

CARTELETA ARANDINA

GACETA COMARCAL DECENAL, DÍAS 1, 10 Y 20
MARCA Y FORMATO REGISTRADOS
2.ª ÉPOCA - D.L. BU-285-1987 - PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN

www.carteleraarandina.com
info@carteleraarandina.com

N.º 903 • 10 DE NOVIEMBRE DE 2018

Edita: Cartelera Arandina. C/ Isilla, 3, 1.ª planta. 09400, Aranda de Duero
Tels. 947 649 853 - 616 972 837 | Email: carteleraarandina@gmail.com

El contenido de la publicación no refleja necesariamente la opinión del editor.



FOTOS PARA EL RECUERDO.- Grupo de poetas en la Ribera del Duero. Año: 2008. (Comentario en la Sección "Notas Arandinas").

MANIFESTACIÓN POR LA SANIDAD ARANDINA

El 1 de diciembre de 2007 los arandinos y ribereños salimos a la calle para reclamar más personal sanitario. En aquel año estábamos bajo mínimos: de seis anestelistas con que debíamos contar en nuestra localidad, tan solo teníamos uno. Otras especialidades se hallaban en un estado similar, mas su efecto no era tan pernicioso, pues no hace falta decir que un hospital sin anestelistas no puede funcionar.

En esa ocasión, gracias a una movilización que fue masiva, dejamos claro a las autoridades que con la salud del pueblo no se juega, y conseguimos que se cubrieran las plazas asignadas. Hoy, después de una década larga, vemos que la escasez de médicos se ha convertido en un problema serio no solo en Aranda, sino en toda la comarca: no hay suficientes profesionales para atender a las personas que lo necesitan.

Una de las causas de esta carencia es el concurso de traslados, que años atrás no se hacía. Así, los médicos llegan a Aranda, pasan una breve temporada y, en virtud del expreso concurso, se marchan, quedando las plazas vacías y los pacientes sin atención.

Este problema se deja sentir especialmente en tres frentes:

- Los especialistas que faltan: tan solo hay tres médicos de urgencias de diez que debería haber; un ginecólogo de seis; un especialista de radiodiagnóstico de siete... la lista de carencias en las distintas especialidades es extensa.
- Los médicos de familia o atención primaria: de tres pediatras que tenía el ambulatorio Norte, se han ido dos; en el Sur, de dos se ha ido uno.

La Orensana

Ponemos a su disposición nuestro taller de sastrería con amplia experiencia, para arreglos en prendas de señora y caballero.

C/ Las Boticas 7, en pleno centro de Aranda
Tel. 947 50 00 72

Clínica Veterinaria EL ALBÉITAR

TIENDA ESPECIALIZADA
PELUQUERÍA CANINA Y FELINA
SERVICIO A DOMICILIO
RAYOS, ECOGRAFÍAS,
LABORATORIO, CIRUGÍA.

Avda. Castilla, 15 (Entrada C/ San Lázaro)
Tel. 947 512 350 - Urgencias: 636 597 724

SALUD TOTAL CLÍNICA DENTAL

Ponemos a tu alcance la última tecnología
Y ADEMÁS TE DAMOS HASTA UN 10%
DE DESCUENTO EN IMPLANTES Y ORTODONCIA

ARANDA DE DUERO
Avda. Castilla, 49
☎ 947 51 26 16

ROA
Pz Mayor de St. María, 2
☎ 947 54 00 05

SÁBADOS ABIERTO
www.saludtotalcd.com
saludtotalcd@hotmail.com

Presentamos

EL PRIMER AUDÍFONO CON INTELIGENCIA ARTIFICIAL

El audífono que mejora contigo día a día

WIDEX EVOKE
LA AUDICIÓN EVOLUCIONADA

2 SEMANAS Prueba gratuita

federópticos Marín

ARANDA DE DUERO
Pl. Santa María, 4
Tel. 947 51 15 33

Santiago, 5
Tel. 947 54 64 54

· La atención en el medio rural: han suprimido días de consulta y los vecinos de los pueblos desconocen el día en que pueden acudir a la consulta.

