los eventos de VIVE ZAMORA).

El objetivo de este primer desfile de moda es acercar la moda de alta costura al medio rural motivando a nuevas diseñadoras de Zamora a introducirse en el diseño de ropa. El balance final del desfile fue muy positivo ya que mujeres y hombres de pueblos de la zona ofrecieron diseños confeccionados por ellos

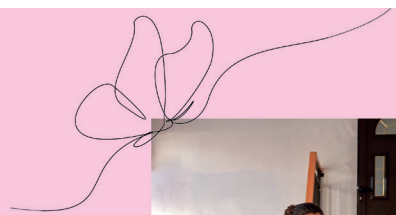


o su futura participación como modelos. El alma máter de este desfile es mostrar modelos con diferentes tallas y fisonomías para ensalzar la belleza de mujeres y hombres más allá de las medidas que cada uno tenga. Por ello, la directora de la revista contó con modelos femeninas de Bermillo de Sayago y de Villamor de Cadozos, como **Noelia Taouss**, **Tania Salas** y **Clara Isabel Carrascal**. En la próxima edición del desfile se buscará contar con modelos de

más de 50 años y una mayor presencia de hombres en la alfombra roja. **Ainhoa Salcedo** elaboró 7 vestidos de fiesta y un vestido de novia con el que cerró el desfile Miss Zamora. **Alba Fernández** confeccionó la colección "Waves" (6 vestidos inspirados en el mar). **Silvia Herrero** presentó "Kemet" compuesta por dos vestidos influenciados por la mitología del antiguo Egipto.

Texto: Isabella Valente, Javier Aladrén y Miriam E. García.

Fotos: Ángel Gutiérrez y Pedro Barrios.



LA Couture




ZAMORA
C/ Campo de Marte, 7, 49007
980 04 84 08

VALLADOLID
C. Rondilla Sta. Teresa, 7, 47010
983 02 93 20

AGENDA CULTURAL

TEATRO RAMOS CARRIÓN

FEBRERO

- 23 Monólogo de Goyo Jiménez "Aiguantulivinamérica 3". (20:30 h)

MARZO

- 4 Cómico Vaquero. (20:00 h)

ABRIL

- 15 Show de comedia de David Puerto "Pizpireto". (21:00 h)

TEATRO PRINCIPAL DE ZAMORA

FEBRERO

- 16 Música en directo de Alba Molina & Pepe Rivero "Nuevo día". (21:00 h)
- 18 Concurso de murgas. (18:30 h)
- 23 Espectáculo de la bailaora flamenca Alba Heredia. (21:00 h)
- 25 Teatro de marionetas: "Solicitudes". (20:30 h)

MARZO

- 03 Concierto de ópera: "El barbero de Sevilla". (20:30 h)
- 04 Teatro con música en directo: "Vive Molière". (20:30 h)
- 09 Danza: "Miradas en blanco". Espectáculo recomendado contra la violencia de género. (20:30 h)
- 11 Teatro: "La noria invisible". (20:30h)
- 16 Espectáculo teatral y cómico: "Todas las canciones de amor". (20:30 h)
- 17 Obra de danza contemporánea: "Pasajes". (20:30 h)
- 18 Concierto acústico de Carlos Escobedo "En estado puro". (20:30 h)
- 24 Autobiografía audiovisual "That's the story of my life". (20:30 h)

ABRIL

- 29 Concierto de Funambulista. (20:30h)
- 30 VII Gala de circo: "Más difícil todavía". (20:00h)

MAYO

- 06 Concierto de la banda zamorana "La Milker Band". (20:30 h)
- 09 Festival Internacional de títeres y marionetas. (17:00 h)

- 19 Concierto de Burning "Algo está ardiendo". (21:00 h)
- 20 Música en directo de Toundra "Das Cabinet des Dr. Caligari".
- 24 Obra de teatro: "El Buscón". (22:30 h)
- 26 Espectáculo dramático y cómico "Amlehsen 5g" de The Cobaya Generation.
- 27 Espectáculo musical "El viaje del monstruo fiero" de Rafael Álvarez, El brujo.

TORO: TEATRO LATORRE

FEBRERO

- 26 Teatro: "La gran aventura". (18:00 h)

MARZO

- 18 Teatro: "Strip-tease". (20:00 h)
- 19 Teatro de títeres "La Ratita Presumida". (18:00 h)

ABRIL

- 16 Espectáculo teatral "El mueble". (19:00 h)
- 22 Obra visual y sonora "Frida Kahlo". (20:00 h)

MAYO

- 07 Teatro familiar: "100 años con Delibes". (18:00 h)

Texto: Celia Ruano.

Lo natural es sencillo, lo sencillo es natural.

leal
fotografía

Fotografía documental y lifestyle.

@joseluislealfotografia

607957348 / joseluisleal.com

Excavaciones Piriz S.L.



- Trabajos de nivelación
y compactación
- Obra civil

- Excavaciones
- Movimientos de tierra
- Y mucho más..

