Desde abril 1999 ®
21 aniversario
GUIA
SANTA POLA - G. ALACANT
ELCHE y COMARCA
www.velerodeyaiza.es
INFORMATIVA - COMERCIAL - OCIO - CULTURAL
617 95 77 82 Nº 538 / JUN / 2020

La vida es un mar de oportunidades, solo hay que aprender a pescar

PARTICIPA EN EL SORTEO
¿DONDE ESTAN LOS 3 PIGÜIS?
TU PUEDES SER EL GANADOR/A

Busca los Tres Pigüis en cada edición de la guía digital y envias tu datos (nombre y apellidos, e-mail teléfono ó whatsapp) junto con los nombres de los tres anuncios donde se encuentra el Pigüi a traves de nuestra web www.velerodeyaiza.es en el apartado Sorteo Pigüi

Y ENTRARÁS EN SORTEO !!!

En el mes de Noviembre 2020

Donde los premios serán cenas, comidas para dos personas, desayunos, bonos, mochila, gafas de sol, lote regalos, dvd clásicos y mucho más.

Ahora puedes visualizar
o descargar tu Guía Digital
en el móvil a través del qr

Se celebra desde el año 2001

Proclama: ONU

DIA MUNDIAL DEL REFUGIADO

El Día Mundial del Refugiado, se celebra el 20 de junio de cada año con el objetivo de visibilizar, denunciar y ayudar a los millones de personas que en todo el mundo viven en condición de refugiados, desplazados y los que todavía esperan que se les de asilo en otros países debido a los conflictos armados, de violencia y persecución de los cuales son objeto dentro de sus naciones.

¿Qué significa ser un refugiado?

Una persona refugiada es aquella que es obligada a dejar su país debido a problemas internos como conflictos armados, persecuciones y todo tipo de violencia.

Son muchas las razones por las cuales las personas refugiadas deben comenzar sus vidas en lugares alejados de sus familiares y de la patria que los vio nacer. Entre las más comunes está persecución por temas políticos, religiosos, sociales, raciales y hasta sexuales y de no dar este paso decisivo, pueden incluso poner en riesgo sus vidas.

La Agencia de la ONU para los refugiados y su campaña 2020

El presente año está marcado por dos importantes acontecimientos como son la pandemia que actualmente afecta a la población mundial conocida como COVID-19 y los lamentables hechos de racismo que han provocado protestas y levantamientos en varios países.

La campaña del 2020, busca sensibilizar a toda la humanidad para que, de una vez por todas, cese la **discriminación, la violencia y la intolerancia entre los seres humanos**.

Para la **Agencia de la ONU para los Refugiados**, este es uno de los principales objetivos, una mayor inclusión de las personas, sin importar su condición social, ideología, creencias o preferencias y de esta forma poder lograr mayor igualdad, justicia y equidad.

Protección internacional de los refugiados

La Convención sobre el Estatuto de 1951 y el protocolo de 1967 son dos instrumentos legales que fueron creados con la intención de amparar y proteger a todas las personas que se encuentran en condición de refugiadas en todo el mundo, donde se establecen tratados y acuerdos que garanticen sus derechos humanos para que no sean vulnerados.

Entre los derechos que se establecen en la Convención de 1951 destacan los siguientes:

- El derecho a no ser sacado o expulsado del país donde se le da acogida al refugiado, a excepción de casos particulares y que están previamente establecidas en el documento.
- El derecho a no ser penalizado o castigado si la entrada a un determinado territorio de un estado contratante se hace de forma ilegal.
- El derecho a un empleo remunerado, a la vivienda y a la educación pública.
- El derecho a recibir asistencia médica gratuita y el derecho a la libertad de culto.
- El derecho al libre tránsito dentro del territorio, así como a la emisión de documentos de identidad y de viaje.

¿Cómo celebrar el Día Mundial del Refugiado?

Este año lamentablemente la celebración del **Día Mundial del Refugiado** no se llevará a cabo como en años anteriores debido a la pandemia de COVID-19 y que ha puesto a prueba a toda la humanidad.

Sin embargo, la labor que vienen desempeñando la **Organización de las Naciones Unidas** y todas las personas que brindan ayuda humanitaria a todos los refugiados, en estos tiempos de crisis no se han detenido, por esta razón muchos de estos eventos y programaciones se tienen previstos para ponerse en marcha, pero esta vez, de forma virtual.

Así mismo, la invitación es para que todas las personas aporten su pequeña contribución participando de estas actividades en línea, donde puedan dar su opinión o compartiendo a través de las redes sociales alguna información valiosa sobre este interesante tema y sin olvidar añadir la etiqueta **#DíaMundialdelRefugiado**.

Recopilación datos: J.B. Miralles

TALLERES PACO
CHAPA – PINTURA – MECÁNICA
administracion@tallerespaco.es
talleres_paco_santapola
TALLERES PACO
TALLER MULTIMARCA
SERVICIO DE NEUMÁTICOS
CARGA / REPARACIÓN A/AC
PINTURA ECOLÓGICA
PRE-ITV E ITV
COMPRA–VENTA DE VEHÍCULOS

3999€ 8499€ 3299€ 9999€
Tels. 966 693 902 / 666 457 141
C/ Proyecto Zamora, 5 - 03130 Santa Pola (Alicante)

PUBLISERVICIOS PIENSOS ANDRÉS

En esta nueva edición digital del velero de Yaiza hemos contactado con Andrés Esclapez Alonso, un amigo y cliente que durante estos 21 años nos ha ido apoyándonos en las ediciones de nuestra guía.
Andrés, dueño del establecimiento Piensos Andrés, desde el año 1997, viene ofreciendo a todos los santapoleros y visitantes sus servicios en venta de gran variedad de accesorios y comida para perros, gatos y pájaros.
Su horario de atención al público de la tienda es de lunes a sábado de 10:00h a 14:00h y de 17:30h a 20:30h
Andrés nos invita a su tienda, para que toda persona que necesite de sus servicios, pueda ofrecerles sus productos, siempre con garantía y calidad.

PIENSOS ANDRES

Tú tienda de confianza de accesorios y alimentos para tus animales de compañía.

Tels. 966 69 01 63 - 635 80 46 35 C/ Espoz y Mina, 50 - SANTA POLA

ALIMENTACIÓN

Los guisantes

Con más proteínas que la mayoría de las hortalizas, pero más fáciles de digerir que cualquier otra legumbre, añadir guisantes a tus recetas aporta algo más que una nota de color a los platos.

Si lo combinas con arroz (ensaladas, paellas vegetales, etc) o con maíz (empanadas, salteados, etc.), conseguirás proteínas completas sin necesidad de añadir carne o pescado a la receta. Te ahorras un ingrediente y, al mismo tiempo, reduces la toma de grasas de animales.

Cuando se consumen frescos, este vegetal es un excepcional aporte de vitamina C. También es un yacimiento de biotina, lo que los convierte en un firme aliado de una piel más joven, firme y luminosa.

Los guisantes pueden ayudarte a mejorar los resultados de tus analíticas. Al ser ricos en fibra soluble favorecen la reducción del colesterol y regulan los niveles de azúcar en sangre. Para potenciar este efecto, prepáralos con cebolla y aceite de oliva.

Por su riqueza en hierro, magnesio y vitamna B1, los guisantes ayudan a subir el ánimo. Con esta finalidad, te recomendamos prepararlos con huevo o con jamón.

Una ración de 150 g aporta los dos terceras partes de la dosis de vitamina K que se requiere al día. Este nutriente, esencial para la coagulación de la sangre, refuerza la matriz de los huesos. Tenlo en cuenta si sufres osteoporosis o te recuperas de una fractura.

Fuente extraordinaria de luteína, comer guisantes reduce el riesgo de sufrir trastornos oculares que pueden desembocar en ceguera, como la degeneración macular. Para proteger tus ojos de la luz de las pantallas, cocínalos con maíz y zanahorias.

Los guisantes en conserva aportan más sodio, más azúcares y menos vitaminas C.

Cómo preparar el té matcha

El té matcha actúa como un anticancerígeno natural. Si te sienta bien es una bebida muy digestiva, no hay problema en tomarlo. De hecho, esta milenaria bebida te ayudará a disponer de más energía, reflotar las defensas y a frenar el avance de las células cancerosas, gracias a su elevado contenido en catequinas (cuadriplica el aporte del té verde regular). Se prepara batiendo una cucharadita de este té en polvo en el contenido de una taza de agua o leche vegetal a unos 85 ºC hasta obtener una textura espumosa.

Úlceras en la boca. Toma un licuado de zanahorias y manzana

Si ya no sabes qué comer para que no te salgan llagas en la boca, apunta esta receta: licúa cinco o seis zanahorias y una manzana y toma este zumo a diario. El ácido málico de la manzana es bactericida y la zanahoria tiene vitamina A, que repara la piel. Además, comer verduras y frutas frescas te ayudará a regenerar los tejidos con mucosa porque curan las úlceras y evitan que vuelvan a aparecer.

Texto: Verónica Martín

RECORDANDO VIEJOS TIEMPOS

En la fotografia aparecen:
De pie arriba: José Rafael (Jochi) ; José Vicente Gomis ; José María (Rovira) ;Francisco Miralles (Lillo); Rafael Boronat; Rafael (El Curro); José Juan (Uburatuttu); Antonio García (Moñicot)
Agachados: Manuel Escolano (Gordo); Miguel (Pituso) ; Esteban (Largo) ; Mateo Boronat (Feito); Antonio García (El Curro)
Fecha: *Año 1970 Equipo Barrio Casas de Ahorro Lugar: Calle Felipe II*
Foto cedida por: *Antonio García (El moñicot)*

IBERDROLA
Queremos ser tu energía
Punto de atención al cliente
MORA SOLUTIONS
C/ Muelle, 12 - Santa Pola
Tel. 965 41 64 10
info@morasolutions.es

En la fotografia aparecen:
Vicente Fuentes Sanchez "Remache"; Rafael García Sempere "El Blavo"; Rafael Bello Baeza "El Cañuto"
Fecha: *Año 1965*
Foto cedida por: *Vicente Fuentes Sánchez*

FONTANERIA
FAUSANT
- Fontanería
- Calefacción
- Grupos de Presión
- Muebles de baño
- Aire Acondicionado

Cl. Dean Llópez, 65 / fausant@gmail.com / Tel. 965 41 40 08 / Santa Pola

DIA INTERNACIONAL DEL SOL

Coincidiendo con el solsticio de verano en el hemisferio norte, el 21 de junio se celebra el **Día Internacional del Sol**, una fecha en la que el astro rey es el protagonista de las agendas de todo el mundo, ya que se celebran eventos destinados a concienciar sobre la importancia del sol para nuestro planeta.

Asociaciones ecologistas usan esta celebración para promocionar y **apoyar las fuentes de energía renovable**, sobretodo en países como España donde el nivel de explotación de la energía solar es bastante bajo en comparación con otros países con niveles inferiores de exposición al sol..

¿Por qué se celebra el 21 de junio?

El 21 de junio es el primer día del verano y a su vez, es **el día más largo del año en cuanto a horas de luz se refiere.** Por ello, en los países del hemisferio norte se suelen celebrar eventos y actividades que evidencian la importancia del astro rey para el planeta y para la vida en la Tierra.

Y no es que sea importante, **el Sol es fundamental**. No en vano, el Sol es la fuente de energía más grande para la Tierra y los seres vivos. Sin él, las plantas no podrían hacer la fotosíntesis, proceso fundamental para la existencia de la vida.

El Sol también es el responsable de la variación de la temperatura, de las estaciones del año, los fenómenos meteorológicos y de muchos otros factores vitales para la vida en el planeta. En definitiva, el Sol es vida y sin él, la Tierra no sería habitable.

Además la actividad solar, como las tormentas solares, afectan directamente a las comunicaciones en la Tierra, influyendo en los satélites que se encuentran orbitando alrededor del planeta.

Por todo ello, se ha convertido en un reto para los científicos conocer mejor el Sol, conocer su comportamiento y su evolución.

Sonda Solar Orbiter

Solar Orbiter es una sonda de observación solar desarrollada por la Agencia Espacial Europea y la NASA que tiene como objetivo hacer mediciones para estudiar el campo magnético del sol, los niveles de radiación de la heliosfera y del viento solar y para captar imágenes de las regiones polares del sol.

La sonda se lanzó en febrero de 2020 a bordo del cohete Atlas V, después de haber sufrido numerosos retrasos desde 2015 debido a los recortes que afectaron a la NASA. Se espera obtener numerosos datos e imágenes que permitan tener mayor conocimiento científico sobre el astro rey.

Curiosidades sobre El Sol

Existen muchas curiosidades y datos relacionados con el Sol que nos hacen asombrarnos, como algunas de las que te contamos:

El Sol es la estrella más cercana a la Tierra.

Se encuentra a unos 149.600.000 km. Y aunque estemos tan cerca, la luz tarda ocho minutos en llegar a la Tierra. Es la estrella en torno a la que giran los planetas del sistema Solar.

El Sol es el responsable de las mareas.

El primero que habló de este hecho fue **Isaac Newton** que explicó que las mareas son el resultado de las fuerzas de atracción gravitatoria que el Sol y la Luna ejercen sobre la Tierra.

Su edad es de 4,6 billones de años.

Se estima que el Sol está en la mitad de su vida, ya que una estrella como el Sol suele tener una vida de unos nueve o diez mil millones de años.

El núcleo del sol alcanza una temperatura de 15 millones de grados centígrados.

Pero en la superficie la temperatura baja hasta los 5.500 grados centígrados.

El Sol está compuesto de helio e hidrógeno.

Concretamente un 74% de hidrógeno (H) y un 24% de helio (He), además de un 2% de hierro (Fe), níquel (Ni), oxígeno (O) y otros elementos.

El Sol ocupa la gran parte del Sistema Solar.

Además de ser lo más importante del Sistema Solar, ya que sin él no existirían los planetas tal y como son, **el Sol representa el 99,8% de toda la masa del Sistema Solar**. Y sobre el resto, la mayoría proviene de Júpiter. Con lo cual, la Tierra representa una pequeñísima parte.

El Sol es muy grande, pero no tanto

El diámetro del Sol es de 1.392.000 km. Unas 109 veces más grande que La Tierra. Pero si lo comparamos con otras estrellas colosales como ***Anthares*** o ***Betelgeuse***, el Sol es una estrella relativamente pequeña. Durante mucho tiempo se ha pensado que la estrella más grande del universo, que conozcamos, es ***VY Canis Majoris***, con un radio de unas 2.000 veces mayor que el del Sol, pero solo podemos alcanzar a estudiar a una distancia de 13 mil millones de años luz.

¿Cómo celebrar el Día Internacional del Sol?

En muchas culturas el **Día del Sol** se ha celebrado siempre por todo lo alto. De hecho las hogueras de San Juan tienen su origen en las fiestas paganas del culto al Sol. Actualmente la festividad de San Juan se ha cristianizado, pero aún conserva su esencia, representada en el fuego y calor de las hogueras.

Si tienes oportunidad, acude a alguna de estas celebraciones de San Juan que se suelen realizar en las playas. En muchas ciudades se organizan eventos y actividades para honrar al sol.

Recopilación datos: J.B. Miralles

Masai mara

2 + 1 Gratis

18€

2ª unidad al 50%

-Tienda especializada de animales
-Centro Veterinario

-Peluquería canina y felina
-Spa canino

Tel. 966 29 49 42 - 667 49 79 32 Plaza Diputación, nº 5 - SANTA POLA

Cien años de ilusión

centenariocrc.com

100 años

CRC

CAJA RURAL CENTRAL

1919 - 2019

BueníSimo Tapería - Arrocería

www.taperiabuenisimo.com

Pepi y Carlos

965 99 79 50 - 637 44 18 95 C/ Marques de Molins, 51 - SANTA POLA

HALLAZGOS DE INTERÉS

Hallan en Madagascar un animal único que vivió hace 66 millones de años

Un equipo internacional de investigadores ha descubierto en Madagascar el pasado mes de abril el esqueleto de un animal al han bautizado como Adalatherium hui (bestia loca) por la rareza de sus características, que lo hacen único. La apariencia de este mamífero, que vivió hace 66 millones de años, podría recordar a un tejón, con la salvedad de que tenía numerosos agujeros en la cara que le servían como pasajes para los nervios y los vasos sanguíneos. El ejemplar encontrado no llegaba a la edad adulta y pesaba poco más de 3 kilos

Hallan en China un sello de oro de 8 kilos de la dinastía Ming

El pasado mes de enero, en las excavaciones llevadas a cabo en el sitio arqueológico de Jianghou Chenyin se encontró un tesoro de unas 10.000 piezas. Ahora, la agencia de noticias china Xinhua ha relevado que uno de los hallazgos fue un sello, de casi 8 kilos de peso y compuesto de oro al 95%. En él aparece la inscripción "tesoro del príncipe Shu", por lo que se cree que pertenecía a algún miembro de la casa imperial de la dinastía Ming. La pieza, que tendría unos 370 años, mide 10 centímetros de

Hallan en Jerusalén un complejo subterráneo de hace dos milenios

Las excavaciones arqueológicas que se están llevando a cabo a poco metros del Muro de las Lamentaciones, en la Ciudad Vieja de Jerusalén, han dado con un complejo subterráneo de unos dos milenios de antigüedad. La Autoridad de Antigüedades de Israel ha informado de que este hallazgo cuenta con tres compartimentos perforados en la roca junto con espacios para estanterías, lo que hace pensar que se utilizó como despensa. El complejo subterráneo estaba tapado por un pavimento bizantino construido posteriormente.