En definitiva, habiendo aumentado el número de personas, sobre todo mayores, que requieren atención, tenemos menos médicos de familia y menos especialistas.

Por todo ello, el **17 de noviembre, a las seis de la tarde**, en la **plaza Mayor**, las Asociaciones de Vecinos hemos convocado una manifestación para exigir a la Junta de Castilla y León que, de una vez por todas, tome cartas en el asunto y revierta esta situación de precariedad, la cual representa un problema cuyas consecuencias a medio y largo plazo pueden ser verdaderamente graves para nuestra población.

AA. VV. de Aranda de Duero

Javier Moro
Escritor y Premio Planeta 2011 presenta:
La Real Expedición de la Vacuna

15 de noviembre
20:00 hrs
Auditorio Caja de Burgos

gsk do more feel better live longer

¡La mayor hazaña sanitaria de la historia!

Auditorio del Centro Cultural Caja de Burgos, Plaza del Trigo, 8, Aranda de Duero

Recogida de entradas en el Auditorio desde el 5 de noviembre. Hasta completar aforo.

PONCIANO

CARPINTERÍA DE ALUMINIO, S. L.

CARPINTERÍA CON ROTURA DE PUENTE TÉRMICO, SISTEMAS EUROPEOS

LE INSTALAMOS SUS VENTANAS EN EL DÍA

SERIES CORREDERAS • SERIES ABATIBLES • COMPLEMENTOS

Ctra. Salas, Km. 1,9 - Tel. 947 51 00 40 - ponciano@ponciano.com - www.ponciano.com

TODO NATURAL

Pan de centeno 100% y centeno con pasas y nueces, bajo en gluten.

C/ Puerta Nueva, 2 - Tel. 947 094 183

MOTOR Agencias Oficiales

ELECTRO-SANZ HNOS



Pol. Prado Marina 947 51 23 02

AUTOMÓVILES MARRO, S.L.



TOYOTA
Sorpéndete de nuestras ofertas y animate a probar nuestros vehículos HÍBRIDOS.

Pol. Ind. Ctra. Valladolid P-141 - Tel. 947 50 45 13

MMM HONDA VIKING STIHL
Distribuidor • Servicio Oficial • Alquiler
MAQUINARIA NÚÑEZ MARTÍN, S.L.
VINÍCOLA - HUERTA - BOSQUE Y JARDÍN
CAPTACIÓN AGUA - POZOS

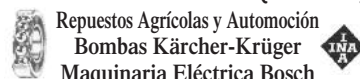
San Antón, 16 - 09400 Aranda de Duero (Burgos)
Teléfono y Fax: 947 51 14 22 - Móvil 619 28 17 05
mnm@manuma.es - www.manuma.es

TALLERES DE LASHERAS
CHAPA • PINTURA • MECÁNICA



Pol. Ind. Allenduedero - C/ Zaragoza, 5
Tel. 947 51 28 21 - gestion@tallerdelasheras.com

Rodamientos DUERO
RODAMIENTOS Y SOPORTES (INA Y FAG)



Repuestos Agrícolas y Automoción
Bombas Kärcher-Krüger
Maquinaria Eléctrica Bosch

Av. Montecillo, Parc. 24 Nave 6 - Tel. 947 505 001

MAQUINARIA DE JARDINERÍA
VINÍCOLA - AGRÍCOLA



REPARACIÓN - VENTA Y ALQUILER

C/ Constantín, 20 - Tels. 687 002 338 - 947 502 726

EuroTaller Saeta

Más de 25 años de experiencia en:

Más de 25 años de experiencia en

BMW, MINI y VOLVO. Somos especialistas

Pol. Ind. Allenduedero - Avda. Montecillo, 27
Teléfono 947 51 03 90

ARANDA HACE...