Llámanos al 605 83 23 76/ Escríbenos a excavapiriz@hotmail.es

C/ Atilano Hernández, 1, 2º A. Bermillo de Sayago (Zamora)

David Rivas: compositor internacional de música

La solemnidad, la cercanía, la constancia, la versatilidad y una rebotante creatividad son las notas musicales que caracterizan al compositor internacional David Rivas. Este toresano polifacético y

versátil ha creado 183 obras y posee tres medallas de plata y dos de bronce de los Global Music Awards, dos primeros premios de los Akademia Awards, un LIT Talent Award y un Jerry Goldsmith Award.



David Rivas en el pórtico de La Majestad, antigua puerta principal de la Colegiata de Toro.

- **Nombre:** David Rivas Domínguez
- **Edad:** 42
- **Estudios:** Licenciado en Historia Del Arte y Musicología
- **Estudios musicales:** grado profesional en el conservatorio de Salamanca.

- **Trabajo:** Compositor internacional de música y desde 2006 ha sido profesor de Educación Secundaria en Valverde de Lucerna de Puebla de Sanabria, el IES La Vaguada de Zamora y actualmente, en el IES Pardo Tavera de Toro.



El compositor de música junto a la Colegiata de Santa María la Mayor de Toro.

¿De todos los géneros musicales, cuál destacarías como inicio de tu carrera musical?

Pues sin lugar a dudas, con el género relacionado siempre con la banda de música, y además, en la tierra en la que estamos, con las marchas de Semana Santa. Mis primeros pinitos los hacía con las marchas de Semana Santa porque, claro, estás en Zamora, hay una tradición grandísima, y además, en los últimos años se han ido haciendo obras e incluso asociadas a cofradías o a imágenes de entre esas cofradías. Me acuerdo que cuando era un chavalillo, 15 o 16 años, hacía mis pinitos a mano, no utilizaba ni los programas que hay ahora de notación, con muy pocos conocimientos. Ya me llamaba la atención ese mundo de crear desde 0 y decir, pues me gustaría (un poco un sue-

ño o ilusión era) que en una procesión sonará una marcha mía. Mira, luego con el paso de los años, pues ahí está entre otras "Perdónalos" y mucha música que he hecho tanto para Zamora como para Toro.

¿Cuál fue la primera obra musical que llegó al público?

La primera que sonó en la calle en Zamora era "La túnica sagrada", cuando tenía 16 o 17 años, en la noche del jueves santo. Luego yo me quise formar, y con el paso de los años, en 2010 compuse "Perdónalos" que me abre las puertas a la Semana Santa zamorana y se ha convertido ya como en un himno interpretado cada año. Estoy muy contento y agradecido a los cofrades, a las cofradías y al público en general y bueno, a partir de ahí otras muchas.

¿Destacarías otro género musical de tu trayectoria?

Bueno, hay que decir que las bandas de música, es verdad que tienen una función importante en la calle en Semana Santa, los pasacalles, las fiestas de los pueblos o de las ciudades; pero no debemos olvidar que las bandas de hace ya bastantes años hasta ahora se han convertido también en orquestas de viento, ¿no?, sin cuerda. Y hacen un trabajo magnífico ya que poseen un repertorio original tremendo, entonces ahí me muevo mucho. Yo todo el año estoy visitando bandas de música que me encargan música o quieren interpretar repertorio mío y que yo vaya allí para explicar lo que no se ve de la partitura. A veces dirijo en el concierto, a veces no, pero sí que puedo explicar la música. Entonces, ese es un poco mi fuerte, obras sinfónicas pero para bandas también. Donde más me muevo es ahí, pero sí que es verdad que luego me han dado la oportunidad de hacer composiciones camerísticas o bien para cantantes y piano como "Agua" en el 2016 que la pude estrenar con los solistas Ainhoa Arteta y Luis Santana y Rubén Fernández al piano. La mayoría de mis obras son para bandas sinfónicas, en general, da igual que el género sea un pasodoble o una marcha pero luego hay mucha música ya sinfónica con y sin solista. Pero luego eso no quiere decir que tú no te sientas en la obligación de tratar de evolucionar y ser versátil, que no estás obligado a ello. Yo conozco a gente que solo hace pasodobles y le va muy bien, y hace unos pasodobles que son espectaculares pero, a mí, mi inquietud me lleva a moverme. Compongo música para orquesta, coro mixto de hombres y mujeres, donde hay un solista cantante acompañado de piano, agrupaciones de cámara, como pueden ser un cuarteto de cuerda, un cuarteto de saxofones, un quinteto de viento metal o ensamble de metales.

¿Has coqueteado con el cine y con el arte?

Sí, he colaborado en la composición de música para cortometrajes. Es verdad que

te llegue la oportunidad de hacer la banda sonora de un largometraje, es más difícil, ¿no?, porque es una industria bastante hermética. Pero sí que es verdad que la gente que hace cortos, pues como las condiciones económicas son muy pequeñas, pues he hecho colaboraciones, me ha contactado algún director y he tenido la suerte de poder hacer tres o cuatro trabajos en esta línea donde tu ya trabajas con instrumentos virtuales porque no hay presupuesto para pagar a músicos profesionales. También he compuesto la música para varias exposiciones de las Edades del Hombre con instrumentos virtuales y fue un trabajo con el que me encuentro muy agusto porque es mi reencuentro anual conmigo mismo, es muy intimista, muy de tu estudio, muy encerrado, donde no dependes de ningún músico y es un tipo de música como mucho más celestial, por decirlo de alguna manera, o etérea, como que te sirve como reflexión. He tenido mucha suerte y estoy muy agradecido a la Fundación de las Edades del Hombre y a la Junta de Castilla y León que cuentan conmigo desde hace ya más de 5 años.