Hallan ejemplares una especie de abeja que se creía extinta

Chase Kimmel, investigador del Museo de Historia Natural de Florida (Estados Unidos), ha observado un ejemplar de "Osmia calaminthae", una especie también conocida como "abeja azul" que se creía extinta, ya que no había avistado ninguna desde 2016. Kimmel se encuentra inmerso en un estudio cuyo objetivo es cuantificar la población de estos animales y la localización geográfica de los mismos.

Recopilación datos: Francisco Sansano

Las Cosas de María

Curiosidades del Cuerpo Humano (II)

Curiosidades sobre el corazón, la circulación y la sangre

*El corazón es un músculo del tamaño de un puño (del puño de cada uno), por cuyo interior pasa la sangre, a la que hace circular por todo el cuerpo, porque tiene la misión de bombear la sangre. Su sonido real es algo parecido a "ducta-duc", sonido que se produce al cerrarse las válvulas.
*Si un corazón adulto se conectase a un camión-cuba con un depósito de 8000 litros, lo podría llenar en un solo día.
*El corazón impulsa 80 ml de sangre por latido (un buche de agua).
*El corazón late más de 30 millones de veces al año y 2000 millones de veces en toda la vida.
*El primer trasplante de corazón lo realizó el 3 de diciembre de 1967 el cirujano sudafricano Christian Barnard al tendero Lois Washkansky.
* La supervivencia más larga de un corazón trasplantado ha sido de 22 años, 10 meses y 24 días.
*Cuando hacemos ejercicio, respiramos más veces, el corazón late más deprisa y la sangre corre por lo tanto con más velocidad por nuestro cuerpo.
*Los glóbulos rojos contienen hemoglobina, que almacena el oxígeno y lo cede al cuerpo. Los glóbulos blancos luchan contra la infección.
*La arteria más gruesa es la aorta, que mide 2,5 cm de diámetro. La vena más gruesa es la cava, también con 2,5 cm.
*Los tipos sanguíneos son A, B, AB Y 0. Estos últimos pueden dar a todos, pero solo pueden recibir de su mismo grupo. El AB lo contrario: solo dan a los de su grupo, pudiendo recibir de todos. El A y el B solo dan a su grupo, y pueden recibir de sus grupos respectivos, y también del 0.
*Los glóbulos rojos sobreviven unos 4 meses y realizan 172.000 vueltas alrededor del cuerpo.
*El sida destruye los glóbulos blancos dejando al cuerpo sin defensas.
*Las sanguijuelas se adhieren con ventosas a los animales y se alimentan de su sangre. Pueden beber sangre hasta 10 veces su peso, y después están sin tomar nada hasta 9 meses.
*Una persona mayor tiene 60-80 pulsaciones por minuto, mientras que un niño puede tener el doble (140).

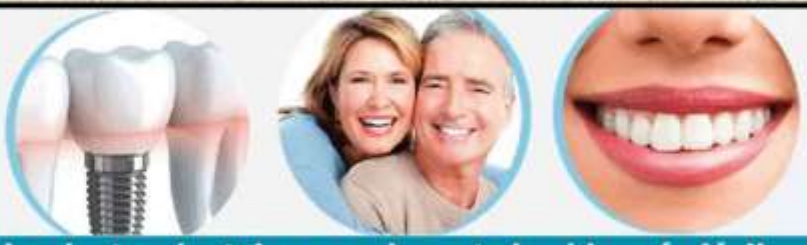
Curiosidades sobre el esqueleto y los dientes

*Los huesos contienen calcio y fósforo. La parte más fuerte es la de afuera. Dentro de los huesos largos hay una sustancia blanda, que es la médula ósea, conectada con el aparato circulatorio, y que produce glóbulos rojos y blancos.
*Un trocito de hueso puede soportar un peso de 9 toneladas sin romperse. El mismo peso destrozaría un trozo de cemento del mismo tamaño.
*El hueso más largo es el fémur (46 cm), y el más pequeño el estribo del oído (2,5 mm = la punta de un lápiz).
*Los dientes están recubiertos de esmalte, que es la sustancia más dura que los animales fabrican.
*Tenemos 32 dientes, de los cuales 8 son incisivos (para cortar), 4 caninos o colmillos (para desgarrar). 8 premolares y 12 molares (para masticar).
*Los dientes se deterioran más fácilmente durante los primeros 25 años de vida. El esmalte maduro es más resistente.
*Algunos bebés han nacido con la dentadura completa, como el rey Luis XIV.
*Las cuatro últimas muelas se llaman del juicio y no la llegan a desarrollar algunos mayores (25 años).
*Nuestros huesos de cada persona crecen hasta aproximadamente los 25 años.
*Algunas personas tienen un par de costillas extra (decimoterceras).
*El cuello de una jirafa tiene el mismo número de huesos que el cuello humano.
*Los huesos de la cabeza del bebé no están soldados, sino que se solapan ligeramente para facilitar el alumbramiento.
*Los bebés tienen más de 300 huesos (una persona mayor 206), y se sueldan entre sí posteriormente. Estos huesos del bebé son muy blandos, como cartílagos, y se van endureciendo con el tiempo. Cuando somos mayores, se hacen más frágiles, y por eso, una persona mayor cuando se cae se puede romper un hueso con más facilidad que un niño.

Recopilación datos: María Pinilla

CEO
Centro Especialidades Odontológicas
Dr. Orts

· Odontología general *ODONTOLOGY*
· Periodóncia *PERIODONTICS*
· Endodoncia *ENDODONTICS*
· Implantología *IMPLANTOLOGY*
· Odontopediatría *PEDIATRIC DENTISTRY*
· Cirugía oral *ORAL SURGERY*
· Ortodoncia *ORTHODONTICS*
· Estética dental *DENTAL AESTHETICS*



Implantes dentales para hacerte la vida más fácil.
Tú salud bucal es lo primero. Nosotros te ayudamos. Consúltanos sin compromiso.
DENTAL IMPLANTS TO MAKE YOUR LIFE EASIER.
Your oral health comes first. We will help you. Ask us without commitment.

INFÓRMESE EN:
SANTA POLA: C/ Elche, 4 - T. 96 541 50 10
ELCHE: Pza. de España, 15 - 1º - T. 96 543 27 77

FINANCIAMOS sus tratamientos en cómodas mensualidades.

EL SANTA POLA C.F. RENOVÓ AL CUERPO TÉCNICO

El primer objetivo de la Junta Directiva del Santa Pola CF para la Temporada 2020/2021 se ha cumplido. Se trata de la renovación del Cuerpo Técnico que logró el brillante ascenso a la Categoría Preferente. De esta manera se coloca la primera piedra del ambicioso proyecto que pretenden los directivos rojiblancos para militar en una categoría exigente como es a la que ha arribado el conjunto marinero. La sintonía entre Cuerpo Técnico y jugadores ha sido excelente, llegando a formar una "verdadera familia" dentro y fuera de la cancha, lo que ha permitido superar numerosas situaciones a lo largo de la temporada pasada. Afrontará su tercera temporada como primer entrenador Ismael Arroyo Esteva, acompañado como segundo entrenador por Mario Jacquet, la preparación física estará a cargo de Manuel González, será ayudantes sanitario Adrián Morell y Doohan, como entrenador de porteros ejercerá Félix Caro y las funciones de delegado se repartirán entre Antonio José Sánchez y Jacinto Gómez. En cuanto al segundo objetivo sobre la renovación de jugadores, la idea general de la Secretaría Técnica a cargo de Angel Zaragoza, es la continuidad del esqueleto del equipo, más el arribo de 3-4 jugadores con experiencia en la nueva categoría, que hagan su aporte a una plantilla joven de gran proyección futura. Hasta el cierre de esta edición de VELERO DIGITAL, "el 80% de la plantilla que logró el ascenso continuarán una temporada más y se sigue dialogando con varios jugadores, aunque no se ha cerrado ninguna incorporación", según el secretario técnico del club. En otro orden de noticias el club ha informado sobre la cancelación de los Cursos de Verano de Fútbol, que con tanto éxito se desarrollaban en el mes de julio en el Polideportivo Els Xiprerets, como medida preventiva ante el Covid 19.

Texto: José Alberto Alvarez

LOS ANGELES NOS HABLAN

Cinco de Pensamiento

Cree que ha tomado la buena dirección pero el camino resulta sembrado de obstáculos y ahora necesita hacer algunos cambios. Ha de tomar otra vía que le permita acceder a la felicidad con total seguridad. Las dificultades a las que se enfrenta actualmente son también mensajes de sus ángeles de la guarda. Quieren que tenga una visión de conjunto y que acepte la guía que le ofrecen.

No escuche a las personas negativas porque le costará concentrarse en sus objetivos y acceder a la felicidad. Esté atento y aprenda a rodearse de personas buenas. ¿Sus relaciones con los demás son equilibradas o siempre es usted el que da, sin recibir nada a cambio?

Recopilación datos: Loly Logara

KARAOKE
DECIBELIOS
Disfruta
en tu ambiente
C/ Antina, nº 17 - SANTA POLA
Ya hemos vuelto
con más fuerza
y diversión
Tú eres la estrella
PROMO
1 Botella + 8 refrescos = 49 euros

Don Rodrigo
Restaurante - Asador - Bar
Especialidad en
Carnes a la brasa
865 71 48 15
Plza. Glorieta, 10 - Santa Pola

TALLERES PÉREZ JUAN S.L.
RENAULT - DANCIA SANTA POLA
RENAULT
Passion for life
DACIA
¡ Accesorio de regalo
por la compra vehículo nuevo!
Compramos tu vehículo
Nuevas ayudas para
la compra de tu vehículo
nuevo
Informate
965 41 37 46
C/ Ibiza, 1 - Santa Pola

LA PAREJA Y EL SEXO

Por qué las discusiones pueden acabar con la relación y cómo evitarlo

Todas las parejas discuten en algún momento, pero el porqué lo hacen y, sobre todo, el cómo determina el futuro de la relación.

-La vida real. Pasar del enamoramiento a la realidad no es fácil. Supone cambiar una situación ilusionante en la que el otro miembro de la pareja y la vida a su lado son perfectos por otra en la que hay que asumir horarios de trabajo, tareas domésticas, compromisos familiares y defectos, manías y costumbres con los que, quizá, no se contaba.

-Miedo. Cuando las personas se enfrentan a situaciones nuevas y desconocidas pueden sentir miedo, por lo que necesitan recuperar el control de la situación.

-Falta de recursos. Algunas, para no sentirse indefensas ante la amenaza, se enfrentan y manifiestan su oposición o queja, y aparece la discusión.

-Lucha de poder. Si en este enfrentamiento no se entienden las razones del otro y se alcanza un acuerdo satisfactorio, las discusiones aumentan de frecuencia, intensidad e, incluso, volumen, y terminan una auténtica lucha de poder.

-Hablar y escuchar. Expresar los miedos, los gustos y las necesidades de forma tranquila y escuchar las razones del otro y procurar entenderlas ayuda a que exista comunicación y no discusión.

Dile lo que piensas sin ofenderlo/a

El hecho de tener confianza con nuestra pareja no quiere decir que no tengamos que ser cuidadosos a la hora de dirigirnos a ella. Hay que tener en cuenta que muchos conflictos tienen su origen en una forma de expresarnos poco adecuada.

Decir no. Tienes todo el derecho a rechazar peticiones sin que, por ello, te sientas culpable. Es importante, sin embargo, que lo hagas sin ofender, dejando claro que tan sólo rechazas la propuesta, no a la persona.

Hacer una petición. Es muy habitual esperar que nuestra pareja sea clarividente y haga lo que queremos sin que nosotros tengamos que pedírselo. Esta actitud crea frustración y numerosos conflictos. Si deseas algo, no esperes a que lo adivine, pídelo sin ambages. Te sorprenderá lo sencillo y práctico que resulta.

Expresar tus sentimientos. Si comunicas tus emociones, tanto positivas como las negativas, te acercarás más a tu pareja y te resultará más fácil entenderte con ella. Además, evitarás acumular agravios y explotar cuando ya no puedas mas.

Discutir sin enfadarse. Lo conseguirás si expresas tu opinión de forma calmada y evitas las acusaciones y las descalificaciones hacia tu pareja. También es importante escuchar con atención a tu interlocutor para desarrollar la empatía.

Texto: Doctor Amor

Aprende INGLES

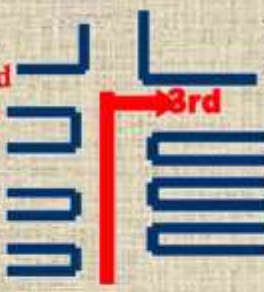
Givind directions
Dar direcciones

Turn left
Gira a la izquierda

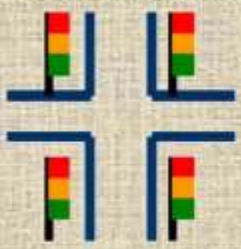
Turn right
Gira a la derecha

Go round the roundabout
Gira en la rotonda

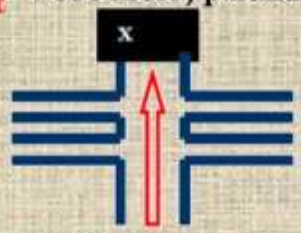
Go — Along / Up / Down — This — Road / Street / Avenue
Ve ... Recto/arriba/abajo
Carretera / Calle / Avenida



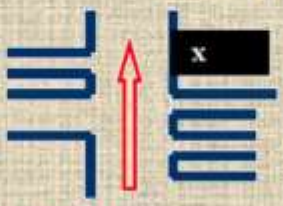
Take the third tuning on the right
En la tercera esquina, gira a la derecha



Go as far as the traffic light
Llega al semáforo



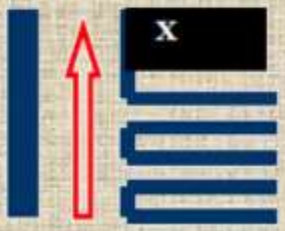
Go straight on, past x
Todo recto, pasando x



Take the second turning on the left
En la segunda esquina, gira a la izquierda

You'll see x on your left
Verás X a tu izquierda

You'll see x straight abead of you
Verás X justo delante de ti



You'll see x on your right
Verás x a tu derecha

Go straight on, until you get to x
Sigue todo recto, hasta que llegues a x

Where is the x? // Hor can I get to the x?
¿Dónde está? // ¿Cómo puedo llegar a x?

Texto: María José Marcos ***Academia Top Notch***

top notch
academia de idiomas

Trial Courses Cambridge

Julio y Agosto

Tenemos cursos de práctica de exámenes (trial) y los intensivos para preparar certificaciones

Levels: A1 B1 B2 C1

info@topnotchacademia.com www.topnotchacademia.es

C/ Mayor, 30 - 608 419 719 - SANTA POLA

Se celebra desde el año 2011

Proclama: ONU

DIA INTERNACIONAL DE LAS VIUDAS

El 23 de junio se celebra el **Día Internacional de las Viudas**, una fecha oficial promulgada por la ONU y que trata de paliar los problemas relacionados con la viudedad en todo el mundo. Quizás si vives en una sociedad avanzada no pienses que, en otros lugares del mundo, el hecho de quedarte viuda acarrea una serie de consecuencias graves que afectan a la vida de estas mujeres y de sus hijos.

La pérdida irreparable de un compañero de vida y cabeza de familia es una experiencia dura de afrontar para las mujeres en el mundo. En países en vías de desarrollo y con elevados niveles de pobreza la viudedad está rodeada de estigmas, falsas creencias, discriminación y abusos contra las viudas, vulnerando sus derechos humanos y la satisfacción de sus necesidades básicas para seguir sosteniendo a sus familias.

¿Por qué se celebra un día para las viudas?

De acuerdo a las estadísticas se estima que en el mundo hay más de 285 millones de viudas, de las cuales más de 115 millones viven en la pobreza extrema. No se trata solo de las viudas, sino también de los hijos huérfanos menores de edad que en la mayoría de los casos no cuentan con el debido apoyo socio-económico y familiar.

En muchos lugares del planeta las viudas pasan por situaciones muy difíciles. El hecho de haber perdido a su pareja es solo el inicio de los problemas por los que pasan estas mujeres.

En Asamblea General de las Naciones Unidas del año 2010 se reconoció este día para concienciar a la humanidad acerca de esta realidad que se afronta en varios países, destacando la labor de organizaciones no gubernamentales y fundaciones sin fines de lucro que trabajan en pro de sus derechos.

Las viudas se enfrentan a una dura realidad

El cambio de estatus social de las mujeres a viudas conlleva a la pérdida no solo de su pareja, sino de su espacio en la sociedad civil.

En muchos países, **a las mujeres que enviudan se le niegan sus derechos a la herencia, a la tierra** y se les somete a rituales extremos de duelo y a otras formas de discriminación y abuso. En ocasiones es la misma familia de la viuda la que las desalojan de sus casas y las maltratan, incluso las asesinan.