- 25 AÑOS -

1993:

• La Corporación municipal de Aranda aprobó el pasado martes 26 de octubre el plan especial para la instalación del hipermercado promovido por la empresa Sabeo en terrenos no urbanizables de nuestra localidad, situados frente a la carretera de La Aguilera. La aprobación inicial fue posible gracias a los votos afirmativos de siete concejales del PSOE, la concejala Pilar García y el grupo de Izquierda Unida.

- 50 AÑOS -

1968:

• El tren talgo Madrid-París, denominado "Virgen de Fátima" y también "Puerta del Sol" pasó por Aranda en su viaje experimental. A nuestra población, en la cual se encontraba el coronel de la Guardia Civil y otras autoridades, hizo su entrada a las 7:52 de la mañana, haciendo una breve parada a petición del ministro de Obras Públicas don Federico Silva Muñoz que iba acompañado de altos jefes de su departamento.

- 471 AÑOS -

1547:

• Gonzalo Fernández de Oviedo, primer cronista de las Indias, pasa parte del verano en la villa de Aranda de Duero, donde se encuentra el Consejo Real de Castilla y el de Indias, para tratar de dar solución a los asuntos relacionados con la procuración de la ciudad antillana de Santo Domingo.



COMERCIAL IM SALUD

- * DEPURADORA DOMÉSTICA PROFESIONAL
 - * DISPENSADORES PARA CASA Y EMPRESAS
 - * SISTEMA DE ÓSMOSIS INVERSA
 - * FÁCIL Y RÁPIDA INSTALACIÓN
 - * SERVICIO TÉCNICO PROPIO
 - * PRECIOS ECONÓMICOS
 - * INFORMACIÓN SIN COMPROMISO
 - * UNA MANERA CÓMODA Y SENCILLA DE BEBER AGUA SANA ABRIENDO UN GRIFO
- BURGOS ☎ 686 585 718 - 625 558 148

GUÍA MÉDICA Y DE LA SALUD

clínica **DUERO**

ELIMINACIÓN DE HEMORROIDES SIN CIRUGÍA
UNIDAD DE INJERTO CAPILAR

LISTA DE ESPECIALISTAS

- ANÁLISIS CLÍNICOS
- CARDIOLOGÍA
- CIRUGÍA GENERAL Y FLEBOLOGÍA
- DERMATOLOGÍA
- DEPILACIÓN LÁSER MÉDICA
- FISIOTERAPIA
- GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA
- MEDICINA FAMILIAR
- MEDICINA INTERNA
- PSICOLOGÍA
- RADIODIAGNÓSTICO
- TRAUMATOLOGÍA
- UROLOGÍA

- DRA. IRIS MARTÍN RAYMONDI
- DR. DIEGO MARTÍN RAYMONDI
- DR. JAVIER PÉREZ DÍEZ
- DR. GONZALO NIETO GONZÁLEZ
- AGURCHANE EGUILAZ ALONSO
- DÑA. ANA CRIADO JIMÉNEZ
- DON GONZALO OLALLA FERNÁNDEZ
- DR. ADRIÁN MARTÍN GARCÍA
- DRA. ELIANE NAVARRO
- DR. JOSÉ LUIS DELGADO MORALES
- DRA. INMACULADA MANZANAL RUIZ
- DR. MARIO FOLGUERAL PÉREZ
- DRA. REYES FERNÁNDEZ LAUREDA
- DR. GONZALO SANZ PÉREZ

C/ Cervantes, n.º 4 • Aranda de Duero • Tels. 947 511 768 - 947 640 010 • clinicaduero@outlook.com

OSTEOPATÍA-ARANDA
Masajes, Osteopatía y Naturopatía.
653188725
C/ Isabel I de Castilla Nº47 - ARANDA - (Luz de LUFA) 4H GRATIS