¿Cómo compones música?

Bueno lo de la inspiración es un tema curioso que yo alguna vez he comentado, y a mí, ya decía Picasso, que la inspiración me pille trabajando ¿no?, entonces yo no creo en la inspiración, yo creo en que tú mentalmente te encuentres más fresco. Porque tú sentado en el sofá de casa silbando, pues es muy difícil que saques adelante el trabajo. Lo que sí creo, es que si tú tienes un día anímicamente bueno, que te sientas al piano, estés más fresco pueden llegarte más ideas que valores positivamente, ¿no?. Mi método de trabajo parte del piano, es un instrumento que sin yo ser pianista, porque no es mi instrumento primario (soy saxofonista) siempre me gustó como punto de partida. Voy al piano, saco ideas, hago borradores a mano, y cuando tengo las ideas claras ya voy

a los programas informáticos para ir orquestando. Yo uso el software Finale. Luego ya vas tomando decisiones de: qué melodía y qué instrumento le vas a asignar. Claro, hay que diferenciar también el trabajo de encargo o un trabajo libre. Un trabajo de encargo puede ser música descriptiva programática que es una música que yo cultivo mucho, es decir, basada en personajes, en hechos, en historias como para la que yo compuse música que fue para la ruta del Cid (episodios como la vida del Cid) o los últimos días de Troya, desde la muerte de Aquiles a manos de Paris y todo lo que viene después de arrasar la ciudad con el engaño del caballo.

¿Cómo se cuenta esa historia a través de tu música?

Tienes que investigar, leer, pero también te marcan la duración que debe tener o el grado de dificultad. En trece minutos tienes que sintetizar toda la historia y luego tratar de convencer al espectador, porque no van a encontrar una palabra, es decir, a través de música que es abstracta deben entender el dolor, la guerra, la pasión o la tristeza. Yo siempre digo que la música es el lenguaje más universal pero es el más abstracto a la vez. De ahí la importancia que yo le doy a visitar bandas y contarles lo que no se ve en mis partituras: cómo he tratado de trabajar la obra, con qué intención o fuerza hay que tocar en esta parte para conseguir que fluyan los sentimientos del público.

¿Forma de inspiración más loca?

Tediré que, si la gente cogiera mi móvil se mearía de la risa porque ni se sabe la cantidad de notas de voz que tengo porque voy por la calle y canto de una forma semi inconsciente, digo: esta melodía no está mal, y la grabo ahí, a lo mejor no la uso nunca pero ya la tengo. Canto por la calle y grabó por la calle. Tengo una anécdota muy graciosa, no es que sea un lugar raro, pero sí que es el más inusual para componer, que siempre he contado que la parte lenta, la parte del final, la parte del lamento de "Perdónalos", de la marcha de Semana Santa, estaba en la ducha, se me ocurrió y salí para poder escribirla, casi me caigo redondo al suelo porque pegué un buen resbalón.

Texto: Miriam Elisabeth García y Celia Ruano.
Fotos: José Luis Leal y Miriam Elisabeth García.



Los beatos en FITUR 2023



Tábara ha hablado en FITUR 2023 y Francisca Gutiérrez, la Tte. Alcalde y concejala de Cultura, Educación y Salud del Ayuntamiento de Tábara, ha sido la voz que ha dado a conocer todos sus tesoros culturales en la presentación de la vuelta ciclista solidaria a España del Movimiento Ultreya el pasado 20 de enero de 2023 en FITUR (Madrid) gracias a la invitación del Gobierno de Cantabria. “Durante tres años hemos tenido la suerte de contar con su presencia. El primer año pedalearon para dar visibilidad al pequeño

comercio local que tanto ha sufrido tras el año de confinamiento, el segundo volvieron a salir a la carretera y llevaron ilusión y tablets a nuestra biblioteca, la tercera donaron una importante suma de dinero a la asociación cultural “La Folguera”, permitiendo así continuar con la expansión de nuestro folclore y danza del paloteo”, matizó Gutiérrez. Considera que Tábara y Cantabria están unidos por la vinculación de sus libros “Beatos” y la vida de León Felipe en Tábara y en Santander donde se trasladó con su familia.

AGENDA CULTURAL

- **Concurso de disfraces en Carnaval.**
- **Semana Santa:** las procesiones más emblemáticas son la del **Santo Entierro** y de la Dolorosa (del **Pendebas**) del Viernes Santo por la tarde y a las 22:00 h. Lunes de resurrección: **Romería de San Mames y San Blas.**
- **Procesión del Bendito Cristo:** 1 de mayo.
- **Procesión de San Isidro:** 15 de mayo.
- **El Corpus:** 8 de junio, actuación del **Paloteo (mascaradas).**
- **Mercadillo** todos los sábados.

Texto: Miriam Elisabeth García.
Foto: Ayuntamiento de Tábara.



La Ministra de Defensa junto a la Tte. Alcalde Gutiérrez.