En otros países, **la situación de la mujer está vinculada a su esposo**, de forma que cuando éste muere la viuda ya no tiene protagonismo en la sociedad y para adquirir esa relevancia a veces se les obliga a casarse de nuevo con miembros de la familia del marido, muchas veces, en contra de su voluntad.

En muchos países quedarse viuda es causa de vergüenza, e incluso se asocia este hecho con la brujería y por ello se somete a las mujeres a abusos. También los hijos pueden sufrir la estigmatización derivada de la viudedad. Todas estas crueldades muchas veces se justifican por la tradición religiosa o cultural.

La impunidad es un hecho extendido, no se lleva a los culpables ante los tribunales. E incluso en países donde hay legislación, la realidad es que los delitos relacionados con este tipo de violencia son perdonados.

Podemos enumerar los problemas a los que se enfrentan las viudas en algunos países, en los siguientes puntos:

- Discriminación por razones de género, religión, edad o discapacidad.
- Pobreza e indigencia.
- Sometimiento a rituales de duelo vejatorios.
- Violencia y abuso físico y psicológico.
- Desalojo de sus hogares.
- Negación de sus derechos a herencias, pensiones, propiedades y recursos productivos. Escasa posibilidad de obtener ingresos económicos regulares para la manutención de su familia.

Por la igualdad de sus derechos

El derecho internacional consagra los derechos de las mujeres e hijos al trato igualitario y a una vida digna. En torno a esta problemática social de género, se han establecido y acordado Tratados en Convenciones sobre los Derechos de las personas que involucran estos aspectos:

- Brindar oportunidades de educación y formación para el autosustento.
- Velar por un trabajo decente e igualdad de remuneración.
- Procurar legalmente el acceso a una parte justa de su herencia, tierras y recursos productivos.
- Garantizar el acceso a pensiones y protección social.

Abordar los estigmas sociales existentes para erradicar la exclusión y las prácticas discriminatorias o perjudiciales.

Organizaciones a nivel mundial que apoyan esta causa

Muchas organizaciones que defienden los derechos humanos han orientado sus esfuerzos en la aplicación de programas sociales y políticas de igualdad y acceso a la salud, la vivienda, educación, empleo e inclusión de las viudas y su descendencia, por parte de los gobiernos y Estados Miembros:

- Organización de las Naciones Unidas (ONU): ONU Mujeres y ONU Sida.
- Fondo de Poblaciones.
- UNICEF.
- Oficina de Prevención del Genocidio.

Womens Watchers.

Recopilación datos: J.B. Miralles

CINE - SERIES

Próximos estrenos de cine

Personal assistant

La posesión de Mary

La lista de los deseos

Inesperado

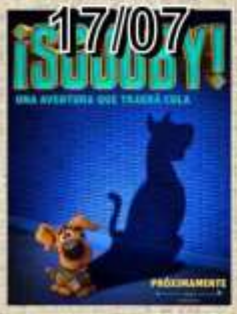
The Boy: La maldición de Brahms

La maldición del guapo

Dónde estás Bernadette

Superagente Makey

La familia que tu eliges



¡Scooby!

Una obra maestra

Madre oscura

Series recomendadas

Benidorm

Condor

Hanna

Los cien

El ministerio del tiempo

Dark

Deguste nuestra gastronomía con la calidad de siempre

restaurant Els Xiprerets

Pide tu tarjeta Vip Menús
El 10º te sale GRATIS
Pedido mínimo 10€

DESAYUNOS - ALMUERZOS - COMIDAS - MENÚS DIARIOS - PAELLAS - CALDEROS - ASADOS

HAZ TU PEDIDO A DOMICILIO PARA ELCHE Y SANTA POLA Ó RECOGELO EN ELS XIPRERETS
PARTICULARES - EMPRESAS - OFICINAS - COMERCIOS

965 41 65 64 662 475 860 10:00h a 16:00hh
Recógelo en Els Xiprerets Servicio a domicilio Redes sociales
www.restauranteelsxiprerets.es Polig. Ind. IN-2 - C/ Mecánicos, 21 - SANTA POLA

RECETAS DE COCINA

Sardinas en escabeche

Preparación: 20 minutos
Cocción 25 minutos
Ingredientes para 4 personas:
1 Kg de sardinas frescas / ½ cabeza de ajos / 1 cucharadita de pimentón dulce / 2 hojas de laurel / 1 ramita de tomillo / 100 ml de vino blanco / 100 ml de vinagre / ½ litro de aceite de oliva / 10 granos de pimienta negra / harina / sal

Preparación:
1.Limpia las sardinas retirándoles la cabeza con las vísceras. Lávalas, sécalas y sálalas. Enharínalas y fríelas en una cazuela con la mitad del aceite, a fuego fuerte para que queden doradas por fuera y apenas cocidas en su interior. Resérvalas en un recipiente de barro o cristal.
2.Vierte el resto del aceite en la cazuela, añade los ajos pelados y el laurel y fríelos a fuego suave. Cuando empiecen a dorarse, agrega tomillo y la pimienta y, tras un par de minutos, el pimentón y el vino. Deja hervir unos minutos, incorpora el vinagre y una pizca de sal y cocina 5 minutos, siempre a fuego suave.
3.Vierte la preparación sobre las sardinas y deja enfriar. Guárdalas en la nevera hasta el momento de servir, aunque estarán mejor de un día para otro.

Ensaladilla rusa

Preparación: 20 minutos
Cocción: 45 minutos
Ingredientes para 4 personas:
3 patatas grandes / 2 zanahorias / 3 huevos / 100g de guisantes congelados / 150g de atún en aceite / 100g de aceitunas rellenas de anchoa / ½ vaso de aceite de girasol / ½ vaso de aceite de oliva / vinagre / sal

Preparación:
1.Pela las zanahorias y lava las patatas. Cuécelas en una olla con abundante agua hirviendo con sal. Retíralas cuando estén tiernas y añade los guisantes. Hiérvelos el tiempo indicado en el paquete y escúrrelos. Deja enfriar todo.
2.Introduce 2 huevos en una cacerolita, cúbrelos con agua, agrega una pizca de sal y un chorrito de vinagre y cuécelos 10 minutos. Deja enfriar.
3.Casca el huevo restante en el vaso de la batidora, añade los aceites, unas gotas de limón y una pizca de sal y bate hasta obtener una mayonesa emulsionada. Si está demasiado espesa, vierte un par de cucharadas de agua y remueve.
4.Pela las patatas y córtalas en dados pequeños, de 1 cm, aprox. Corta igual las zanahorias y los huevos y mézclalo todo en un cuenco con una pizca de sal, los guisantes, el atún escurrido y desmenuzado y las aceitunas cortadas por la mitad.
5.Añade la mitad de la mayonesa, mezcla con suavidad y agrega más salsa hasta dar con la densidad justa. Sírvela bien fría.

Guindilla

Para acelerar el metabolismo. Este condimento picante contiene capsaicina, una especie de resina que hace que el cuerpo consuma más energía y, por lo tanto, que mucho más rápidamente la grasa acumulada en los tejidos adiposos. Hay que tener en cuenta, sin embargo, que un exceso de picante en la dieta puede resultar perjudicial, por lo que es conveniente tomarlo con moderación.

Recetas de Mª Isabel Plaza

PROMO Print
"PRECIO, CALIDAD Y SERVICIO"
TUS TARJETAS DESDE 25€
LUMINOSOS - BANDEROLAS
LONAS - CARTELERÍA - VINILOS
PVC FÓREX - ROLL UP - IMANES
PEGATINAS - BOLSAS - CAMISETAS
TALONARIOS - ENTRADAS EVENTOS
SELLOS - CARTA DE RESTAURANTE
CARTA DIGITAL DE RESTAURANTE CON CÓDIGO QR
REPARTO - DISEÑO GRÁFICO ...
667 697 451

Proclama: Congreso Forestal Mundial

DIA MUNDIAL DEL ÁRBOL

Son considerados los pulmones del planeta. Los árboles y bosques purifican el aire y contribuyen a regular el clima. Su importancia e impacto sobre el medio ambiente son de un valor incalculable.

Es por ello que en muchos países se celebra el **Día Mundial del Árbol** el 28 de junio. Sin embargo, hay que diferenciar esta fecha de otra celebración: el Día Internacional de los Bosques, avalado por la Organización de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) y que tiene lugar el 21 de marzo cada año.

En cuanto al **Día Mundial del Árbol**, su origen no está claro y no hemos encontrado fuentes que nos indiquen su origen, pero es posible observar actividades conmemorativas cada 28 de junio con el objetivo de informar sobre la importancia de los árboles en la vida del planeta y sensibilizar a la población sobre la necesidad de conservar el Medio Ambiente.

Más allá de las dudas, nos parece pertinente que se dediquen dos o más días a nuestros árboles, que vaya que se lo merecen y lo necesitan.

En el año 1840 Suecia fue el primer país que celebró el Día del Árbol, para generar conciencia sobre la importancia de los recursos forestales y de los árboles. Estos héroes verdes contribuyen a disminuir la contaminación ambiental y climática generada por el hombre, protegen el suelo y son esenciales para lograr un desarrollo sostenible, siendo imprescindibles para la vida.

Aporte de los árboles en la conservación del medio ambiente

Los árboles juegan un papel fundamental en la conservación del medio ambiente:

- Liberan el oxígeno y transforman el dióxido de carbono (CO_2) en biomasa, reduciendo el efecto invernadero.
- Son reguladores de los ciclos hidrológicos contribuyendo a evitar inundaciones.
- Previenen la erosión de los suelos, favoreciendo el desarrollo de la agricultura.
- Constituyen el hábitat de especies de plantas, aves, mamíferos, reptiles y anfibios.
- En las zonas selváticas contribuyen a formar un ambiente húmedo.
- Contribuyen a regular el clima, reduciendo los efectos del cambio climático generado principalmente por el hombre.

Son una fuente de materia prima para la elaboración de medicinas, alimentos, papel, combustible (madera y carbón), fibras y otros materiales naturales como corcho, resinas y caucho.

Algunas curiosidades sobre los árboles y bosques

- De acuerdo a un estudio reciente (publicado por el Journal of Sustainable Forestry) **existen en nuestro planeta 60.065 especies de árboles**.
- Dependiendo de la especie los árboles se desarrollan plenamente al llegar a los 40 o 50 años.
- En las zonas o regiones frías mantienen a roedores y aves.
- A nivel mundial cerca del 78% de los bosques primarios han sido destruidos por la mano del hombre y el 22% restante se ha visto afectado por la extracción de madera.
- El 12% de los bosques del mundo están designados para la conservación de la diversidad biológica.
- Se estima que los bosques constituyen un reservorio vital de carbono, acumulando unas 289 gigatoneladas de este elemento.
- Ocupan grandes extensiones que alcanzan el 28,5% de las tierras, a excepción de la Antártida y Groelandia.
- La mitad de los bosques en el mundo están ubicados en los trópicos y el resto en zonas templadas y boreales.

Europa y América del Sur tienen la mayor superficie forestal, seguidos de América del Norte y Africa.

La deforestación de bosques y árboles producen un 15% de emisión de CO_2 anual en todo el mundo, superando a la generada por vehículos, barcos y otros medios de transporte.

Arboles sagrados

Para muchas culturas, algunos árboles representan historias o tienen un significado religioso que los hacen especiales. Ejemplo de ellos son:

Baobab

Los habitantes de Madagascar los consideran sagrados puesto en ellos viven sus espíritus ancestrales.

Bodhi

Para la cultura budista, fue en uno de estos árboles donde Siddharta se sentó y se transformó en Buda. Sus ramas van al cielo, el tronco permanece en tierra y las raíces bajan al inframundo.

Espino sagrado

Está ubicado en Glastonbury (Inglaterra). Se cuenta que José de Arimatea viajó con el Santo Grial, después de ser crucificado Jesús. Al pasar por ese lugar, clavó un palo de madera como símbolo de Jesús en la tierra y a la mañana siguiente había crecido un árbol.

Conmemoración del día del árbol

Anualmente cada país celebra el día del árbol, realizando actividades para promover la importancia de conservar y regenerar los bosques y árboles:

- Siembra de árboles.
- Limpieza de bosques.
- Actividades de esparcimiento y de contacto con la naturaleza.

Jornadas educativas sobre el cuidado y protección de árboles.

Conciencia ambientalista para la conservación de los árboles y bosques

Es alarmante la desaparición de grandes superficies arbóreas alrededor del mundo, por los **procesos de deforestación generados por el hombre** de manera indiscriminada y por razones climáticas (sequías, huracanes, vendavales, granizadas), estimada en dieciséis millones de hectáreas anuales (aproximadamente un tercio de los bosques del mundo).

Las alteraciones producidas por el cambio climático generan niveles de acumulación de combustible en los bosques, incrementando la incidencia, durabilidad e intensidad de los incendios forestales.

Por otra parte, la tala indiscriminada afecta la pérdida del hábitat de diversas especies animales y vegetales, disminuyendo la fertilidad de los suelos y la posibilidad de regeneración de superficies arbóreas.

Existen numerosas organizaciones ecologistas que promueven una conciencia de protección y conservación de estos ecosistemas (bosques y árboles) mediante un uso adecuado de los recursos naturales existentes. Es fundamental que los gobiernos del mundo apliquen medidas y políticas que contribuyan a frenar los efectos del cambio climático y la tala indiscriminada.

Siembra un árbol y contribuye a la protección del medio ambiente. También puedes compartir en redes sociales con la etiqueta ***#DíaMundialDelÁrbol***.

Recopilación datos: J.B. Miralles

DESATASCOS - LIMPIEZAS

Profesionales desde 1971

EL RAYO

SERVICIO 24 HORAS
607 293 163

Limpiezas: Alcantarillado, Fosas sépticas, Pozos, Tuberías Fregaderos, Bajantes y Generales, Depuradoras, Balsas de riego, W.C., Lavadoras - Detector de Arquetas de T.V.

Móvil 607 293 163 / 637 254 773 Tels. 965 456 438 / 966 691 448 / 965 413 492

limpiezas.elrayo@hotmail.com / www.limpiezaselrayo.com Cl. Gabriel Miró, 67 Local 7 - 03130 SANTA POLA (Alicante)

FARMACIAS DE GUARDIA

JUNIO 22 AL 28

SANTA POLA

Día 22 C/ Elche, 36
Día 22 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 23 C/ San Antonio, 25
Día 23 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 24 C/ Madrid esq. C/ Mayor
Día 24 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 25 C/ Gabriel Miró, 65
Día 25 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 26 Puerto Varadero
Día 26 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 27 Avda. Fernando Pérez Ojeda, 9
Día 27 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant
Día 28 C/ Mar, 2
Día 28 Monte Santa Pola, 32 Urb. G. Alacant

ELCHE

Día 22 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 22 C/ Salvador, 25
Día 22 Avda. Reina Victoria, 30
Día 22 C/ Antonio Machado, 43
Día 22 Plaza del Pont, 2
Día 22 Avda. de Novelda, 110
Día 22 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 22 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 23 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 23 C/ Salvador, 25
Día 23 Avda. Reina Victoria, 30
Día 23 C/ Antonio Machado, 43
Día 23 Plaza del Pont, 2
Día 23 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 23 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 24 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 24 C/ Salvador, 25
Día 24 Avda. Reina Victoria, 30
Día 24 C/ Antonio Machado, 43
Día 24 Plaza del Pont, 2
Día 24 C/ Emilio Hernández Selva, 58
Día 24 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 24 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 25 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 25 C/ Salvador, 25
Día 25 C/ Corredera, 33 (Glorieta)
Día 25 Avda. Reina Victoria, 30
Día 25 C/ Antonio Machado, 43
Día 25 Plaza del Pont, 2
Día 25 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 25 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 26 Avda. Juan Carlos I, 15
Día 26 C/ Salvador, 25
Día 26 Avda. Reina Victoria, 30
Día 26 C/ Antonio Machado, 43
Día 26 Plaza del Pont, 2
Día 26 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 26 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 26 C/ José Joaquín Landerer, 10
Día 27 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 27 C/ Salvador, 25
Día 27 Plaza de Baix, 13
Día 27 Avda. Reina Victoria, 30
Día 27 C/ Antonio Machado, 43
Día 27 Plaza del Pont, 2
Día 27 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 27 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 28 Avda. Juan Carlos I, 18
Día 28 C/ Salvador, 25
Día 28 Avda. Reina Victoria, 30
Día 28 C/ Antonio Machado, 43
Día 28 Plaza del Pont, 2
Día 28 C/ Orihuela esq. C/ Frasquita Vazquez
Día 28 C/ Poeta Miguel Hernández, 72
Día 28 C/ Hermanos Gonzálvez Selva, 56

¡DATOS CURIOSOS

¿POR QUÉ LOS GORRIONES UTILIZAN COLILLAS EN SUS NIDOS?

Porque el elevado nivel de nicotina de los cigarrillos repele a los parásitos y los artrópodos. Se ha demostrado que 8 de cada 10 nidos de gorrión tienen colillas.