María Benito Portela LOGOPEDA
VOZ - ESCRITURA - COMUNICACIÓN - LECTURA
DEGLUCIÓN - AUDICIÓN - HABLA - ARTICULACIÓN...
Plaza La Resinera, 4 Bajo - Tel. 947 07 00 05

Lei del pie
PODLOGÍA, UÑAS ENCARNADAS,
PAPILOMAS, PLANTILLAS...
FISIOTERAPIA DEPORTIVA,
PUNCIÓN SECA, CONTRACTURAS.
Pl. Santiago, 10
Tels. 630 502 212 - 947 512 595 Cita previa

CONSULTA DE LACTANCIA
Luisa Fdo. Santos IBCLC L-47604
Dolor • Grietas • Mastitis • Frenillo lingual
Control de peso del bebé • Porteo • BLW
Terapia miofuncional • Taller de lactancia
www.LuisaSantos.es
CITA PREVIA 606 99 57 28 • Galerías Isilla, 1ª planta • ARANDA

INÉS CASTILLA
- Uroginecología y obstetricia
- Deportiva y traumatológica
- Hipopresivos - Pilates especializado
- Embarazo - Postparto
- Suelo pélvico - Matrona
PELVIC
Burgo de Osma, 26 Bajo
☎ 679 262 449

MEDICINA ESTÉTICA Y LÁSER
TRATAMIENTOS DE INVIERNO
VARICES ARAÑAS VASCULARES
Y TODO TIPO DE MANCHAS
- CONSULTA GRATUITA -
Dr. Lázaro Pérez - CL36632 - N.R.S:09-C3-0121
Pl. de la Constitución, 5-1º Tel. 947 512 819

PSICÓLOGA - PSICOTERAPIA
ROSA ARANDILLA
CL-2399 N.º Reg. Sanitario: 09-C22-0174
Evaluación y Tratamiento con programas individualizados,
en adolescentes, adultos y parejas.
C/ Béjar, 9 - 2.º C • Tel. 947 50 77 00

CONDUCTORES Y ARMAS PSICOTÉCNICOS ISILLA
L. a V. de 9:30 a 13:30 y 16:30 a 19:30 h.
CENTRO COMERCIAL ISILLA 1.ª PLANTA
Tel. 947 51 06 26

physis
C/ Barrionuevo, 8 Fisioterapia,
947 10 72 02 - ARANDA osteopatía y rehabilitación

Si necesitas ayuda psicológica, aprovecha la promoción de seguimiento terapéutico durante 15 días por solo 60 €
PSICÓLOGO
JOSÉ RAMÓN ÁLVARO VICARIO
COL. N.º CL 4694
C/ PUERTA NUEVA N.º 25 BAJO A
TEL. 622 011 312

EDUARDO GIL DE LA PUENTE
PODÓLOGO
Cirugía de juanetes, dedos en garra,
uñas incarnadas, papilomas, plantillas
C/ San Antonio, 7 - 2.º B
ATENDEMOS SANITAS
Tel. 947 50 63 03

PIEVITAL PODOLOGÍA
ANA BELÉN PASCUAL
C/ Miranda do Douro, 17 Traseras
(Junto Ambulatorio Sur)
Tel. 947 04 88 21
Clínica Rehabilitación Aranda FISIOTERAPIA
OSTEOPATÍA • NEUROLOGÍAS • DEPORTIVO
DOLORES MUSCULARES • ACUPUNTURA • ELECTROTERAPIA
Burgo de Osma, 64 - Tel. 947 51 13 50 - ARANDA

CRONOLOGÍA HISTÓRICA DE LA VILLA DE ARANDA Y SUS ALDEAS
Edición corregida y aumentada, año 2014.
Autor: Julio López Laguna
Venta en CARTELETA ARANDINA

TODA UNA VIDA



LUIS GONZÁLEZ GÁMEZ

Nacido en Madrid hacía la mitad del siglo pasado en la castiza calle de Embajadores, Luis fue el mayor de los tres hijos de Lucio González y Luisa Gámez, dedicados al negocio de venta al por mayor de frutas y verduras. Cuando apenas tenía seis meses de edad, la familia se estableció en Aranda, donde dieron continuidad a su negocio.