Soliedad: no te sentirás sol@

Nuestra sociedad actual se caracteriza por su longevidad. Según los pronósticos, 23,3 millones de españoles tendrán una edad superior a 50 años en 2050, lo que representa a la mitad de la población del país (CENIE, 2022). El sentimiento de soledad puede coincidir con determinados acontecimientos en las distintas etapas de la vida, pero en el proceso del envejecimiento se dan circunstancias que pueden causar o incrementar

la emergencia de dicho sentimiento. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ya ha declarado la soledad no deseada como un problema de salud pública debido a sus efectos adversos sobre la salud de las personas, que no solo afecta al bienestar psicológico, provocando deterioro cognitivo o depresión, sino también al físico, ya que puede causar pérdida de movilidad, enfermedades cardiovasculares e incluso mortalidad temprana. “El binomio soledad-longevidad se presenta como un fenómeno complejo. Una de las dificultades a la hora de abordar la soledad es la detección de estas situaciones, puesto que muchas veces implica sentimiento de vergüenza o culpa. Por eso, hay que empoderar a las personas para que puedan hacerle frente y generar comunidades más

humanas, seguras y participativas” (Sala E, 2020). Las relaciones sociales son esenciales para la salud y el bienestar de las personas y en la pandemia COVID-19, el distanciamiento social ha hecho más visible su valor. En este contexto, se ha puesto en marcha, desde la Escuela de Enfermería de Zamora, el proyecto Soliedad, promovido desde el CENIE (Centro Internacional de Investigación del Envejecimiento) y la Fundación de la Universidad de Salamanca, dirigido a

combatir la soledad no deseada y el aislamiento social de las personas mayores de Zamora a través del voluntariado senior. En este proyecto, dicho voluntariado está formado por enfermeros de la Asociación de Jubilados de Enfermería de Zamora. Se

pretende crear espacios de encuentro que faciliten las relaciones incluidas, también, las intergeneracionales con la participación de nuestros estudiantes de enfermería y así, sumar esfuerzos para contribuir a alcanzar el ODS Salud y bienestar para todos de la Agenda 2030, aminorando esta nueva pandemia silenciosa del primer mundo.

Texto y foto: M^a José Fermoso.
Directora de la Escuela de Enfermería de Zamora





Flores y floreros

Floristería 652 91 46 00
C/ Riego 36 Zamora
www.floresyfloreros.es



TRABAJOS AGRICOLAS

Disponible en toda la comarca. Tfno. 659 364 653

**OFERTAS
EXCLUSIVAS**



ANTONINO
HOMBRE

C/ San Atilano, 6
49003 Zamora
980 53 53 34

VIVE SAYAGO



Jornadas de Seguridad RRSS

Nuestra revista y @explosionzamora organizaron dos jornadas sobre seguridad en redes sociales e internet el 10 y 11 de enero en el IES González Allende de Toro y en Bermillo de Sayago. Juan Delfín del INCIBE difundió el uso del teléfono 017 y la OSI (Oficina de Seguridad del Internauta). David Martínez y Marco Mayo de la Guardia Civil abordaron la problemática de las estafas de smishing bancario, el cyberbullying y el sexting. Santiago Requejo de la Policía Nacional habló sobre estafas a través de criptomonedas y mensajes fraudulentos. También participaron los CEO's de la Subdelegación del Gobierno y de la Diputación de Zamora.



El consumismo

Nos bombardean con mensajes de que es el momento ideal para empezar con las compras pero, si se nos olvida, en el puente de diciembre nos recuerdan que hay que poner el árbol y el belén en nuestras casas mientras que un alcalde gallego celebra la ceremonia del encendido de las luces ni más ni menos que el 19 de noviembre.

Te das un paseo por el centro de la ciudad y escuchas villancicos, pones la tele y sólo emiten películas dulzanas y cursis en verde y rojo y, por supuesto, anuncios de juguetes y colonias. Vas al súper y al entrar eres recibido por columnas de turrónes, mazapanes, roscones y, ahora también, panettones.

Ciertamente resulta muy difícil abstraerse de todo ese ambiente y, por eso, a medida que voy cumpliendo años, se me hace más cuesta arriba. Las ausencias pesan y cada año son más notorias. Son días en los que la inocencia de los más pequeños les impide adivinar lo que la madurez nos ha

ido mostrando con el paso del tiempo. Fiestas en las que no paramos de comer y beber con la familia, con los colegas del trabajo, con los amigos de toda la vida, con los del club de montaña o la pandilla del gimnasio...

¡Tener que comprar regalos por obligación aunque no te apetezca y compartir mesa y tertulia con personas que quisieras evitar!

Ante este panorama, toca pintarse los labios, ponerse algo mono e interpretar el papel que corresponde. “Nunca pensé que pudiera ser tan buena actriz” me decía una amiga el otro día tomando café.

A quienes les guste el ritmo estrambótico de la Navidad, las interminables rebajas y descuentos para comprar y toda la parafernalia consumista, mi más sincera enhorabuena pero quienes preferimos la rutina y la normalidad que llegue ya el mes de marzo ¡por favor!

Texto: Maite Cimadevilla. Licenciada en Ciencias Políticas y Sociología.