BALONMANO

Aunque desde la época de los romanos por consejo de los médicos ya se realizaban ejercicios con una pelota y con las manos, no fue hasta la Edad Media cuando comenzó a practicarse como un juego entre diversas personas. Eso sí, hasta el 1898, todavía no contaba con reglas, establecidas por un profesor danés.

Recopilación datos: Manuel Pérez

EL MUNDO DE LA CERÁMICA

La palabra cerámica deriva de la antigua palabra griega «keramos», que se refiere a la arcilla de alfarero y los objetos hechos de ella.

Cerámica es el arte de fabricar objetos de porcelana, loza y barro. Es la utilización de materiales sólidos inorgánicos y no metálicos con una gama de propiedades útiles, incluyendo dureza y resistencia muy altas, puntos de fusión extremadamente altos y un buen aislamiento eléctrico y térmico.

La **cerámica** es un arte hecho de materiales cerámicos (incluyendo arcilla), que puede tomar formas incluyendo artículos de arte, azulejos, estatuillas, escultura y vajilla. Si bien algunas cerámicas se consideran obras de arte, otras son consideradas como objetos decorativos, industriales o de arte aplicado.

La **cerámica** es una de las industrias supervivientes más viejas en el mundo y muchos de los procesos originales siguen siendo los mismos.

Se afirma que ya en el 24.000 a.c. las estatuillas, animales y humanas, eran hechas de arcilla y hechas en hornos excavados en el suelo. En la mayoría de los casos, estas figurillas fueron utilizadas con fines ceremoniales y no fue sino hasta aproximadamente otros 10.000 años más tarde que se hicieron grandes desarrollos en la cerámica para poder desarrollar objetos más funcionales, tales como recipientes para alimentos y almacenar agua y también fabricar ladrillos de arcilla para construir casas.

Las primeras vasijas que se crearon a menudo se hicieron usando las técnicas simples que todavía se encuentran hoy en día, modelar a pellizco, donde se forma una bola de arcilla y se usa el pulgar u otro dedo para hacer una abertura en el medio y desde allí apretando uniformemente en cada uno de sus lados las paredes se adelgazan, la arcilla se extiende y se da forma a las piezas.

Otra técnica y que se remonta a miles de años es la técnica de los rollos, macarrones o churros, que a menudo se utiliza para crear vasijas o recipientes más altos o más gruesos, ya que es un poco más resistente.

En primer lugar la base se despliega uniformemente plana, luego los rollos o churros en forma de tubo largo se enrollan a mano y se trabajan alrededor de la base.

Los churros se ponen uno encima del otro y entre ellos se va añadiendo una pasta que actúa como elemento de unión. Es muy fácil con esta técnica para crear la forma y el tamaño que se desea para la pieza.

Y una tercera técnica muy utilizada es la de las planchas o placas de arcilla se obtienen partiendo de una porción de pasta a la que se le aplica una presión mediante un rodillo. Se pone la pasta entre dos reglas de igual grosor y se pasa el rodillo por encima de modo que iguale toda la masa.

Si se necesitan varias planchas, deben hacerse todas seguidas, dejándolas reposar durante un tiempo para que pierdan parte de su humedad y cojan cierta consistencia a fin de poder manipularlas.

Después se cortan las distintas piezas. Hay que vigilar que la humedad perdida no sea excesiva, pues la unión entre las distintas planchas sería defectuosa y se rompería en el proceso de secado o de cocción. Todas las juntas se deben unir cuidadosamente y reforzarse con un cordón de arcilla. que se soldará con pasta.

Recopilación datos: Jesús Alameda

CERÁMICA DE LA REGIÓN
Tel. 966 63 80 72
Ctra. Elche-Santa Pola, km 23
Novedad Verano 2020

Entrevista

Juan Miguel Ato Brau

El abuelo y el nieto palomitas

La pandemia producida por el Covid 19 ha modificado muchos hábitos de los humanos, entre ellos los palomistas. Unos se han dedicado a la cría, otros han disminuido los vuelos de entrenamientos y, muchos de ellos, han reflotado el palomo de raza buchón español, esos pocos ejemplares que aún tienen su sitio con los palomos de pica.

Para ubicar a los lectores conviene definir tres tipos de palomos deportivos por sus características:

El **Palomo de Pica** nace del cruce de buchón, mensajero y palomo salvaje, tiene celo, resistencia al vuelo e inteligencia para el cortejo. Una pica de 90-95 palomos va detrás de la paloma tratando de conquistarla y estar el mayor tiempo posible con ella durante un tiempo determinado.

El **Palomo Mensajero** posee una gran resistencia. Se sueltan ejemplares desde lugares remotos y gana el que llega primero a su palomar.

El **Palomo Buchón** provoca la atención de la paloma con el palmeteo de alas, la coteja en vuelo para que la hembra lo siga a su palomar, donde desarrollará variadas estrategias para que la dama entre al palomar a procrear.

El niño palomista

Juan Miguel Ato Brau, con sólo 7 años tuvo su primera pareja de buchones. "Le pedí a mis padres que no quería ningún regalo para Navidad y Reyes, pero para mi cumpleaños del 8 de enero exigí un palomar y una pareja de buchones. Mi abuelo Antonio Silvestre Brau Sánchez que residía en Marsella (Francia), localizó un amigo y le pidió una pareja de la raza laudino y a partir de ahí empecé a criar.

Los inicios

Tenía un vecino llamado Bernardino Araceli y él fue quien me inició en la colombicultura. Los domingos de mañana le decía a mis padres que iba a catecismo y me escapaba a su terraza. Esto se descubrió cuando fueron a buscarme a la iglesia y no me encontraron. Con mi primer trabajo a los 17 años en el Pola Park como mecánico de mantenimiento, logré mis primeros ahorros, me hice socio del Club Virgen del Mar de Palomos Deportivos y comencé a volar palomos con Andrés Esclapez.

El niño y su trayectoria

Mi primer palomo fue **BOB ESPONJA**, un bayo pichino hijo del **MAGO**, del Pinche. Empezó a destacar en sueltas libres los sábados y domingos por la mañana. El palomo aún hoy vive, tiene unos 13-14 años y voy a tratarlo con un profesional veterinario para obtener descendientes. En el año 1.997 me deshice de los palomos buchones por no poder atenderlos. Retomé la actividad cuando la Peña La Escata (Fermín Martínez y Andrés Esclapez) me cedió 5-6 palomos, a los que yo los pelechaba, preparaba y competía hasta el año 2.006/07, fecha que dejé los palomos por motivos laborales.

El abuelo palomista

En el verano del año 2.005 fui a Marsella a casa de mi abuelo y estuve 15 días encerrado en su palomar contemplando la morfología de esas aves que nunca había visto: roseta en los ojos, carántulas en la nariz, la verruguita debajo del pico, la rosa del entorno de los ojos, la caída de las alas, las partas cortas, el buche con forma de perita, la pigmentación del ojo, etc. Eso era diferente a todo lo que yo había visto antes.

Oh, la France ...!!!

Corría el año 2.001 cuando se realizó el Campeonato Mundial de Ornitología en IFA, Torrellano y acompañando a mi abuelo surgió la idea de localizar la base de sus palomos buchones. Cuatro años más tarde, en el 2.005, él localizó la primera pareja de buchón balear, la base con la que trabajaba en Orán, en el Puerto de la Santa Cruz.

El ocaso y el resurgir del palomo buchón

En el 2.016 quedé con solo dos ejemplares machos y una hembra azula que se escapó del palomar. La recogió un señor, se la entregó a Francisco Fuentes "El Cañaño" quien me la restituyó. La llevé a casa y empezó a perder condiciones. La veterinaria detectó un envenenamiento y le hicieron una transmisión de sangre. El tratamiento le afectó la reproducción y murió de vieja. Hace 5 meses, el buen amigo Juan Carlos Martínez Bernabéu "El Pavo", a través de un contacto con el presidente del Club Buchones Baleares de Mallorca, me obsequió con un ejemplar hembra de buchón balear. Con ella logré mi primera postura para continuar con la extirpe de mi abuelo.

El mensaje final

Mi intención es aportar a todos los palomistas y aficionados que quieran involucrarse en esta raza, con el deseo que no se pierdan las raíces de donde proviene el palomo deportivo. Sería interesante que al finalizar las temporadas de concursos (fin de junio), los palomistas que posean ejemplares de palomos buchones, aprovechen las características para lo que fueron creados y al mismo tiempo puedan transmitir afecto a las hembras de sus palomares, utilizarlos en la preparación del palomo deportivo, evitar pérdidas y mantener el campo de vuelo de nuestro pueblo limpio de palomos silvestres o perdidos.

Texto: José Alberto Alvarez

SALUD

Hernia inguinal

Se trata de una protuberancia de contenido abdominal, que aparece a través del canal inguinal, debido a la presencia de una zona debilitada en la pared o a la rotura de una parte de la misma. Es muy frecuente en hombres, afectando a un 25% de los mismos, mientras que en mujeres, su incidencia es sólo de un 3%. Es la más frecuente de las hernias.

La hernia se puede producir por diferentes motivos, siendo el más frecuente el haber sufrido una operación abdominal previa. También se puede producir cuando aumentamos la presión abdominal en exceso por ataques fuertes de tos, vómitos, cargas de objetos pesados, estreñimiento crónico, obesidad, embarazo, etc.

Los síntomas que se pueden observar es una protuberancia o masa en la zona inguinal, que se hace más visible al ejercer presión y hacer fuerza sobre el abdomen. En muchas ocasiones, se sufre un dolor punzante en la zona, que aumenta al realizar esfuerzos, toser o cargar pesos. Muchos pacientes pueden llevar una vida normal aunque tengan una hernia y, a veces, no representan síntoma alguno, incluso realizando ejercicio físico.

La palpación de la pared abdominal con el paciente de pie y tumbado nos mostrará la presencia de una masa en la zona inguinal, una señal inconfundible a la hora de detectar una hernia. Si existen dudas, la ecografía de la pared abdominal es la prueba de elección que mejor nos permite asegurar el diagnóstico, pero si tampoco quedara muy claro, se solicitaría una resonancia magnética que también nos permitirá descartar otras causas de origen inflamatorio.

Las hernias inguinales que provoquen síntomas, aunque sean leves, deben ser intervenidas, porque la cirugía es la única manera de reparar la pared abdominal. Aquellos pacientes que sufren dolor intenso, producido por una hernia que no se produce (es decir, que no se introduce fácilmente en el interior), también requerirán de cirugía, pudiendo ser de urgencia si se hubiese estrangulado. Las hernias que no provocan ningún tipo de molestias y que no alteran la calidad de vida de pacientes mayores de 30 años, pueden dejarse sin operar, aunque la indicación será siempre quirúrgica, debido al riesgo de que pueda estrangularse en el futuro. En el caso de hombres por debajo de 30 años y en mujeres de cualquier edad, siempre se recomienda la intervención. La operación consiste en reparar la pared con una malla que se fija al ligamento inguinal. El uso de bragueros o suspensorios, al que tanto se recurría antes, actualmente sólo se prescribe en ancianos o en pacientes con alto riesgo, que no pueden optar por la cirugía.

Dormir con calor

El calor excesivo e algunos días de verano puede dificultar la conciliación del sueño, lo que lleva a un mal descanso nocturno y a causar ansiedad y malestar. No son aconsejables el uso de aires acondicionados o ventiladores durante el sueño porque pueden ocasionar resfriados o enfriamientos, pero, bien usados, no tienen por qué causar ningún problema. Los aires acondicionados se deberían mantener durante el día entre 20-25 grados y por la noche (en caso de dejarlo encendido) nunca a menos de 24 grados. Son los cambios extremos de temperatura los que nos darán problemas de salud. Se aconseja beber abundante agua y reducir el consumo de cafeína y de alcohol, pues son sustancias que alteran el sueño profundo. Los días de más calor, es importante ventilar la casa por la noche y no durante el día, cuando es aconsejable mantener ventanas cerradas y estores bajados. Darse una ducha con agua templada antes de irse a la cama puede resultar muy relajante y refrescante. La ropa de cama ideal en esta época son las de fibras naturales como el algodón, la seda o el satén, ya que ayudan a que transpiremos. Y los pijamas deberán ser cómodos y holgados.

Texto: Dr. Chinchilla

HUMOR

TRUCOS

A ver, Roberto, ¿tú qué quieres ser de mayor?, pregunta el profesor a un alumno.
-Ingeniero, señor.
¿Y tu Carlos?
-Yo fontanero
-Estupendo.
-Y tu Clarita, ¿qué quieres ser de mayor?, inquiere el profesor a una de las alumnas.
-Yo quiero ser mama.
-Muy bien, Clara, ¿Y tú Jaimito?
-Yo..., pues yo, profe... ¡yo quiero ayudar a Clara a que sea mama!
——————— Pedro

-Roberto, ¿cómo mató David a Goliat?-pregunta la profesora.
-Con una moto.
-¡¿Cómo con una moto?! Será con una honda.
-¡Ahhh!..., ¿pero quería usted la marca? ¡Pues haberlo dicho!
——————— Juan

¿Qué le dijo el piojo a un calvo?
¡¡No te agaches que me caigo!!
——————— Jesús

Dos niños llegan tarde a clase.
¡Luis, vienes tarde!
Es que estuve toda la noche y parte del día soñando que volaba en avión.
¿Y tú?
Yo lo esperaba en el aeropuerto.
——————— Ana

Un jorobado pasea por la calle, se le acerca un calvo con ganas de cachondeo y le dice:
-¿Qué llevas en la mochila. Coleguita?
-¡¡Tu peine, idiota!!
——————— Javi

¿Por qué se suicidó el libro de matemáticas?
Porque tenía muchos problemas.
——————— Vero

¿Cuál es el colmo de los colmos?
Que el mudo le diga al sordo que el ciego está espiando.
——————— Guillermo

¿Cuál es el colmo de un futbolista?
Tener un hijo pelota y una madre portera.
——————— Paco

¿Cuál es el colmo de una aspiradora?
Ser alérgica al polvo.
——————— Bea

¿Cuál es el colmo de un gato?
Llevar una vida de perros
——————— Víctor

CUELLOS SIN GRASA

¿Los cuellos de las camisas o blusas te quedan siempre manchados de grasa? Para lavarlas con facilidad y que no queden restos, antes de introducirlas en la lavadora aplica champú del pelo con un pincel por todo el cuello. Este jabón suele ser desengrasante y eliminará esa suciedad con facilidad.

ROPA DURADERA

Para que la ropa que utilizas diariamente dure más tiempo es importante que emplees este sencillo truco: antes de lavarla, tanto a mano como en la lavadora, dale la vuelta del revés: las prendas se desgastarán menos con el roce de las otras prendas. Y no falla.

PORCELANA AMARILLENTA

Si tu vajilla blanca de porcelana ha adquirido un cierto color amarillento, lávala a mano con tu detergente habitual y, a continuación, introdúcela en agua tibia en la que habrás disuelto bicarbonato. Las piezas recobrarán su color blanco.

TAPONES DE CORCHO

Si descorchas una botella y no puedes volver a introducir el corcho en ella, hiérvelo unos minutos. El corcho se ablandará y podrás utilizarlo de nuevo si ninguna dificultad.

TAPICERÍAS DE CUERO

Para elaborar una cera natural que nutra los sillones o sillas de cuero, hay que hervir 300 mililitros de aceite de linaza, se deja enfriar y se añaden 300 mililitros de vinagre. Una vez frío, se aplica con un paño y luego se frota.

VETERINARIO

La compra de tu mascota

Cuando tomamos la importante decisión de incluir un nuevo miembro de cuatro patas en la familia, una de las cosas que pensamos primero es si queremos comprar o adoptar al animal, sea perro, gato o de cualquier otra especie (por desgracia, ningún animal se libra de ser abandonado, da igual la especie).

Algo muy importante a tener en cuenta, adoptemos o compremos a nuestro compañero de cuatro patas, es que es un compromiso para toda la vida del animal. Hay que tener en cuenta que de media viven más de 10 años, por lo que es un compromiso a muy largo plazo, aunque se nos haga corto a todos los que hemos perdido a algún compañero peludo. Esto quiere decir que tenemos que pensar en todo lo que puede llegar: cambios de casa, de trabajo, las vacaciones, la llegada de nuevos miembros de la familia… Pase lo que pase, nuestra mascota solo nos tiene a nosotros, y el abandono nunca es una opción, y no me refiero solo a soltarlos en la calle, cederlos a otras personas que puede que no los cuiden bien, es prácticamente lo mismo.

Siempre es recomendable que, antes de adquirir o adoptar un animal, sobre todo si es el primer animal que vais a tener, os acerquéis a la clínica veterinaria para que os aseseren sobre los cuidados que va a necesitar el animal y resolver todas las dudas que os surjan. Muy poca gente lo hace y creo que es el primer paso para dar.

En el caso de que os hayáis decidido a comprar, lo importante es que os aseguréis de que compráis al animal en un buen sitio. Por desgracia, hay "criadores" que no se preocupan por la salud de los animales, solo tienen interés en el dinero, y las condiciones en las que están los pobres perros son horribles. De la misma manera, hay criadores que cuidan de sus animales y se preocupan por la salud de ellos y de sus camadas.