Desde muy temprana edad, Luis se aficionó a la música, cantando en los coros de varias zarzuelas que se representaron en Aranda, como *La del Soto del Parral*, *La del manojo de rosas* o *Katuska*.

En los años sesenta, se inició como humorista, participando en Radio Juventud de Aranda, en diversos programas cara al público con *sketches* de creación propia, así como en un espacio titulado "El humor es cosa seria", con guiones propios.

Sus comienzos en el teatro arrancaron en 1964, primero en la O.A.R. y seguidamente en Clunia Teatro de Cámara, desde su fundación, de la que es partícipe. Trabaja como actor en 24 obras, dirigiendo además cuatro de ellas.

En la disciplina del *performance*, se integró en el grupo La Constructora, con la que montaron diez espectáculos de creación colectiva, así como dos recitales poéticos.

En 1968 formó con otros amigos el grupo de música pop-rock Los Trova, en el que participa como cantante, actuando en varias provincias de Castilla y León.

En 1966 obtuvo el carnet profesional de humorista, previo examen en el Teatro Calderón de Madrid, y en 1970 adquirió el carnet profesional de músico de conjunto, previo examen en el Teatro Arriaga de Bilbao (en esa época se sacaba carnet para todo).

En 1993 decidió marcharse a vivir a Madrid para poder ejercer profesionalmente su labor como actor. Desde entonces y hasta hoy, ha trabajado en 45 series de televisión (*El Ministerio del Tiempo*, *Los Serrano*, *Cuéntame*), 9 obras teatrales (*La Buena Persona de Sezuán*, *Las Bicicletas son para el Verano*), 6 películas de cine (*Los Años Bárbaros*, *Mi Nombre es Sombra*) y 10 cortometrajes, además de 26 *spots* publicitarios.

Últimamente se ha reactivado el grupo musical Los Trova, que han actuado en el escenario de la plaza Mayor de Aranda el día final de las pasadas fiestas patronales y en el local donde antaño se hallaba el célebre Senator, que fue testigo de la primera actuación del grupo y en cuya actuación recaudaron fondos para la Cruz Roja.

En la actualidad, sigue realizando trabajos como actor, especialmente en series televisivas y *spots* publicitarios. Continúa viviendo en Madrid, aunque pasa casi tanto tiempo en Aranda como en la capital.



**Dra. Luisa
Fernanda
Lostau**

ESPECIALISTA EN OTORRINOLARINGOLOGÍA
Y CIRUGÍA CÉRVICO-FACIAL
PLÁSTICA FACIAL
TRATAMIENTOS CON ÁCIDO HIALURÓNICO
PARA REJUVENECIMIENTO FACIAL
TRATAMIENTOS CON BÓTOX
CIRUGÍA DE PÁRPADOS
RINOPLASTIA - LIFTING CON HILOS
TEL. 610 428 511
CONSULTA PRIVADA EN CENTRO COMERCIAL ISILLA, PLANTA 3, OFICINA E
ARANDA DE DUERO



**Rafael
Rodríguez
Calzada**
PSIQUIATRA

ESPECIALISTA EN PSICOTERAPIA, DEPRESIÓN,
ANSIEDAD, FOBIAS, ADICCIONES, DUELOS,
CRISIS VITALES, INSOMNIO, ESQUIZOFRENIA,
TRASTORNO BIPOLAR, TRASTORNOS DE
PERSONALIDAD, TDAH · MÁSTER EN DERECHO
SANITARIO · SE REALIZAN PERITACIONES