AYUNTAMIENTO DE ALMEIDA DE SAYAGO

"NATURALEZA, CULTURA Y VIDA"



Balneario la Dama Verde (aguas mineromedicinales)



Dolmen del Casal del Gato



Iglesia Parroquial



Puente Romano en Semana Santa

Cuida tus oídos en invierno

En Clínica Audiológica Avanzada cuidamos vuestra audición desde 1996, y por eso queremos ayudaros a prevenir las otitis medias estacionales del invierno. Los virus causantes de infecciones respiratorias como las gripes, pueden causar otitis media. Es una inflamación del oído que aparece rápidamente, causando dolor y sensación de taponamiento. Esta patología es común en niños, afectando también a adultos. A destacar que las otitis son una causa recurrente de consultas médicas y en un alto porcentaje de casos lleva a complicaciones que podrían derivar en pérdida de audición. La relación entre los resfriados y las otitis medias hace que este tipo de otitis sean más comunes en invierno que en verano, a diferencia de la otitis externa, que se relaciona con el agua, las piscinas y el calor, propios de la temporada de verano. Existen factores de riesgo que predisponen a los pacientes a padecer de otitis, como pueden ser la disfunción de la trompa de Eustaquio (canal que comunica el oído con la nariz y la faringe), las infecciones de las vías respiratorias superiores, la sinusitis crónica y el tabaquismo.

¿Qué podemos hacer para prevenir la otitis? La infección del oído medio está estrechamente asociada con las complicaciones del resfriado común, ya que al entrar la mucosidad en la trompa de Eustaquio puede dar lugar a la proliferación de gérmenes. Para prevenir las otitis causadas por resfriados o alergias recomendamos realizar lavados nasales, con suero fisiológico o solución salina para limpiar el exceso de mucosidad y así evitar que llegue al oído medio. Deberán hacerse siempre de acuerdo a las indicaciones médicas y evitando que el líquido pase al oído medio. Recomendamos evitar la exposición al humo de tabaco, la toxicidad de la nicotina altera los mecanismos anti oxidati-

vos del oído favoreciendo las infecciones. En Clínica Audiológica Avanzada disponemos de avanzados equipos para la realización de estudios audiológicos completos y así conocer con precisión las necesidades auditivas de cada paciente. Trabajamos la Teleasistencia: ajustamos sus audífonos en remoto, y realizamos asistencia a domicilio en caso de no poder desplazarse a nuestro centro los pacientes, como ocurre con las personas con movilidad reducida, para el óptimo mantenimiento de las prótesis auditivas.



Aproveche ahora, llame y revise GRATIS su audición, pida su cita en:
CLÍNICA AUDIOLÓGICA AVANZADA
Tfno.: 662 619 866
mail.: welcome@clinicaaudiologicavanzada.com
Texto: Jesús Hervás.
Foto: www.freepiks. es

Felicidades a los autores de las mejores fotos seleccionadas en Instagram para la edición impresa de #revistavivezamora:

@gonza_pena_sastre, @total_zamora,
y @lacglacg



Petavonium I: Campamento Romano

Estimados lectores, comenzamos con este artículo la importancia que fueron tomando los distintos asentamientos romanos en nuestras tierras, comenzando con los campamentos de Rosinos de Vidriales. Encontramos nuestro yacimiento en Hispania, en un contexto romano particular: Roma se encontraba bajo la dinastía Flavia, la más corta en cuanto al número emperadores: Vespasiano, Tito y Domiciano.

Nos ocupa igualmente la Legio X Gémina, legión romana reclutada hacia el año 70 a. C en la Galia Cisalpina, zona actualmente ocupada por parte de Europa Occidental (Francia, Bélgica, entre otros). Y llegamos, para situar bien al lector, a Petavonium, ciudad romana formada a partir de la cannaba (tipo de construcción ligera, fácil de montar y desmontar en consonancia con la mayor o menor provisionalidad) del campamento de la Legio X Gémina en el valle de Vidriales, correspondiente a una zona ocupada por las actuales localidades de Santibáñez de Vidriales y su pedanía Rosinos de Vidriales.

Nos podemos sentir orgullosos, ya que podemos definir este emplazamiento a nivel nacional como establecimiento castrense alto-imperial, cuya denominación permanece a lo largo del tiempo, ya que las investigaciones y catas arqueológicas están paradas desde hace años.

Tras finalizar la guerra contra cántabros y astures la Legión X Gémina quedará acantonada en el Valle de Vidriales, lugar más que estratégico, por ser acceso natural y directo al noroeste astur, asegurando el entorno con la población autóctona de la zona, con traslados pacíficos y otros no tanto, como el caso del pueblo vecino de San Pedro de la Viña, o a través de la expulsión violenta, tal como ocurrió con el castro de las Labradas en Arrabalde. Estas poblaciones terminaron asentadas junto al área castrense, per-

mitiendo el control efectivo del territorio y así acelerar su integración social, cultural y económica dentro de la cultura romana. En este sentido no podemos obviar la cita de Claudio Ptolomeo sobre Petavonium como una de las diez ciudades de los astures.

El contingente astur, unido al importante número de latinos que acompañaban a la unidad militar: siervos, esclavos, mercaderes, esposas e hijos de los soldados, prostitutas, darán origen primero a las cannabae en torno a la base militar y después a la mansio de Petavonium, enclave civil alcanzando su mayor importancia durante la estancia del Ala II Flavia.



Texto: Historiador Eduardo Aparicio Torremocha.