La venta de animales, además, está regulada por la ley, siendo obligatorio estar registrados como núcleo zoológico ante la Consellería de Agricultura, Pesca y Alimentación, y el número asignado tendrá que estar a la vista del público. Los animales deben venderse desparasitados y libres de toda enfermedad. Esto tiene que estar certificado por un veterinario, y con una garantía mínima de 15 días, por si hubiera lesiones ocultas o enfermedades en incubación. Esto quiere decir que, si el animal enferma en los 15 días siguientes a la adquisición, el propietario del animal puede reclamar.

A la hora de comprar, lo mejor es hacerlo sin prisa, informándonos bien sobre la raza en la que estamos interesados e investigar todo lo que se pueda sobre los buenos criadores. Si buscáis un animal barato, lo más probable es que al final os salga caro. En un mundo idílico, todos los criadores harían a sus perros pruebas sobre enfermedades que pueden transmitirse de padres a hijos, y solo criarían con aquellos que están sanos, pero hoy en día, eso no es así, por lo que tenéis que saber que es posible que cuando compréis un perro o gato de raza, venga con problemas que ya tuvieron sus padres y que saldrán en un futuro más o menos cercano. Tengo que decir que lentamente, pero se está mejorando mucho en ese sentido, y por suerte hay cada vez más criadores responsables que se preocupan por la salud de sus animales y no solo por la estética.

Cuidado con los timos

Con internet es cada vez más fácil caer en manos de personas que no tienen buenas intenciones, y que se aprovechan de la gran ilusión que nos hace añadir un miembro de cuatro patas a nuestra familia. Los timos no son solo con la venta de cachorros sino también con las adopciones.

Siempre que la persona que nos quiera vender, o dar en adopción al animal, nos escriba correos que parece que han sido traducidos por algún traductor online y son de difícil lectura, tenemos que empezar a sospechar. Nos mandarán imágenes de cachorros preciosos y nos pedirán dinero por adelantado para el envío. Ahí es dónde está el timo. Normalmente piden cantidades no muy elevadas, alrededor de los 50 € para pagar el envío del animal por alguna empresa conocida, y tras hacer el envío del dinero, desaparecen para siempre, dejan de responder a nuestros correos y el animal nunca llega a casa. En otras ocasiones, cuando se trata de la compra del perro o gato, nos piden que adelantemos la mitad del valor del animal, y pasa lo mismo, dejan de responder o muchas veces nos llegan animales que no se corresponden con lo acordado, en edad, sexo, raza o incluso nos los pueden enviar con problemas de salud, siendo imposible contactar con ellos para reclamarles nada.

Espero haberos ayudado a tomar la decisión sobre ampliar la familia. En nuestra clínica siempre estamos deseando conocer al nuevo miembro peludo para poder cuidarlo como se merece, como Uno más en la familia.

Texto: Alfredo Molina

la asunción
Clínica Veterinaria

Horarios:
Lunes a Viernes 10:00h-14:00h 17:00-20:30
Sábados 10:00h-14:00h

966 67 00 43

URGENCIAS: 649 268 852
TIENDA ESPECIALIZADA Y PELUQUERIA

C/ Antonio Brotons Pastor, 37 - Elche - Toscar www.clinicaveterinarialaasuncion.com facebook.com/clinicaveterinarialaasuncion

BELLEZA

Un cabello sin canas y más brillante

Si ya has empezado a tener canas, tu estrategia debe cambiar, ya que el tinte de siempre puede que ya no resulte efectivo.

Coloración permanente. Los baños de color y otros productos similares no resultan eficaces a la hora de cubrir el cabello blanco. Para un resultado perfecto y duradero, es necesario elegir un tinte de coloración permanente, ya que es el único que cubre la cana en su totalidad.

En tonos preferentemente oscuros. Si sueles llevar el pelo castaño o negro, y que los tonos oscuros son los que mejor cubren las canas. Si prefieres un color claro, es posible que debas hacerte unas mechas para disimular aquellas que no quedan cubiertas.

Respetuoso con el cabello. Con la edad, tanto el cabello como el cuero cabelludo se vuelven más sensibles, por lo que debes prestar atención al tinte que utilices.

Los más respetuosos son los que no contienen ingredientes agresivos como el amoniaco, el resorcinol, la parabenes, etc. y que incluyen en su composición ingredientes naturales.

Para conseguir un buen resultado, es importante llevar a cabo el procedimiento de forma adecuada.

Como aplicarlo. Empieza a extender la coloración en las zonas donde tienes más canas para, de esta manera, conseguir una cobertura total. Si ls tienes repartidas por todo el cabello, sigue el orden normal (desde la parte superior hacia los laterales), aplicando el producto en la raíz y distribuyendo por el resto del pelo mediante un suave masaje.

Tiempo de espera. Respeta el tiempo de exposición recomendado en las instrucciones del producto. Dejarlo más tiempo no te asegura una mejor cobertura de la cana y, además, puede dejar el pelo fosco y sin brillo.

Utiliza todos los productos que van con el envase. Son justo lo que tu pelo necesita después de la coloración, ya que permiten sellar de nuevo la cutícula y conservar los pigmentos de color, además de hidratarlo intensamente.

Una vez conseguido el color deseado, no olvides cuidar el cabello para, de esta manera, prolongar el resultado durante más tiempo.

Hidratación. El pelo teñido tiendo a ser más seco. Si no le aportamos la hidratación necesaria, además de ofrecer un aspecto áspero, el color durará menos, Para evitarlo, se aconseja utilizar champús, acondicionadores y mascarillas especiales para cabellos teñidos, ya que te permitirán preservar el brillo natural del pelo y la intensidad del color.

Cuidados especiales en verano. La radiación solar es el mayor enemigo de los cabellos teñidos. Por esta razón, es muy importante protegerlos durante las exposiciones con un producto capilar con filtro solar (los hay en forma de aceite, espray, gel, etc ...) o bien cubriendo la cabeza con una pamela, un gorro o un pañuelo. También el agua del mar y de la piscina deterioran el color y resecan, por lo que es importante, después de cada baño, aclarar el pelo con agua mineral.

Datos curiosos

Cuando empieza a salir las canas, lo más probable es que cada vez aparezcan más.

El estrés puede acelerar la aparición de canas.

Las canas son siempre blancas, aunque, al mezclarse con pelos oscuros, da la impresión de ser de color gris.

La falta de vitaminas del grupo B en jóvenes, puede acelerar la aparición de las canas. Estas vitaminas están presente en alimentos como el aguacate, el pescado azul, los frutos secos, la yema de huevo, las setas, la carne, etc.

Texto: Yaiza Vidal

PLAN DE ACCIÓN

CORONAVIRUS

2019-nCoV

PRINCIPALES SINTOMAS

Fiebre alta sobre 38ºC

Tos

Dificultad respiratoria

Si estuvo en un país con brote de Coronavirus o en contacto con una persona con enfermedad respiratoria por Coronavirus y presenta alguno de los síntomas señalados:

Diríjase al Servicio de Urgencia más cercano alertando de inmediato sobre sus viajes y síntomas.

¿CÓMO PREVENIRLO?

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.

Al toser o estornudar cubra boca y nariz con pañuelo desechable o con el antebrazo.

Evite tocar o acercarse a personas con infecciones respiratorias.

Marketing A Empresas

La experiencia nos avalan

Posicionamiento SEO / Tienda Online / Imagen Corporativa
Diseño y desarrollo web / Publicidad online SEM
Gestión integral Redes Sociales / Análisis de datos
Mantenimiento Web

Cartas Digitales con qr

Tel. 657 888 795 / www.marketingaempresas.es info@marketingaempresas.es / C/ Canovás del Castillo, 28 / Pinoso

DIA DEL ORGULLO GAY

El **Dia Internacional del Orgullo LGBT+ (lesbiana, gay, bisexual y transexual)**, también conocido como **Dia del Orgullo Gay** se celebra cada año el 28 de junio y consiste en una serie de eventos que los distintos colectivos realizan públicamente para luchar por la igualdad y la dignidad de las personas gays, lesbianas, bisexuales y transexuales.

Aún existen muchos países en el mundo donde la diversidad sexual está perseguida y criminalizada por parte de las leyes y las autoridades. Y en muchos países en los que ya ha sido aceptada a nivel estatal, la sociedad sigue estando muy lejos de aceptar una situación que ya debería haber sido normalizada desde hace mucho tiempo.

Para promover la tolerancia, la igualdad de derechos ante la ley, la no discriminación y la dignidad de las personas LGBT se celebra en todo el mundo el **Orgullo Gay**.

Es común desplazar las celebraciones al fin de semana anterior o posterior, más cercano y ampliarlas durante una semana, al menos en los países donde más se ha popularizado, como es el caso de España.

En este artículo te damos información de por qué se celebra en esta fecha, cómo celebrarlo, curiosidades de todo tipo y las novedades, suspensiones y aplazamientos a causa de la pandemia de *COVID-19*.

¿Por qué se celebra el Orgullo Gay el 28 de junio?

Se celebra el 28 de junio porque en esa fecha se conmemoran **los disturbios de Stonewall (Nueva York, EEUU) en 1969**, que marcan el inicio del movimiento de liberación homosexual.

Ese día hubo una redada policial en el *pub Stonewall Inn* en un barrio de Nueva York. Como respuesta, surgieron de forma espontánea diversas **revueltas y manifestaciones violentas** que pretendían protestar contra un sistema que perseguía a los homosexuales.

Estos disturbios, junto con otros hechos que ocurrieron posteriormente, son considerados como las primeras muestras de lucha del colectivo homosexual en Estados Unidos y en el mundo. Y se consideran los precedentes de las marchas del Orgullo.

Carácter reivindicativo de las celebraciones

Las celebraciones del orgullo tienen un **trasfondo reivindicativo** y así debe seguir siendo, ya que en muchos países del mundo, la homosexualidad y la condición sexual no tradicional, sigue estando criminalizada, y en muchos otros, aunque las leyes los amparen, no están aceptados socialmente.

Si bien es cierto que existen algunos colectivos y asociaciones que denuncian un vaciamiento de las reivindicaciones de estos colectivos y la **mercantilización** de esta fecha y defienden la celebración de un **Orgullo Crítico** que no se limite a ser una fachada comercial.

¿Cómo se celebra en el mundo el Orgullo Gay?

Durante la celebración se desarrollan las coloridas marchas del Orgullo que coinciden en el hemisferio norte con el inicio del verano. La marcha del orgullo más importante en Europa es la de **Madrid (MADO)**, con más de un millón de asistentes cada año, que se celebra en el *barrio de Chueca*.

En el continente americano destaca el orgullo LGBT más multitudinario del mundo, que es la marcha del **Orgullo LGBT de São Paulo**. Igual de importantes son las marchas en **Toronto, la San Francisco y de la Ciudad de México.**

El simbolo principal que se exhibe es la bandera con los colores del arco iris.

Madrid, gran epicentro del Orgullo

La ciudad de Madrid (España) se ha convertido en el epicentro de las celebraciones del Orgullo en Europa. Se suelen celebrar conciertos al aire libre, exposiciones, arte y eventos deportivos, en las principales calles de Madrid y en el barrio de Chueca, además del gran desfile del Orgullo.

En 2019 el **Madrid Orgullo (MADO)** puso el punto de mira en **el 50 Aniversario de los disturbios de StoneWall**, que marcaron el inicio de las reivindicaciones del colectivo LGTBI.

En 2020, el Orgullo Gay se celebra en formato online

Este año 2020, debido a la pandemia de COVID-19 los actos previstos para la celebración del Orgullo Gay en el mundo se han cancelado, y se ha decidido celebrar de manera online, sin perder el carácter reivindicativo.

Es el caso del comité organizador del MADO (Madrid Orgullo) que han tomado la decisión de no aplazar el evento, sino celebrarlo de manera digital **del 1 al 5 de julio de 2020**, fechas en las que estaba previsto realizarse antes del COVID-19. Además el 28 de junio, fecha oficial del Orgullo Gay también se han pautado algunos eventos online.

Las organizaciones que representan al colectivo LGBT coinciden en que **la situación de confinamiento ante la pandemia están agravando problemas que ya afectaban a las personas pertenecientes al colectivo**, y que la celebración de este año debe servir como una píldora de fuerza, ánimo y afán de superación, cualidades inherentes al colectivo que ya ha tenido que lidiar en el pasado con la pandemia del VIH y con siglos de discriminación.

Algunas situaciones de las que son víctimas las personas LGBT durante el confinamiento son las siguientes:

- Personas mayores LGBT que viven solas y que ahora se encuentran mucho más aisladas sin acceso a redes de apoyo.
- Personas que conviven en familias que no aceptan su orientación sexual.
- Las solicitudes de asilo por este motivo han sido paralizadas.
- Mujeres trans que se ven empujadas al trabajo sexual, no pueden cubrir sus necesidades básicas de alimentación y vivienda.

Ello unido a situaciones comunes que se dan estos días, como trabajadores incluidos en un ERTE que no han cobrado las prestaciones, pérdidas de seres queridos, incertidumbre, estrés provocado por la situación....

Recopilación datos: J.B. Miralles

PROMOCIÓN
FREIDURÍA LA FÁBRICA
*****
1 tapa elegir + 1 caña = 2€

1.Champiñón relleno / 2.Zepelín de bacalao / 3.Dúo de croquetas / 4.Pincho de pollo con salsa de cacahuete
5.Crep de pollo al curry / 6.Tapa de Jamón / 7.Papas arrugas con mojo picón
8.Marinera / 9.Pescadito frito / 10.Pollo crujiente con salsa mostaza y miel

Avda. Valencia, nº 2 - Tel. 966 69 36 24 - SANTA POLA (Alicante)

ARIES 21/03 al 21/04

Nº suerte 15 - Congeniarás con Cáncer

Salud: Los masajes sobre la zona del cuello y nunca se convierten en la verdadera clave de tu bienestar al eliminar las tensiones de dicha zona. **Dinero:** Surgen unas condiciones astrológicas que aumentan tu suerte en las especulaciones y, por tanto, optarás a ganar un dinero sin esfuerzo. **Amor:** La libido se intensifica durante estos días. Si estas libre, cobra relevancia el magnetismo y atractivo sexual.

CANCER 22/06 al 22/07

Nº suerte 71 - Congeniarás con Aries

Salud: Buena. Aún así, vigila y cuida tu dieta y ten en cuenta que las terapias termales pueden incrementar tu bienestar. **Dinero:** Tienes buen ojo y ves claro dónde y cómo puedes aumentar tus ingresos. También a partir del 4, te llega la oportunidad de un nuevo trabajo o cambio profesional **Amor:** La fase creciente de la Luna propiciará que tus proyectos de pareja y deseos sentimentales lleguen a buen puerto.

LIBRA 23/09 al 22/10

Nº suerte 52 - Congeniarás con Capricornio

Salud: Estable. Potencia una visión positiva para restablecer la armonía en tu organismo **Dinero:** Próspero, especialmente si buscas trabajo, pues las oportunidades surgen a lo largo de esta etapa. **Amor:** Si estás buscando pareja, a partir de estos días tus intereses cambian, por que notarás una especial atracción por personas que ostenten una buena posición económica y social. Si estás casado/a, también te empeñarás en alcanzar un buen nivel económico conjunto.

CAPRICORNIO 22/12 al 20/01

Nº suerte 16 - Congeniarás con Virgo

Salud: Aunque buena, necesitas cuidar la garganta y eliminar tensiones en la zona del cuello y la nuca. Los paseos al aire libre en contacto con la naturaleza te aportarán vitalidad. **Dinero:** Oportunidad profesional, así como un dinero extra que te vendrá como anillo al dedo **Amor:** Si estas casado/a se producirá una estimulante intensificación. Si estas libre, atraerás a la polaridad por tu magnetismo.

TAURO 22/04 al 21/05

Nº suerte 28 - Congeniarás con Acuario

Salud: Genial. Estos días dispones de mucha energía y esto te aporta vitalidad y buen ánimo para afrontar tus responsabilidades **Dinero:** Prosperidad. Esta área está muy bien auspiciada, por lo que en estos momentos es difícil que no logres tus objetivos económicos: es como si las oportunidades giran tu favor. **Amor:** Estos días favorecerán tus planes sentimentales, especialmente si estás libre.

LEO 23/07 al 22/08

Nº suerte 82 - Congeniarás con Piscis

Salud: Te sientes en plenitud de facultades, pero lo mejor es que estás a gusto contigo mismo/a. **Dinero:** Estos días tendrás buenas oportunidades en este segmento. **Amor:** Si estás libre, ahora apuestas y te interesas más por una buena amistad que por el romance. Si estas casado/a también cultivaras este aspecto en tu relación; es una buena decisión porque le aporta una dimensión más sincera y sólida.

ESCORPIO 23/10 al 22/11

Nº suerte 47 - Congeniarás con Leo

Salud: Muy buena. La natación, las actividades acuáticas y las terapias termales serán tus mejores aliadas. **Dinero:** Momento idóneo para sanear tus cuentas. También propicia poner al día todo tipo de papeleo legal. **Amor:** Renovación en todos los aspectos de la relación; pero de forma muy especial en el aspecto más íntimo: la sexualidad surge y se intensifica.