CITA PREVIA EN: 606 651 180
dr.rodriguezcalzada@gmail.com
www.rafaelpsiquiatra.es



Clínica Dental

Reg. Sanitario: 09-C251-0186

Dr. Eric Forteza



*¿Te falta alguna pieza?
¿Se te mueve la prótesis?*
**15% Dto en tratamiento de
IMPLANTES**

Diagnóstico, revisión y consulta **GRATUITOS**
25 años de experiencia como implantólogo

CONSULTA Y DIAGNÓSTICO CON RX GRATUITOS. www.clinicadentalforteza.com
C/ Miranda do Douro, 10 Bajo - Tel. 947 51 11 35 (previa cita)

ABRIMOS LOS DOMINGOS Y FESTIVOS

DULCES SALADOS EL SOL
Av. Castilla, 57 (frente Tamaca) Tel. 699 13 39 29
De 9:30 a 14:30 y 17:30 a 20:30 h.
Pan, tartas y pasteles de M. Sanz.
Encurtidos - chuches - bebidas - helados.

PANADERÍA PASTELERÍA M. SANZ
Tienda con Degustación
**Torta de Aranda, pan y dulces elaborados
con harina "Tierra de Sabor".**
C/ Ronda, 7 - Tel. 947 51 36 93 - De 9 a 21 h.

FORESTAL RAUZO
VENTA Y DISTRIBUCIÓN DE
PELLETS Y DE LEÑA:
PINO, ROBLE, HAYA, ENCINA.
TRABAJOS FORESTALES:
(TALAS, ENTRESACAS, ETC.)
**Tels. 669 42 84 10
669 42 84 11**

NOTAS ARANDINAS

GRUPO DE POETAS

Ojeando el libro *Ribera, cuaderno de viaje* hemos encontrado, en la página 114, la imagen de un grupo de poetas realizada por la artista local Ángela Gavilán. En la parte superior de la página destaca un hermoso soneto titulado "La Horra":

Una porción de alma castellana,
Un latido de cuerpo ribereño
(...)

Un pueblo, un nombre... Acaso una campana
de ayer que pasaran -cual un sueño-.
Recuerdos que se sumen como leño
y que han de ser cimientos de un mañana.

Estos versos quedarán para siempre,
aunque su autor, Heliodoro Esteban, nos
ha dejado el mes pasado con tan solo 55
años de edad. Sirvan estas líneas como
recuerdo homenaje.

La fotografía que podemos ver en portada fue tomada en abril de 2008, al término de la Charla-coloquio "En casa", organizada por el Taller de Pintura del Centro de Adultos y Todo Libro. Este evento trataba de celebrar la Ribera del Duero en la Semana del Libro. Algunos de los poetas retratados, como Heliodoro, fueron fundadores de la tertulia Telira.

Figuran en la imagen, de pie, de izda. a dcha.: Juan C. López, Manuel Prado, Heliodoro Esteban, Xulio Valcárcel, Fermín Heredero, José Rozas y Florencio Chicote; agachados: Elías Domingo, Raúl Antón y Pedro Miguel.

MOVIMIENTO DEMOCRÁTICO

OCTUBRE 2018

- Nacimientos: 27



Cantero
Fotógrafos

Reportajes personalizados
Bodas, Comuniones,
Bautizos.