Fotografía: <https://www.turismocastillayleon.com/es/arte-cultura-patrimonio/yacimientos-arqueologicos/petavonium>

Bibliografía: Diario La Opinión de Zamora, El Norte de Castilla, Yacimientos Romanos de la provincia de Zamora (Santiago Carretero Vaquero).



Isaac Macías Fontanillo

GRADO EN CIENCIAS DEL TRABAJO

GRADUADO SOCIAL

GESTOR ADMINISTRATIVO

MEDIADOR PROFESIONAL EN MEDIACIÓN CIVIL Y MERCANTIL

Nº RGTRO. ASEMED: 49009

 **C/ Atilano Hernández, 7
49200 BERMILLO DE SAYAGO (Zamora)**

 **isaac@asesoriabermillo.es**

 **980 610 103 / 615 141 936**



Isaac Macías Fontanillo

Alerta ante los timos

¿Quién no ha escuchado hablar en alguna ocasión del timo de la “estampita”, o del “toco mocho”? A todos nos han contado que han estafado o timado a algún conocido con estos timos clásicos u otros más sofisticados. Ante esta forma de delincuencia solo podemos defendernos estando alerta y teniendo muy claro que nadie nos va a dar “duros a peseta”, o actualizándolo a la moneda corriente, euros por céntimos.

Los estafadores no suelen actuar solos, se conciertan dos o tres como mínimo y se van a dirigir a nosotros de manera educada, para hacernos creer que podemos ganar dinero en metálico de forma inmediata o solicitándonos efectivo a cambio de cualquier otra promesa y para ello nos van a convencer hablando con seguridad,

diciéndonos lo que queremos oír, solicitándonos efectivo a cambio de ganar dinero fácil, refiriéndose incluso a personas conocidas y cercanas en las que confiamos como pretexto de sus pretensiones. En algunos casos, intentarán recabar datos de las víctimas a través de vecinos o amigos, prefiriendo a “primos” (víctimas) vulnerables de avanzada edad que estén solos, a los que ganarse su confianza fácilmente.

A continuación, les ofrecemos unos sencillos consejos para evitar a los estafadores, que nos servirá para ponernos en alerta sobre este tipo delictivo, que todavía hoy es muy utilizado:

- Para evitar ser estafados es capital no aportar nuestros datos personales a desconocidos y tampoco los de otros vecinos y mucho menos si estos son mayores y están solos.
- Debemos desconfiar de sorteos, rifas, regalos o grandes ofertas, las gangas no existen, igual que los negocios en los que nos prometan ganar dinero rápidamente.
- No lleve mucho dinero en metálico y tampoco lo guarde en su domicilio. Al retirar efectivo del banco, hágalo de forma escalonada y nunca los mismos días del mes para evitar ser controlado.
- Desconfíe de cualquier persona que le solicite en su domicilio dinero por reparaciones, revisiones o servicios que no ha pedido o que no le han comunicado previamente, aunque se identifiquen formalmente como un servicio técnico oficial.

Y ante cualquier sospecha, pida ayuda y avise a la Policía o a la Guardia Civil. gestos que debemos asumir como rutinarios en nuestra vida cotidiana, con la finalidad de poder vivir con más tranquilidad y seguridad en nuestros pueblos y ciudades.

Texto: Daniel Moreno, licenciado en Derecho, Policía Nacional en activo y experto en seguridad.



8 excursiones en época de lluvias

Los meses de otoño e invierno suelen ser los de más precipitaciones en forma de lluvia en la comarca de Sayago. Durante estas fechas, comienzan a correr las riveras, se llenan las charcas y, cerca del Duero y el Tormes, disfrutamos de espectaculares cascadas de agua. Vamos a hacer un recorrido por algunos de los lugares más recomendables para visitar en la época de lluvias en este rincón de Zamora. Muchos de los recorridos se pueden realizar perfectamente con niños.

1. Villamor de Cadozos, “Venecia en Sayago”:

La rivera cruza el municipio de norte a sur y, para cruzarla, en el pasado se construyeron varios puentes y pontones, uno de ellos de origen medieval.

2. El Embalse de Almendra-Argusino desde Carbellino:

Los atardeceres de otoño e invierno allí, son increíbles.

3. Las riveras de Almeida, Salce, Fadón o Villar del Buey, entre otras.

4. Puente del Rebollar del Almeida:

Se trata de un puente tosco en su construcción pero que luce unos cuidados tajamares, preparados para sortear las embestidas del agua y de ramas durante la época de crecidas.

5. Puente Romano de Sogo:

El más conocido y mejor conserva-

do. Está junto a la carretera C-527, la arteria principal de la comarca.

6. Cascadas de Abelón:

La ruta hasta allí es espectacular. Además, justo al lado quedan los restos de un molino.

7. Lastras de agua brava de Mámoles:

Saliendo desde la localidad a través del camino de los Arrieros llegarás al lugar atravesando puentes y pontones y pudiendo visitar el molino de Serafín.

Las lastras se encuentran en un paraje llamado el Berrocal del Oso. Desde allí se divisan las cascadas que se forman en la caída al Duero de las aguas del Arroyo de la Ribera.