ACUARIO 21/01 al 20/02

Nº suerte 91 - Congeniarás con Escorpio

Salud: Perfecta. Te sentirás en plena forma. **Dinero:** Evita gastar por gastar, pues, aunque no se observan carencias económicas, no te conviene caer en el derroche. **Amor:** La manera de comunicarte y de captar la atención del sexo opuesto con tus palabras será tu mejor recurso y atractivo, tanto si estás libre como si estás casado/a.

GEMINIS 22/05 al 21/06

Nº suerte 42 - Congeniarás con Libra

Salud: Dispondrás de un buen nivel de energía y vitalidad, pero debes evitar el agotamiento así que alterna descanso y trabajo. **Dinero:** En esta área tendrás un actitud más impulsiva, por lo que deberías reflexionar antes de lanzarte a llevar a cabo cualquier decisión. **Amor:** Felices perspectivas tanto si buscas pareja como si ya la tienes. Existirá conexión y complicidad.

VIRGO 23/08 al 22/09

Nº suerte 07 - Congeniarás con Tauro

Salud: Atención y cuidado. Será positivo que alternes descanso y trabajo para regular y dosificar tu energía. **Dinero:** Buena suerte en tu economía. Hay diferentes aspectos que favorecen y propician tu éxito en esta área. **Amor:** Complicado, por lo que deberás hacer un esfuerzo para manejarte con acierto en tus relaciones, sobre todo si estas casado/a. Evita la crítica y tus impulsos.

SAGITARIO 23/11 al 21/12

Nº suerte 55 - Congeniarás con Géminis

Salud: Descansar lo necesario en cada momento se convierte en la clave que mantendrá esta área de tu vida en un estado aceptable. **Dinero:** Estable. Aunque tu economía está muy ligada a la prosperidad de tu pareja si estás casado/a o por lo que su suerte será la tuya. **Amor:** Atraviesas una buena época tanto si estás casado/a como si estás libre: en ambos casos te sentirás feliz y satisfecho/a con tus relaciones.

PISCIS 21/02 al 20/03

Nº suerte 05 - Congeniarás con Sagitario

Salud: Vivir en armonía se convierte en una de las principales claves para disfrutar de un deseable bienestar. **Dinero:** Los problemas económicos tenderán a desaparecer, puesto que inicias una etapa próspera en la que surgirán oportunidades para lograr tus metas. **Amor:** Si estás libre, flirtearás, pero evitarás el compromiso porque no tendrás claro el objetivo.

ESTANCO
PLAYA LISSA
PRENSA - REVISTAS - FAX
PAPELERIA - CAJERO 4B
Loterías y Apuestas del Estado
playalissaestanco6@gmail.com
Tel. y Fax 965 415 639
Playa-Lissa Av. Cristóbal Sanz, 10 - SANTA POLA

ESTANCO
GRAN PLAYA
PRENSA - REVISTAS - FAX
PAPELERIA - CAJERO 4B
Loterías y Apuestas del Estado
Tel. 966 69 23 43 / Gran Playa
C/ Obispo Bascuñana, 33 - SANTA POLA

PRISMA
Optica
desde 1977
C/ Muelle, 18 - Tel. 965 41 16 86
e-mail: opticaprismasp@hotmail.com
Estamos en Facebook

CENTRO ÓPTICO Y AUDITIVO
GRAN PLAYA
966 69 12 08
Av. Blasco Ibáñez, 25
Santa Pola (Alicante)

OPTICA
FERRER
2 x 1
En progresivos personalizados
Tel. 966 69 33 45
C/ Elche, nº 19 - SANTA POLA

FLORISTERIA
Mari Fina
Servicio de reparto:
Local, Nacional e Internacional
Decoración para todo
tipo de eventos y celebraciones
Artículos de regalo
Tel. 965 41 33 27
C/ Madrid, 13 - SANTA POLA

TOLDOS
COSTA
BLANCA
Applus ISO 9001 Nº EC-802014
www.toldoscostablanca.com
Tel. 966 10 82 24
C/ Fontaneros, 50 Polig. Ind-2 - Santa Pola

top notch
academia de idiomas
info@topnotchacademia.com www.topnotchacademia.es
C/ Mayor, 30 - Tel. 608 419 719 - SANTA POLA

-Prensa
-Revistas
-Libros de texto
-Papelería
-Librería
-Art. Regalo
-Fotocopias
GUILLÓ
Tel. 965 41 21 31
C/ Santa Isabel, 38 - SANTA POLA

CARLIN
HIPERPAPELERIA OFIMARKET
bailen PAPELERIA
Tel./Fax. 966 691 175
C/ Elche, 19 Bajo / SANTA POLA
papeleria@hermanosbailen.es

PAPERS
DISTRIBUIMOS MATERIAL DE OFICINA A DOMICILIO
PAPELERÍA - LIBRERÍA
FUTBOLMANIA - ART. DE REGALO
Tel./Fax: 966 69 35 94
C/ Madrid, nº 19 - Santa Pola

Fontaneria ANTON®
BAÑOS Y COCINAS
Tel. / Fax. 965 41 60 92
Cl. Santa Isabel, nº 17 - SANTA POLA
www.fontaneriaanton.com

FONTANERIA FAUSANT
• Fontanería • Grupos de Presión
• Calefacción • Muebles de baño
• Aire Acondicionado
Cl. Dean Llópez, 65 / fausant@gmail.com
Tel. 965 41 40 08 / Santa Pola

Japon Market 24h
Cl. Alicante, nº 32
03130 SANTA POLA (Alicante)

KARAOKE DECIBELIOS
Tú eres la estrella
Abierto de Miércoles a Domingo a partir de las 18:00h
PROMO
1 Botella + 8 refrescos = 49 euros
C/ Antina, nº 17 - SANTA POLA

Tendencias
Calzados y Complementos
e-mail: tendenciascalzadosycomplementos@hotmail.com
www.tendenciascalzadosycomplementos.com
Tel. 965 41 68 03
Plaza Maestro Quislant, 15
SANTA POLA

MEGA INFORMATICA
desde 1.993
C/ RAMON Y CAJAL 28 - SANTA POLA
96 669 22 14

FERRETERÍA
Fayma
Soluciones de confianza
Desde el año 2001
Tel. 965 41 47 99
C/ Almirante Antequera, 36 - SANTA POLA

DUPLICADOS
LLAVES Y MANDOS
FERRETERÍA
AÉN
SERVICIO DE CERRAJERO
Y PERSIANERO
DUPLICAMOS SU LLAVE
DE COCHE!
Tel. 965 41 43 80 / 616 77 61 32
C/ Isabel La Católica, nº 38 - SANTA POLA
E-mail: ferreteriajaen@hotmail.com

MULTIPRECIOS A.J.S.C.
Artículos de Licencia (fútbol, Disney, Warner) - Artículos de regalo - Juguetes
Menaje y Hogar - Ropa de cama
Recuerdos de Santa Pola
Avda. Ronda, 43 Playa Lissa - Tel. 687 70 55 57
SANTA POLA / Facebook: MultipreciosAjsc
E-mail:multiprecios-ajsc@hotmail.com

tahilandia HOME
Una tienda actual
y original para
vestir nuestro hogar
Avda. Blasco Ibáñez, nº 25 - frente a MUEBLES TAHILANDIA
Tel. 865 750 770 - Gran Playa - SANTA POLA

FINANCIACIÓN SIN INTERESES
tahilandia MUEBLES
Podemos conseguir lo que usted necesita
aun buen precio, siempre con el mejor
servicio
Avda. Blasco Ibáñez, nº 18 - Tel. 966 69 34 36
Gran Playa 03130 SANTA POLA (Alicante)

IMPRIME
tu TARJETA
de EMBARQUE
Locutorio
Ciber
Yenny
Envios y recibos de e-mail / Chek in online
Scanner / Fotocopias / Internet - Fax
Productos internacionales / Envios de dinero
Citas previas online / Llamadas nacionales - Internacionales
966 84 57 39 631 35 52 62
C/ Marques de Molins, 21 - Santa Pola

Masai Mara
-Tienda especializada de animales
-Centro Veterinario
-Peluquería canina y felina
-Spa canino
Tel. 966 29 49 42 - 667 49 79 32
Plaza Diputación, nº 5 - SANTA POLA

PIENSOS
ANDRES
ACCESORIOS
Y ALIMENTOS
PARA ANIMALES
DE COMPAÑIA
Tels. 966 69 01 63 - 635 80 46 35
C/ Espoz y Mina, 50 - SANTA POLA

euronics
Centro Comercial Gran Alacant
Avda. Finlandia, 23 Bl. Local 2
Tel. 966 69 53 65 - granalacant@euronics
03130 GRAN ALACANT - Santa Pola
Plaza Sierra Castilla, local 10
03177 Urb. LA MARINA
Tel. 966 79 77 03
lamarina@euronics.es
Centro Comercial Consum
Avda. Salamanca, 11 - local 8
Tel. 966 73 12 11 - quesada@euronics.es
CIUDAD QUESADA 03170 Rojales

COMERCIOS

GAME OVER

Parque de Bolas - Internet
Bebidas - Golosinas
Ven a jugar a la Play 3, Play 4
y Juegos en red
Tel. 605 449 408
C/ Madrid, nº 6 - SANTA POLA

POLASPORT

-Pilates / Gimnasia / Defensa personal
Fitness - Culturismo / Karate Shotokan
Kick Boxing / Kajukembo / Masaje
Tel./Fax. 966 69 29 96
polasport@santapola.com
C/ Carlos V, nº 3
03130 SANTA POLA (Alicante)

CERÁMICA DE LA REGIÓN

GRAN VARIEDAD DE ARTICULOS
CERAMICA / SUVENIR / JARDINERIA
Tel. 966 63 80 72
Ctra. Elche-Santa Pola, km 23

el costurero de Lina

Precios especiales
¡Confeccionamos tu ropa a Medida!
¡Tu taller de arreglos!
Tel. 656 847 120
C/ Elche, 26 - SANTA POLA

ELECTRODOMÉSTICOS alfa

865 792 144
663 470 692
C/ La Senia, 31 Bajo 03201 Elche

PROMOPrint
"PRECIO, CALIDAD Y SERVICIO"
LUMINOSOS - BANDEROLAS
LONAS - CARTELERÍA - VINILOS
PVC FÓREX - ROLL UP - IMANES
PEGATINAS - BOLSAS - CAMISETAS
TALONARIOS - ENTRADAS EVENTOS
SELLOS - CARTA DE RESTAURANTE
CARTA DIGITAL DE RESTAURANTE CON CÓDIGO QR
REPARTO - DISEÑO GRÁFICO ...
TUS TARJETAS DESDE 25€
667 697 451

FRASE CELEBRE

"No vivas para que tu presencia se note, sino para que tu ausencia se sienta"
Bob Marley (1945-1981)

Edición: GRUPO SERVICIOS YAIZA-ELORA, C.B.
Directora: Manoli Quiles Martín
Diseño Gráfico y Maquetación: Manoli Quiles
Programación Web y Diseño: Yaiza Vidal
Publicidad: elvelerodeyaiza@yahoo.es
Teléfono contacto: 617 95 77 82
Av. Argentina, nº 19 Planta Baja Puerta D 03130 Santa Pola (Alicante)
E-mail: elvelerodeyaiza@yahoo.es

Guía Web Visítanos
www.velerodeyaiza.es

Colaboradores en columnas de información:
José Alberto Alvarez, María José Marcos "Academia Idiomas Top Noch", María Pinilla, Alfredo Clínica Veterinaria La Asunción, María Isabel Plaza, Yaiza Vidal, Rosa Cubí, Loli Logara, Francisco Sansano, Julio Martín Baeza, Verónica Martín, Dr. Manuel Vicente Chinchilla, J.B. Miralles, Juan J.Baeza, Rafael Vidal, Jesús Alameda, Doctor Amor, Claudio Reyes, Manuel Pérez, Prensa Ayuntamiento de Santa Pola, Vicente Amorós "Museo Futbol"

www.velerodeyaiza.es no se responsabiliza de los cambios introducidos a última hora en las secciones y programaciones, ni sobre los artículos que se publican por los colaboradores de información.

www.velerodeyaiza.es es una web guía de servicios de Santa Pola-Gran Alacant-Elche y Comarca

EL BUEN COMER

restaurante batiste

Tels. 965 41 14 85 - 965 41 11 86
Avda. Fernando Pérez Ojeda, nº 6
03130 SANTA POLA (Alicante)

Tapería - Arrocería
Pepi y Carlos
BueníSimo
La unión del buen comer
con el mejor servicio eso es ...
Buenísimo
www.taperiabuenisimo.com
965 99 79 50 - 637 44 18 95
C/ Marques de Molins, 51 - SANTA POLA

RESTAURANTE
NUEVA
CASA DEL MAR
Especialidad en: Arroces,
Pescados, Marisco de la Bahía
y Freiduría de Pescado
Reservas Tel.: 965 41 67 03
www.nuevacasadelmar.com
Avda. Pérez Ojeda, 27 - Santa Pola

Restaurante Barra - Tapas
CASA Rico
Especialidad en:
Calderos, Arroces
Pescados y Mariscos
de la Bahía
C/ San Antonio, 12 - Tel. 965 41 47 06 - 651 814 268

restaurant
Els Xiprerets
10:00h a 16:00h
Servicio a domicilio y recogida
965 41 65 64
662 475 860
DESAYUNOS - ALMUERZOS - COMIDAS - MERIENDAS
SALON CLIMATIZADO PARA TODO
TIPO DE CELEBRACIONES
- BAUTIZOS - COMUNIONES
- BODAS - COMIDAS EMPRESA
Polig. Ind. IN-2 - C/ Mecánicos, 21 - SANTA POLA

Bar·Restaurante
Arrocería
Menús para llevar
A Cal Satur
Pedidos y Reservas
Tel. 966 69 23 86
Avda. Blasco Ibáñez, nº 106 - Bajo
Playa Lissa - 03130 SANTA POLA (Alicante)

Don Rodrigo
Restaurante - Asador - Bar
Especialidad en
Carnes a la brasa
865 71 48 15
Plza. Glorieta, 10 - Santa Pola

Mesón
EL PESCADOR
Especialidad en
Calderos / Paellas / Tapas
Fritura de Pescado / Parrilladas
C/ Santa Isabel, 3 (junto glorieta)
Tel. 965 41 59 01 - 03130 Santa Pola

MESON
EL CASTILLO
Paellas de encargo
Especialidad en:
Pescados, Carnes y Tapas variadas
Tel. 649 26 61 22
Avda. Armada Española, nº 66 03130 SANTA POLA
C.C. Santa Pola del Este (Alicante)

EL BUEN COMER

La Casa de Lisa
The Leprechaun
restaurante
www.restauranteleprechaun.com
649 16 98 49
Lunes cerrado
Abierto de Martes a Domingo
Closed Mondays
Open Tuesday to Sunday
restauranteleprechaun
la casa de Lisa
Santa Pola del Este
Avda. Armada Española, nº 66 local 6 y 7
Tels. 965 41 14 60 - 649 16 98 49

Ristorante - Pizzería
La Deliziosa
(cocina italo-mediterránea)
Utilización de harina
100% italiana
para la elaboración de la pizza
y de la pasta
Tel. 642 476 461
C/ Gabriel Miró, nº 2 - Santa Pola

RESTAURANTE CHINO
NAN KIN
Tel. 966 69 04 50
Plaza Diputación, nº 7 - SANTA POLA

CAFETERÍA
PEÑA GRANDE
Tel. 661 51 78 68
Plaza Glorieta, nº 5
03130 SANTA POLA (Alicante)

ZERO bar
Tel. 965 41 46 30
Cl. Poeta Miguel Hernández, 20
03130 Santa Pola (Alicante)

FREIDURÍA
LA FÁBRICA
Tel. 966 69 36 24
Avda. Valencia, nº 2 - SANTA POLA

Artesanos de Játiva
LUIS BALDÓ
HELADERIA · HORCHATERIA
D.C.A. Nº 2779
ELBORACIÓN ARTESANAL
HELADOS, HORCHATAS Y GRANIZADOS
Avda. Fernando Pérez Ojeda, 21 y 41 (esquina C/ del Muelle)
Tel. 965 41 19 92 - 03130 Santa Pola (Alicante)

HELADERIA · HORCHATERIA
CAFETERIA
Elaboración propia
Heladeros desde 1966
Berenguer
C/ García Braceli, 23 / C/ Francisco Conejero, 25
Tel. 605 258 372 / SANTA POLA

la yogurteria
by Luis Baldó
Avda. Fernando Pérez Ojeda, nº 41
SANTA POLA - (Alicante)

EL BUEN COMER

Chiringuito by Moñi Satur

... Como en casa !!

La auténtica Hamburguesa

Avda. Blasco Ibáñez, nº 83
Playa Lissa - Santa Pola

FREIDURIA
POLLOS AL AST
EL RODABALLO

Especialidad en pollos, canelones, pelotas y pescaitos de la bahía

Cl. San Antonio, nº 73 Tel. 966 69 34 17

Café ¿Sabías que?

Cuenta la leyenda que Alá viendo a Mahoma su profeta decaído le envió un remedio "negro como la piedra de la Kaaba" Por el efecto tan vivificador que le produjo lo llamó "gawha". En Arabe quiere decir energético, excitante y vigorizador, cualidades que caracterizan al café.