C/ Isilla, 3 - 947 51 24 89
www.canterofotografos.com

- Matrimonios: 20



**Floristería
YERBABUENA**

Avda. Castilla, 9 - Tels. 947 512 151 - 620 574 149

- Defunciones: 40



**FUNERARIA
FUNELCA**
TANATORIO - CREMATORIO

Tels. 900 100 715 (Gratuito) - 947 50 19 55
Apto. Correos 406 - ARANDA DE DUERO

FARMACIAS DE GUARDIA - Noviembre

Elsa Álvaro Reizabal, C/ Duero, s/n. 947 50 00 39
Días: 10 - 22

Inmaculada de Lama, Avda. Luis Mateos, 1 947 51 26 66
Días: 11 - 23

A. M.ª GONZALEZ LAFONT, Burgo de Osmá, 27 947 51 05 04
Días: 12 - 24

A. SANZ HERNAN, San Francisco, 31 947 51 30 13
Días: 13 - 25 - 28

M. Blanco Planas, Pizarro, 6 947 51 15 23
Días: 14 - 26

P. TOMAS GARCIA, Avda. El Ferial, 18 947 50 07 52
Días: 15 - 27

A. García Hernando, Avda. Castilla, 57 947 51 48 37
Día: 16

M. ÁNGEL LAZARO, Plaza Mayor, 11 947 50 02 69
Días: 17 - 29

M.ª Luisa Arribas, Plaza Mayor, 13 bis 947 50 01 51
Días: 18 - 30

Ana Prada de las Heras, C/ Isilla, 30 947 50 01 85
Día: 19

M. TAJADAJI. SANTAMARÍA, Pl. Obispo Acosta, 4. 947 50 11 29
Día: 20

R. Berdugo Lazúen, Avda. Castilla, 54 947 50 12 37
Día: 21

LAS BASURAS

No saque la basura.
Estos días no hay recogida:
10 - 17 - 24

Que Natural

ECO TIENDA - HERBOLARIO

CONSULTAS:

Rejuvenecimiento facial natural
Naturopatía - Homeopatía
Reflexología podal

Av. Castilla (Al lado n.º 49 - frente Dominicas) - Tel. 947 06 87 77



SAO

masaje tradicional
tailandés

MASAJE THAI LIMPIEZAS FACIALES PERSONALIZADAS
MASAJE CORPORAL Y PIES MICRODERMOABRASION
MASAJE CON PIEDRAS CALIENTES MASAJE ANTICELULÍTICO REDUCTOR
GUASHA CORPORAL TRATAMIENTO FACIAL PARA HOMBRES
Plaza Mayor, 12 - 1º - Tel. 651 123 021
www.masajesaranda.com

A TU SALUD

Hábitos y cerebro

El mecanismo por el que el cerebro convierte una conducta nueva en un hábito funciona del siguiente modo: Primero, el cerebro procesa la realización repetitiva de una acción como un hábito, el cual entra en lo que se denomina "circuitos de recompensa afectiva". Segundo, al repetir una acción, el cerebro entiende que dicha acción es necesaria para la supervivencia, y la introduce en el circuito de recompensa afectiva. Este mecanismo es excelente en lo que atañe a acciones que conducen a hábitos saludables, pero el problema es que hace lo mismo con las acciones nocivas. Por ello, hemos de observar nuestra conducta e identificar las acciones repetitivas negativas que realizamos en nuestra vida cotidiana. Como reza el proverbio: "Cuida tus actos, porque se convertirán en tus hábitos; cuida tus hábitos, porque se convertirán en tu destino".



YOGA&PILATESCENTER

CENTRO ESPECIALIZADO
Tels. 618 98 52 98 (Domingo) - 676 68 36 63 (Julian)
yogapilatescenteraranda@hotmail.com
www.arandayoga.wordpress.com

La Botica Natural

HERBOLISTERÍA, DIETÉTICA Y NUTRICIÓN
Fuenteminaya, 10 - Tel. 947 50 57 46 - ARANDA

ESTÉTICA & BIENESTAR

Charo  Romera

CENTRO DE DEPILACIÓN LÁSER DE DIODO
TRATAMIENTOS FACIALES Y CORPORALES (COSMÉTICA MÉDICO MARINA)
ENVOLTURAS DE ALGAS, LODOS.
MASAJES CON PINDAS, CON PIEDRAS...
TARJETAS REGALO

C/ Burgo de Osmá, 1 - ARANDA
Cita previa **947 64 92 85**
cr.esteticaybienestar@gmail.com