8. Cascada La Escalá en los Arribes del Tormes de Fermoselle:

Se accede desde el Puente de San Lorenzo (al lado de la

playa de la Cicutina) y tomando el camino en dirección Oeste. El acercamiento a la cascada y a la gruta del Buraco del Diablo puede entrañar cierta dificultad por lo que se recomienda ir acompañado de personas que conozcan bien la zona.

Texto: Pablo Garrido, licenciado en Publicidad y Relaciones Públicas y Profesor Doctor en la Facultad de Comercio y Turismo en la Universidad Complutense de Madrid.

Foto: Cascadas de Gáname (Elvira Fuentes).



Fermoselle Villa del Vino

Nuevo año para descubrir el patrimonio

Con 2023 recién estrenado se abre un nuevo año con grandes oportunidades para disfrutar de momentos únicos, donde Fermoselle Villa del Vino es destino que no puede faltar en la agenda. En el corazón del Parque Natural de Arribes de Duero, abrazada por los ríos Duero y Tormes, en la cima de una gran roca granítica ubicada a escasos kilómetros de la raya portuguesa, se encuentra la villa del vino. Un destino que **alberga un patrimonio único** por partida doble. Por un lado, se encuentran sus serpenteantes calles que invitan a aquel que llega a perderse entre ellas; y por otro, su entramado subterráneo de bodegas históricas.

Es en este segundo patrimonio es donde van a permitir que me detenga. De entre las muchas cosas entre las que Fermoselle ha destacado a lo largo de la historia se encuentra el vino. Un cultivo que, dado las características del terroir y del clima, todas las variedades poseen unas peculiaridades que se transmiten por sí solas al degustar los vinos de la Villa. Y esa tradición vitivinícola se respira en todas y cada una de las bodegas. Para preservar y dar a conocer todo ese patrimonio cultural, desde la AECT Duero-Douro hemos impulsado el proyecto de desarrollo turístico, Fermoselle Villa del Vino.

Desde Fermoselle Villa del Vino ofrecemos de miércoles a domingos diferentes horarios para realizar la **ruta por las bodegas históricas, 'Momentos Únicos'**. De la mano de nuestra guía e historiadora, Almudena Navarro, tienes la oportunidad de adentrarte en el historia de diferentes bodegas y conocer todos los detalles de la historia y tradición que envuelve este patrimonio. Para finalizar la visita degustarás nuestro propio vino, Pqliar.

Pero si lo que buscas es degustar y conocer más en profundidad la variedad de vinos de Fermoselle, te invitamos a ir más allá, con nuestra **ruta por las bodegas históricas con cata**. Una actividad donde además de conocer

las bodegas, degustarás diferentes vinos únicos elaborados por bodegueros de Fermoselle.

Y lo mejor lo he guardado para el final. Durante el primer semestre de 2023, vamos a celebrar la **segunda edición de nuestro Festival Jazz y Vino**. Esta vez con un formato diferente donde conjugaremos patrimonio, vino y música. ¿Y cómo? Os preguntareis. En esta ocasión, las personas que participen realizarán la ruta por las bodegas históricas, finalizando en una de las bodegas comerciales de la Villa del Vino o en uno de los rincones idílicos que esconden las calles de Fermoselle. Aquí os esperará un grupo de jazz que interpretará diferentes piezas mientras degustais diferentes vinos.

Todas las actividades podéis reservarla a través de nuestra web www.bodegas-fermoselle.com. Os invitamos a planificar vuestro viaje y si en esos momentos os surge alguna duda podéis poneros en contacto con nosotros a través del **644 34 17 60** y os informaremos de todo lo que necesitéis. ¡Fermoselle Villa del Vino os espera!



Texto y foto: Ana Belén López, Técnico de Comunicación y Marketing de la AECT Duero-Douro. Imagen vista aérea de Fermoselle.

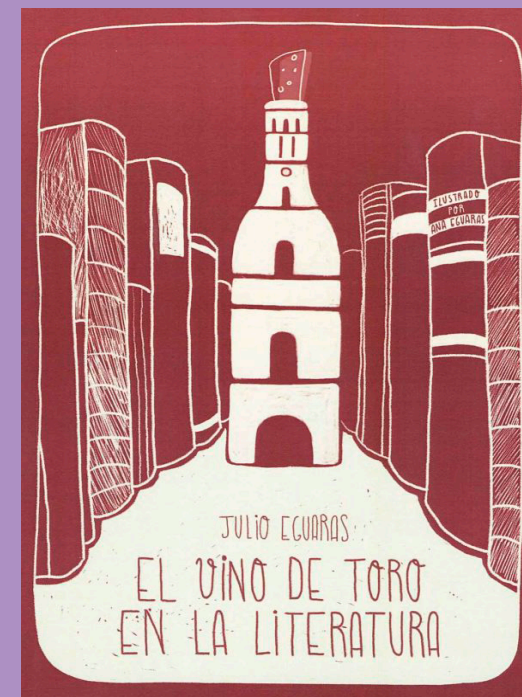
Rincón de lectura

La pluma es la lengua del alma

(Miguel de Cervantes)

Julio Eguaras presenta en este libro de 75 páginas las referencias al vino de Toro en las piezas fundamentales de la literatura española, desde las de Quevedo o Lope de Vega a obras más contemporáneas como las de Suso de Toro o Ignacio Sardá. El profesor zamorano mezcla dos de sus pasiones del autor y se podría añadir que dos grandes placeres de la vida: el vino y la literatura. Se muestra una vez más la calidad y la merecida celebridad de este producto zamorano. Para mayor deleite, la obra la acompaña maravillosas ilustraciones de Ana Eguaras.