Tipos de saludo

Japonés

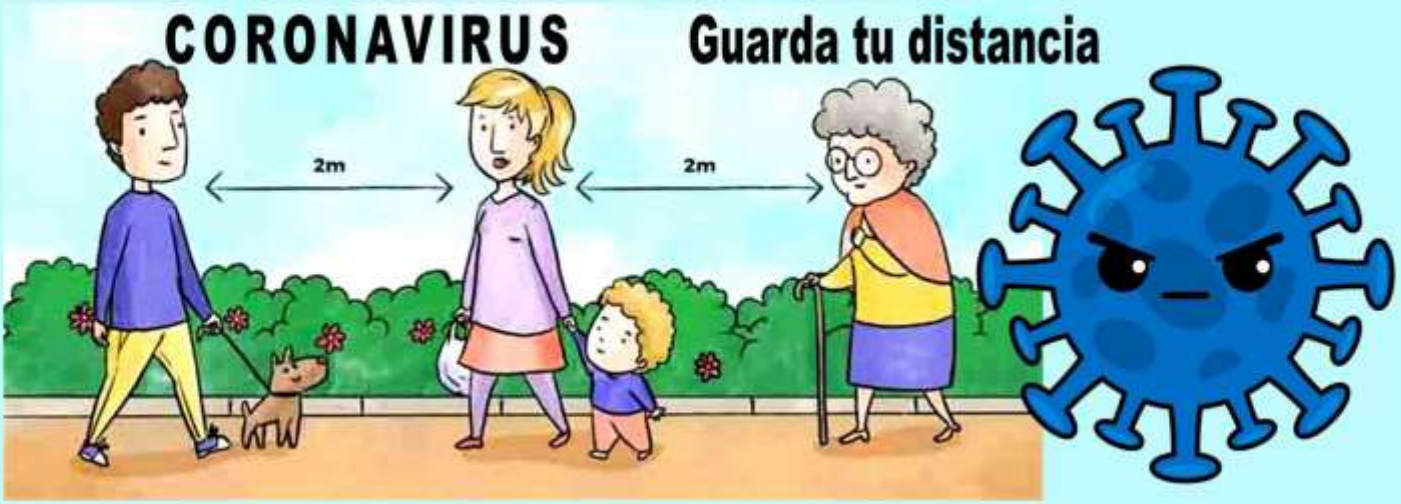
De pie

Apache

Codo con codo

Rocker

Vulcano



PROFESIONALES

la asunción
Clínica Veterinaria
Horarios:
Lunes a Viernes 10:00h-14:00h 17:00-20:30
Sábados 10:00h-14:00h
URGENCIAS: 649 268 852
TIENDA ESPECIALIZADA Y PELUQUERIA
966 67 00 43
C/ Antonio Brotons Pastor, 37 - Elche - Toscar
www.clinicaveterinarialaasuncion.com
facebook.com/clinicaveterinarialaasuncion

IBERDROLA
Queremos ser tu energía
Punto de atención al cliente
MORA SOLUTIONS
Tel. 965 41 64 10
info@morasolutions.es
C/ Muelle, 12 - Santa Pola

CEO
Centro Especialidades Odontológicas Dr. Orts
ODONTOLOGIA GENERAL - ESTETICA DENTAL
ORTODONCIA - CIRUGIA ORAL
IMPLANTOLOGIA - PERIODONCIA
ENDODONCIA - ODONTOPEDIATRIA
www.dentistasantapola.es
hola@dentistasantapola.es
SANTA POLA: C/ Elche, 4 - Tel. 965 41 50 10
ELCHE: Plza. de España, 15 - 1º - Tel. 965 43 27 77

Cien años de ilusión
centenariocrc.com
100 años
CRC
CAJA RURAL CENTRAL
1919 - 2019

Vicente Díaz LÓPEZ
administración de finca
Administrador Fincas Colegiado nº 793
Vicente Díaz López
administrador@vdiazlopez.com
Tel. 965 41 40 71 / Fax. 966 69 04 15
C/ Francisco Santamaría, 37 Bajo - SANTA POLA

JM Baeza asesores
-Administración de Fincas
-Asesoría
-Inmobiliaria
-Abogados
-Seguros
e-mail: asesores.jmbaeza@gmail.com
Tel. 629 097 007 / Fax. 966 69 36 25
C/ Elche, nº 23 (frente a Casa de la Cultura) - Santa Pola

ASESORIA BAEZA
FISCAL-LABORAL-CONTABLE
Tels. 965 41 14 66 / 965 41 14 62 / Fax. 965 41 55 90
Plza. Maestro Quislant, 1 - Santa Pola

Marketing A Empresas
Posicionamiento SEO / Tienda Online / Imagen Corporativa
Diseño y desarrollo web / Publicidad online SEM
Gestión integral Redes Sociales / Análisis de datos
Mantenimiento Web
Tel. 657 888 795 / www.marketingaempresas.es
info@marketingaempresas.es / C/ Canovás del Castillo, 28 / Pinoso

Top Alacant
INMOBILIARIA · ESTATE AGENT · EJENDOMSMAEGLER
966 698 281
www.topalacant.com
Tenemos la casa que está buscando en el Gran Alacant.
We help you find your dream home in Gran Alacant.
Avda. Escandinavia, nº 72 Local 4 / Gran Alacant / Santa Pola

SERVICIOS - TALLERES

TALLERES PÉREZ JUAN S.L.
RENAULT - DANCIA SANTA POLA

RENAULT
Passion for life

DACIA

965 41 37 46
C/ Ibiza, 1 - Santa Pola

TALLERES PACO
CHAPA / PINTURA / MECÁNICA

- TALLER MULTIMARCA
- SERVICIO DE NEUMÁTICOS
- PRE-ITV E ITV
- CARGA / REPARACION A/AC
- PINTURA ECOLOGICA

COMPRA VENTA DE VEHÍCULOS

TALLERES PACO talleres_paco_santapola

administracion@tallerespaco.es SANTA POLA
C/ Proyecto Zamora, 38-40 - Tel. 966 69 39 02 / 666 457 141

SERVICIO TECNICO - TV, ANTENA y SATELITE
movistar+

jvm

REPARACION DE:
TV - VIDEO - AUDIO - SATELITE SYSTEMS
Tels. 966 69 29 79 - 696 91 03 37
C/ Madrid, nº 18 - Santa Pola

TRABAJOS DE PINTURAS
Jesús Moreno
Tel. 649 16 01 98

ELECTRICIDAD Lomar
LED

Inst. Autorizado
Telecomunicaciones
Tel. 966 69 03 31
info@agucer.com
C/ Mayor, 57 - SANTA POLA

ELECTRICIDAD Bonmatí
-Aire acondicionado, Venta
-Conductos de Aire
-Somos instaladores

Tel. 965 41 54 70 - Móvil 655 96 53 66
C/ Alicante, 21 - Santa Pola

DS DASAN
CONSTRUCCIONES Y REFORMAS
670 721 292
SANTA POLA (Alicante)

DESATASCOS - LIMPIEZAS EL RAYO

SERVICIO 24 HORAS 607 293 163

Limpiezas: Alcantarillado, Fosas sépticas, Pozos, Tuberías
Fregaderos, Bajantes y Generales, Depuradoras
Balsas de riego, W.C., Lavadoras - Detector de Arquetas de T.V.
Móvil 607 293 163 / 637 254 773
Tels. 965 456 438 / 966 691 448 / 965 413 492
limpiezas.elrayo@hotmail.com / www.limpiezaselrayo.com
Cl. Gabriel Miró, 67 Local 7 - 03130 SANTA POLA (Alicante)

LIMPIEZAS JOVISOL
www.limpiezasjovisol.es

MANTENIMIENTOS Y SERVICIOS DE :

- Cristales y aluminios
- Cristalizados de suelos
- Limpieza de obras
- Mantenimiento de comunidades y locales comerciales, etc ...
- Limpieza de fachadas, persianas metálicas, toldos de bajos y locales, garajes, cristaleras terraza

C/ Cruz, 29 Bajo - Tel. 616 86 18 91 - Santa Pola

SERVICIOS - TALLERES

CAMPING BAHIA

Ctra. Santa Pola - Elche, km 11, A7 (Valencia - Murcia) Salida 72
Tel. 965 41 10 12 - Fax. 965 41 67 90 SANTA POLA (Alicante)

CONGELADOS JOBMAR

Pescados y Mariscos de primera calidad

NUESTRA CALIDAD NOS AVALAN

Cl. Mecánicos, 74 Polig. Ind-2 - Tel. 617 107 323
03130 SANTA POLA (Alicante)

JOSÉ RAMÓN BAILE, S.L.

MONSA Desde 1971

E-mail: info@jrbaile.com
Tel.: 965 41 24 60 - Móvil: 627 58 85 82
C/ Mecánicos, 52 - Polig. Industrial 2 - SANTA POLA

TECNIBASE, S.L.
TECNICOS DEL BAJO SEGURA

RICOH

brother

COPIADORES DIGITALES B/N - COLOR
MULTIFUNCIONALES - FAX LASER
VENTA, REPARACION Y MANTENIMIENTO

C/ Concepción Arenal, 64 - Elche
Tels. 966 66 09 99 - 670 88 46 28

aquafer. fontaneros

Tel. 606 794 535 - Fax. 966 69 19 90
03130 Santa Pola (Alicante)
aquafer.fontaneros@gmail.com

cicop

ESTRUCTURAS METALICAS, CUBIERTAS Y FACHADAS

E-mail: info@cicop-e.com www.cicop-e.com
Tel. 965 48 51 75 - Fax. 965 48 58 17
Ctra. de Catral, 19 - San Isidro

Telecable FIBRA Blue MOVIL

INTERNET · TELEFONÍA · TELEVISIÓN

Plaza de Maestro Quislant 6
966 694 005 www.grupotelecable.es

Servicio y Atención al Más Alto Nivel

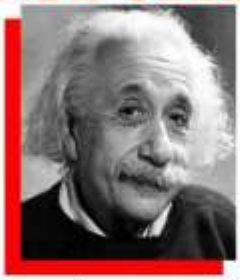
LAVANDERIA
Limpieza En Seco

LIMPIATEX
CENTRO DE LIMPIEZA TEXTIL

SERVICIO A DOMICILIO

Movil: 627 09 30 64 - Tel. 966 69 03 44
C/ Mayor, 59 - 03130 Santa Pola

FRASE CELEBRE



"Nunca pienso en el futuro. Llega suficientemente temprano."

Albert Einstein (1879-1955)

COMERCIO SANTA POLA
01 Cerámica de la Región
02 Multiprecios AJSC
03 Estanco Playa Lissa
04 Estanco Gran Playa
05 Muebles Tahilandia
06 Home Tahilandia
07 Centro Optico Gran Playa
08 Toldos Costa Blanca
09 Floristería Mari Fina
10 Papelería Papers
11 Karaoke
12 Game Over
13 Masai Mara
14 Mega Informatica
15 Papeleria Guilló
16 Academia idiomas Top Notch
17 Japon Market
18 Fontanería Fausant
19 Optica Prisma
20 El costurero de Lina
21 Papelería Bailén
22 Optica Ferrer
23 Tendencias
24 Gimnasio Polasport
25 Ferretería Fayma
26 Fontanería Antón
27 Locutorio Jenny
28 Piensos Andrés
29 Ferretería Jaen
VALVERDE
POLIGONO INDUSTRIAL IN-2
A ELCHE
CARRETERA 3317 ELCHE - SANTA POLA
PUEBLO LEVANTINO
Hotel u Hostal
Información y Turismo
Pabellón Cubierto
CRUCE
SANTA POLA
SALINAS
SALINAS
Museo de la Sal
Parque de Atracciones
Campo de fútbol Salinetas
AVDA. ZARAGOZA
AVDA. SALAMANCA
AVDA. ALBACETE
AVDA. MURCIA
AVDA. BLASCO IBAÑEZ
AVDA. ELDA
AVDA. RONDA
AVDA. DE TAMARIT
AVDA. CRISTOBAL SANZ
AVDA. DAMA DE ELCHE
A GUARDAMAR Y TORREVIEJA
CARRETERA 332 CARTAGENA - ALICANTE
Playa del Tamarit
Playa Lissa
Gran Playa
PUESTO SOCORRO
Prohibida la reproducción total o parcial de todo el contenido de este plano, ni aún con la referencia de origen, sin la autorización o permiso del propietario del mismo
SERVICIOS - TALLERES SANTA POLA
50 Construcciones Dasan
51 Talleres Renault
52 Talleres Paco
53 Electricidad Lomar
54 Limpiatex
55 Limpiezas Jovisol
56 Electricidad Bonmatí
57 JVM
58 Telecable
59 Limpiezas el Rayo
60 Camping Bahía
61 Congelados Juanjo
62 J.R. Baile

EL BUEN COMER SANTA POLA
30 Pollos asados El Rodaballo
31 Tapería La Fabrica
32 Restaurante Batiste
33 Tapería Buenísimo
34 La Casa de Lisa
35 Burguer Moñi
36 Mesón El Castillo
37 Heladería Luis Baldó
38 Restaurante Nueva Casa del Mar
39 Mesón El Pescador
40 Cafetería Peña Grande
41 Asador Don Rodrigo
42 Yogurtería Luis Baldó
43 Restaurante Chino Nan Kin
44 Restaurante Casa Rico
45 Bar Zero
46 Pizzeria La Deliziosa
47 Restaurante A Ca Satur
48 Heladería Berenguer
49 Restaurante Els Xiprerets
A ALICANTE
A 3 KM GRAN ALACANT
332
Tarragona
Lérida
Gerona
Argel
Ibiza
Plaza Andorra
Plaza de Europa
Logroño
C.P. Cervantes
C.P. Hispanidad
Policía Local
Estación de Autobuses
Guardia Civil
Cruz Roja
Ruinas Arqueológicas
Centro Salud
Parque El Palmeral
Ermita del Calvario
Mercado Central
Castillo Fortaleza
Parque de Tráfico
Correos
Avda. Jesús Astondoa Santamaría
Paseo Marítimo Adolfo Suarez
AVDA. FERNANDEZ PEREZ OJEDA
Puerto Deportivo
Puerto Pesquero
Puerto
Servicios Barcos a Tabarca
Varadero
Astillero
Lonja de Pescados
Playa de Levante
Calas Santiago Bernabeu
PUESTO SOCORRO
PROFESIONALES SANTA POLA
63 Caja Rural
64 Admon. Fincas Vicente Díaz
65 Asesoria Baeza
66 Ceo Clinica Dental
67 J.M. Baeza Asesores
68 Iberdrola - Mora Solutions
SANTA POLA DEL ESTE
AVDA. TORRE DE PEP
AVDA. SANTA POLA
AVDA. DE TABARCA
AVDA. DEL CATALANET
AVDA. OSCAR ESPLA
AVDA. ARMADA ESPAÑOLA
CALAS DE SANTA POLA DEL ESTE