OFERTA: 5% de descuento al presentar esta revista en la librería **SEMURET** de Zamora. Consíguelo por solo 4.75 euros.



Pajares de la Lampreana es un pueblo de la comarca zamorana de Tierra del Pan que como numerosos otros engruesan la lista de la España vaciada. No obstante, Pajares resiste a desaparecer manteniendo viva su memoria y para ello, el escritor y periodista Gerardo González Calvo, natural de Pajares, recopila y analiza en este tomo de 276 páginas el rico léxico ligado a esta localidad. Gran parte del vocabulario está relacionado con los antiguos aperos de labranza, con la fauna, la flora, las fiestas populares, la repostería, los juegos, los recipientes y utensilios de cocina, la religiosidad y costumbres.

OFERTA: 5% de descuento al presentar esta revista en la librería **SEMURET** de Zamora. Consíguelo por solo 14.25 euros.

GERARDO GONZÁLEZ CALVO

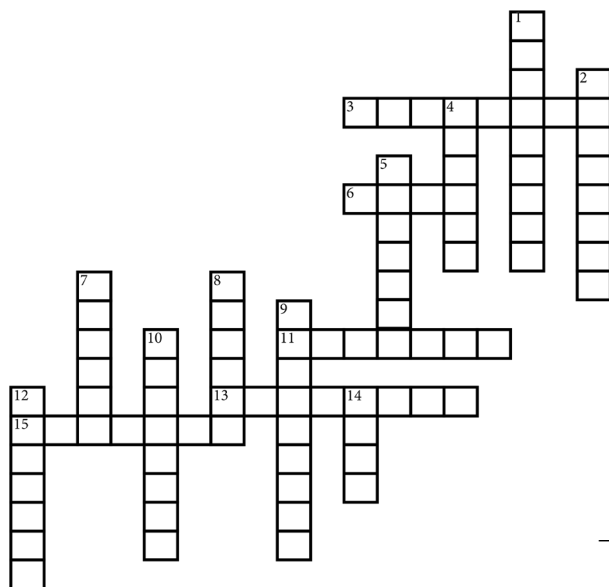
Pajares de la Lampreana

Un pueblo de la España vacía



BIBLIOTECA DE CULTURA
DE LA LAMPREANA

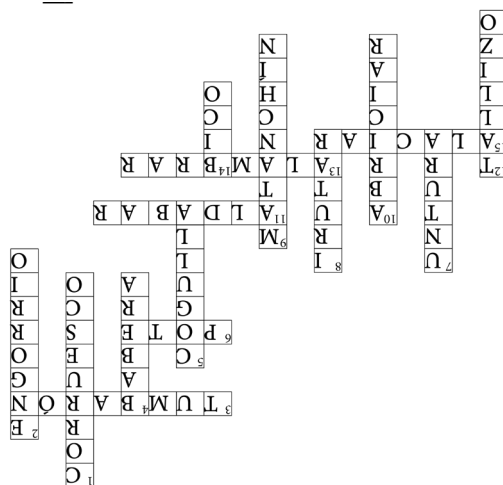
PASATIEMPOS



Vertical:

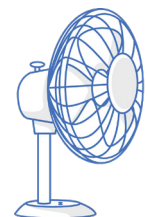
- 1 Corrusco. Mendrugo de pan
- 2 Estorbo
- 4 Persona despreciable
- 5 Nuca
- 7 Ungüento, unto
- 8 Eructar
- 9 El que mata cerdos
- 10 Acunar
- 11 Grieta amplia en una peña
- 14 Pezón

SOLUCIÓN



Horizontal:

- 3 Montón de tierra o de otra cosa
- 6 Vasiija de hierro usada
- 11 Poner aldaba a la puerta para cerrarla
- 13 Anillar la jeta del cerdo para que no hoce
- 15 Hacer señales a otra persona con la mano. Forma de indicar adiós. Indicios de viento



tecnoduero

C/ LOPE DE VEGA, 1 980 52 70 30

659 48 99 21

www.tecnoduero.com

https://www.facebook.com/tecnoduero/

5º Concurso de dibujo

Las obras galardonadas en el concurso de DIBUJO INFANTIL de esta edición en las tres categorías respectivas se llevarán a su casa material escolar por valor de 150€. Donado por la librería PYA REQUEJO de Zamora.



"El puente de Zamora"
de Abril López Alonso
7 años. Corrales del Vino.



"Alegría"
de Hélder Vázquez Porris
3 años. Villar del Buey.



"El Merlú"
de Elsa Esteban Rodrigo
11 años. Corrales del Vino.

¡Felicidades!



By Alba

Diseñadora de moda

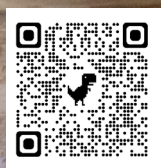
C/Manuel Diz 20

La Bañeza, Leon 24750

620 906 976



Tu corazón late con VIVE ZAMORA



Subvencionado por:



**DIPUTACION
de
ZAMORA**

REVISTA GRATUITA