PROFESIONALES ELCHE

01 Clinica Veterinaria La Asunción

SERVICIOS - TALLERES ELCHE

02 Tecnibase Ricoch

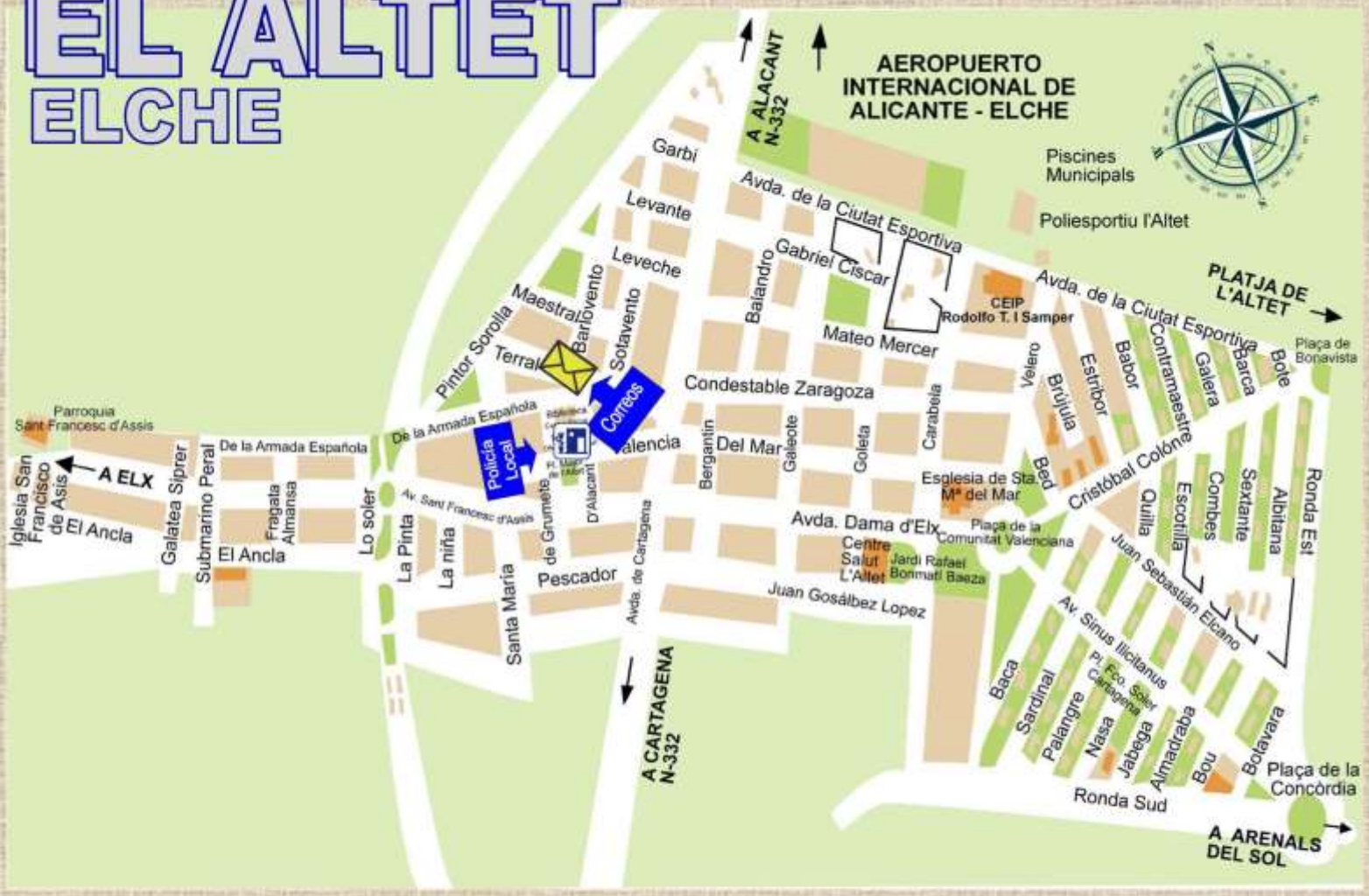
COMERCIO ELCHE

03 Electrodomésticos Alfa

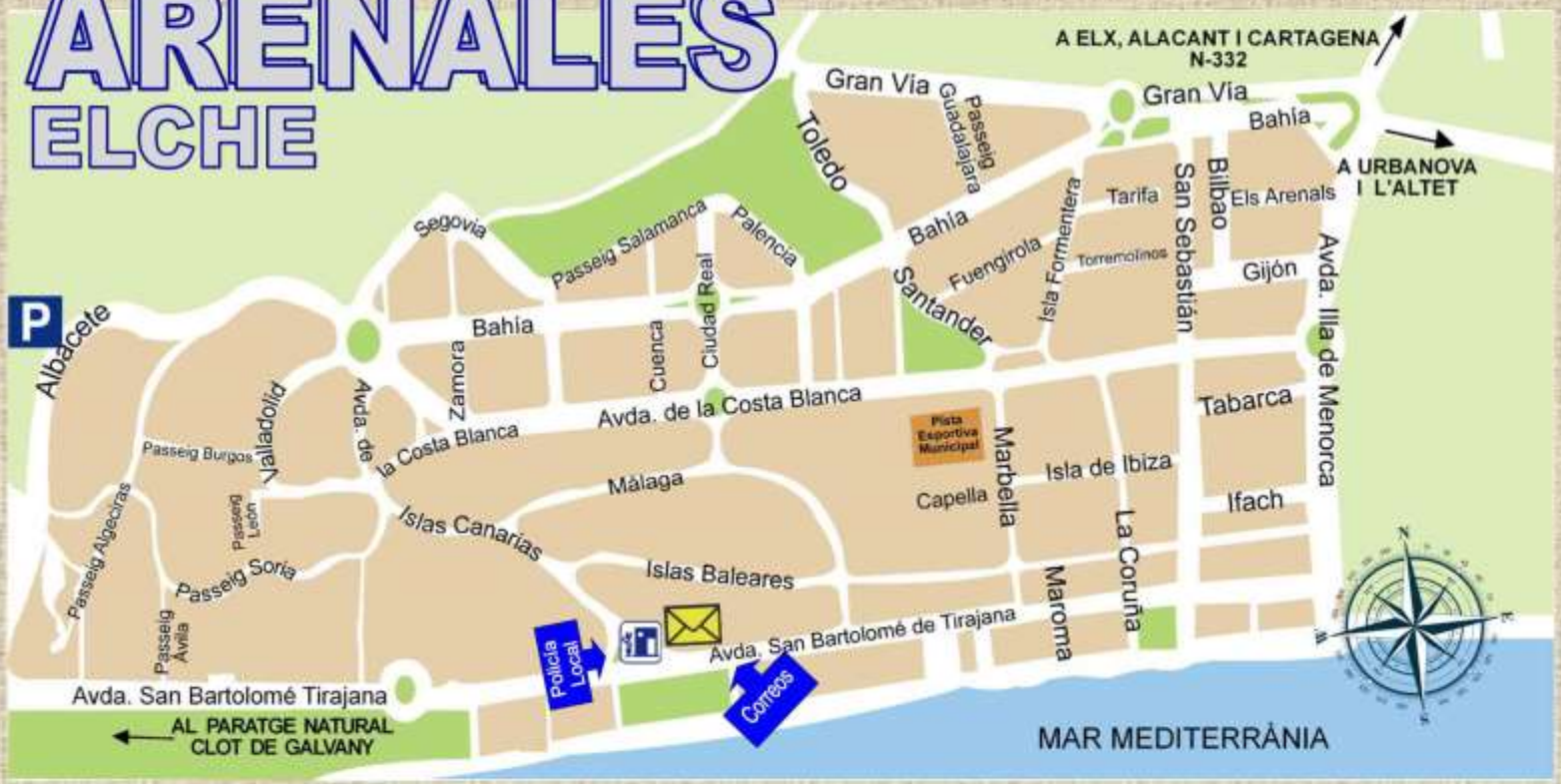
UNIVERSITAT MIGUEL HERNÁNDEZ D'ELX
(CAMPUS DE ELCHE)
Torretamarit
Alcúdia
Tabarca
Altamira
Torregaitán
Torrevaillo
Altet
Arenales
Altabix
Pueblo Científico
ENTRADA UMH
Hort de Bernia
Innova
Escola Oficial d'Idiomes
Rectorado y Consejo Social
Centro de Idiomas
CEIP Clara Campoamor
Hort de Quiles
I.E.S. Misteri d'Elx
Torreblanca
Universitat
Quiles
BUS
Avinguda
Jubalcoi
Manresa
Josefina
Orts
Jaime Gómez
Zurbarán
Francisco
Marsilach
Adolfo
Plaça Castilla
Alfredo
Mira
Goya
Gran
Avda. Unesco
PISTA D'ATLETISME MUNICIPAL MANOLO JAÉN
Passeig Muntanyers Il·licitans
Arquitecte Boix Matarredona
d'Elx
Avinguda Universitat
Plaça Enric Valor
Pediatra Andrés Bru Ibarra
Confrides
Campo nº9
Campo nº8
Campo Díez Iborra
Campo Rugby
CIUTAT ESP
JUAN ÁNGEL
Campo nº6
Campo nº5
CEIP Miguel de Cervantes
Alginet
Albérique
Ontinyent
Ferrández
Centre Salut
Sáez
Latorre
Gandhi
Vicent
SERVEF ALTABIX
Félix
CEIP Víctor Pradera
Campo
Sánchez
José
Blas
Bernabé
Lorden García
Jaime Pomares
González Valls
Parroquia Sant Vicent Ferrer
Clemente
Mora
Marañón
Hort de Guerra
Jávea
Sucre
Andrés
Antonio
Plaça d'Altabix
Gregorio
Espuche
Guadalest
Estellés
Pere Balaguer
Moya
Doctor
CC Altabix
d'Alacant
Hospitalet de Llobregat
POLIGON
Murcia
Zaragoza
Elda
Passeig del Tractat d'Elx
Camí de la Bassa dels Moros
Hort del Rosari
Hort del Balconet
Escola Infantil els Xiquets
Hort de la Creu
Hort dels Pollos
HOTEL BOUTIQUE HORT DE NAL
Hort del Murciano o de López Mezquita
Plaça de la Llotja
Sala Cultural La Llotja
Avinguda
Orihuela
Albatera
Jardín Aromas Ilicitanos
Gorga
Banyeres
Pilar de la Horadada
Frasquita Vázquez González
Biar
Ayora
José Antón
Manuel
REPRODUCCIÓ CREU DEL TERME
Candalix
CRUZ ROJA
Benicàssim
Doctor Gaitán
Plaça Benidorm
Hermanos López Santos
Hort de Montenegro
Jardí Dolores Ibárruri "Pasionaria"
C.R.I.S.
Hacienda
Ermita de San Antón
I.E.S. Victoria Kent
Pío Baroja
Carlos I
Hort de Villa Carmen o Santo Domingo
Tesorería Seg. Social
Hort de la Torreta Verdí
José Serrano Antón
CEIP San Fernando
CEIP Mediterrani
Benetússer
Los Montesinos
Pintor Sixto Marco
Líber
Hort del Palmerar
Hort del Clero
I.E.S. Sixto Marco
Avinguda del Gaï
CC Santa María "Jesuïtes"
Hort de la Comtessa o de la Barrera
Hort de la Rinconà
Manacor
Calvià
Ginés Maciá Pascual
Jardí Professora Mari Paz Hernández
Parroquia Sant Antoni
Marchena
Hort dels Bous
Hort del Gaï
Guardia Civil
Centro Educación Especial Tamarit
Santa
Fco. Pérez Campillo
Passeig El Verit
Boniol
Albelló
Pintor Benedicto
Hort de Don Jolis
HUERTO DEL CURA
Hort d'Avellan
Camí
Pola
ASFEME
HOTEL HUERTO DEL CURA
Hort de Don Claudio
Capuz
CC Salesianos San Rafael
Limoner
Taronger
Escola Infantil Rosa Fernández
Hort de Gras
Obispo Cubero
Avda.
Xop
Il·licità
COMISARIA POLICIA NACIONAL
I.E.S. Cayetano Sempere
Magraner
CEIP El Palmeral
I.E.S. Pedro Ibarra Ruiz
Abogados de Atocha
CIUTAT DE LA JUSTÍCIA
POLIESPORTIU ELS PALMERALS
Parroquia Espíritu Santo
CEIP Miguel Hernández
Sud
Hort de les Almàsseres
I.E.S. La Asunción de Nuestra Señora
Hort dels Banquets
Hort dels Pontos
Hort de Motxo
Piscines Municipals
Centre Social
Circumval·lació
Hort del Clot de les Tres
Hort de la Rogeta
Sellent
HOSPITAL UNIVERSITARI D'ELX
Hort de Casa Prim
Hort de les Porres o de Formigó
Camí de la Almazara
Hort de Malla
HOTEL JARDÍN MILENIO
Residencia Comarcal Infantil Baix Vinalopó
Hort de Dins o de l'Àlamo
EL-20

COMERCIO G. ALACANT
02 Euronics
PROFESIONALES G. ALACANT
01 Inmobiliaria Top Alacant
GRAN ALACANT
SANTA POLA
URBANIZACIONES
URBANIZATION
01 Costa Hispania
02 Panorama
03 Victoria Playa G.A.
04 Sueño Azul
05 Sol y Playa
06 Gran Vista
07 Sierra Mar
08 Don Pueblo
09 Gran Alacant
10 Carabasi
11 Olivo de Oro - Brisas del Faro
12 El Faro
13 Brisa Mar - Melody
14 Monte Faro
15 Puerto Marino
16 Monte y Mar
17 Mediterráneo
18 Novamar
19 Altomar I - Altomar II
20 Vista Bahía - Pino Mar
21 Lomas del Carabasí
22 Balcones del Mar
23 San Sebastián
24 Isla Izaro
SANTA POLA
ALICANTE
CTRA. NAC. 332 CARTAGENA - ALICANTE
Centro Comercial Gran Alacant
AVDA. DEL MEDITERRANEO
AVDA. DE NORUEGA
AVDA. DE ESCANDINAVIA
AVDA. POLONIA
AVDA. DEL CARABASSI
PARAJE CLOT DE GALVANY
PARQUE MUNICIPAL SIERRA DE SANTA POLA
Correos
Policía Local
ARENALES DEL SOL
CAMINO DEL CARABASSI
PLAYA DEL CARABASSI
PLAYA ARENALES DEL SOL
ERMITA VIRGEN DEL ROSARIO
FARO DEL CABO DE SANTA POLA MIRADOR DEL FARO
SANTA POLA (Este)
Pabellón Polideportivo
Santa Pola Life Resort

EL ALTET
ELCHE



ARENALES
ELCHE



SANTA POLA ABRE SUS PLAYAS

12/06/2020 AL 30/08/2020

Desde este viernes 12 de junio estarán abiertas las playas de Levante y Gran Playa con servicio de socorrismo y asistencia en horario de 10:00 a 20:00 h. Además, las playas naturales se han habilitado para que se pueda disfrutar del baño tras su limpieza y adecuación al aforo permitido.

A partir del 15 de junio el resto de playas estarán abiertas y operativas con servicio de socorrismo de 11:00 a 19:00 h., cartelería y vigilancia.

Respecto a las medidas de seguridad en la playa, se adjunta el decálogo de normas, orientadas a garantizar el distanciamiento social, que se aplicarán de forma transitoria y que se irán adaptando a la evolución de las fases de la desescalada. En cuanto al aforo, las playas se encontrarán divididas en sectores con aforo limitado.

En cada acceso se ubicará un cartel que indicará el sector, aforo, así como un extracto de las normas.

Las playas estarán vigiladas por Policía Local, así como agentes de salud que se encargarán de informar de las recomendaciones ante el COVID y coordinar el aforo de las playas, además de contar con la colaboración de Protección Civil.

Además, esta misma semana ADEAC (Asociación de Educación Ambiental y del Consumidor) ha concedido a Santa Pola el distintivo Bandera Azul a las playas: Calas del Este, Varadero, Levante, Tamarit y Calas de Santiago Bernabeu. Además, dos centros con Bandera Azul: CIMAR (Centro de Investigación Marina) y el Museo de la Sal.

Puntos accesibles:

Los puntos accesibles de Levante y Gran Playa a cargo de Cruz Roja estarán operativos desde este viernes, en horario de 11:00 a 19:00 h. y las condiciones, adaptadas a la situación de la crisis sanitaria, serán las siguientes:

Se trata de un servicio de préstamo, no de baño asistido.

Se atenderá bajo cita previa en el tlf. 965 41 69 36 (Lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.) El usuario que desee bañarse deberá venir con dos acompañantes al no estar permitido el

INFORMACIÓN IMPORTANTE PARA SU SEGURIDAD Y LA DE LOS DEMÁS

NORMAS Y RECOMENDACIONES ANTE EL COVID-19

EL INCUMPLIMIENTO DE ESTAS NORMAS, PUEDE SER CONSTITUTIVA DE SANCIÓN, EN BASE A LAS ORDENANZAS MUNICIPALES.

1. Respete los aforos de cada sector, indicados en la cartelería de cada acceso, así como las indicaciones de los agentes de seguridad y por supuesto, quédate en casa si tienes síntomas y contacta con el servicio sanitario en Tel.: 900 300 555.

2. El uso de las mascarilla es obligatorio en la playa siempre que no se pueda garantizar la distancia de seguridad de 2 mts.

3. Horario de inicio de servicio: 10:00h
Prohibida la ocupación previa de la playa por sombrillas, sillas y otros elementos sin presencia del usuario.

4. Por solidaridad con el resto de usuarios, y para que todos tengan oportunidad de disfrutar de nuestra playa, se recomienda no permanecer en las playas más de 4 horas diarias y realizar sólo una visita diaria.

5. Respetar el pasillo de seguridad de 6 m a la línea de agua para garantizar los paseos en ambas direcciones y el paso de vehículos de emergencia. Circula siempre por tu derecha. Además, está prohibida la estancia en la arena frente los canales balizados para los deportes náuticos.

6. Obligatorio 4 m de distancia entre sombrillas o núcleos de convivencia y 2 m. de distancia social en la zona de baño.

7. Para evitar la ruptura del distanciamiento social, no están permitidos juegos de pelota, palas, flotadores o colchonetas, salvo elementos de protección y seguridad para los niños y personas con movilidad reducida. En general, la práctica de deportes grupales sólo podrán practicarse fuera de las horas de mayor afluencia (10h a 19h), y el material necesario (redes, pelota, etc.) deberá ser aportado por los propios usuarios.

8. Siguiendo las recomendaciones sanitarias, de forma provisional, no hay servicios de aseos públicos, excepto para usuarios del punto accesible. Este servicio se reanudará, previo aviso, una vez se puedan asegurar la correcta aplicación de las medidas higiénico-sanitarias.

9. Está prohibido tirar material sanitario (guantes, mascarillas, etc.) en las papeleras de la playa y en el paseo marítimo.

10. Las entradas y salidas de las playas se realizarán únicamente a través de las pasarelas habilitadas siguiendo la dirección marcada y será obligatorio el uso de calzado en estas.

11. Para personas de edad avanzada recomendamos que su horario de playa NO SEA DE 12 a 16 h.
Tu vida está en juego.

Ante cualquier emergencia, llamar al 112.

GENERALITAT VALENCIANA · Costa Blanca · DIPUTACIÓN DE ALICANTE · SANTA POLA · SANTA POLA PLAYAS DE CALIDAD