



MAGAZINE Nº94 | AGOSTO 2023



ACTUALIDAD: Basura marina: un problema que no acaba, Lepe tendrá la biblioteca más moderna de la provincia de Huelva, El Recreativo volverá a reactivar su relación con el San Roque de Lepe, Lepe se prepara para sus tradicionales Fiestas de la Bella y San Roque 2023 **ISLANTILLA:** Islantilla pone en marcha este verano un servicio de baño inclusivo asistido para personas con movilidad reducida, Islantilla acoge con éxito de participación la primera prueba del Circuito Provincial de Voley Playa **ESTAMPITAS:** Manuel Ramírez **DEPORTE Y SALUD:** Manuel Rodríguez
REPORTAJE: La Doma Clásica brilla en Lepe con la IX Copa de Andalucía **DEPORTES:** Lepe se convierte en epicentro del Balonmano Playa, El lepero Juan Gatón lleva a la selección española de Carreras por Montaña a ser campeona de Europa, **GENTE DE LEPE:** Enrique Santana y Aurora Cañero **VERSOS EN EL DOBLAO:** Betsabé García **LEPEROS POR EL MUNDO:** Tania Sánchez
TEJIENDO ESTAMBRE: Pepa Cordero **DESDE LEPE CON HUMOR:** Juan Feria



RESTAURANTE
ENTRE OLAS



VIAJES GONALTOUR

CIAN: 217363-2

Avda. Andalucía, 55. Local 5.
Lepe (Huelva)

☎ 959 64 51 43

GONCA

☎ 959 38 33 74

AUTOCARES
CI 18518178

Cno. De la Redondela, S/N.
Lepe (Huelva)





Cuidar lo nuestro por Isabel Gómez

A todos nos gusta disfrutar de las cosas que la vida pone a nuestro alcance, ocupar las playas onubenses y crear en ellas las mejores historias de cada verano. Por eso, es importante cuidarlas y mantenerlas limpias, para que puedan seguir regalándonos muchos años más de vida. Al fin y al cabo, somos unos privilegiados, pudiendo observar la riqueza del entorno natural que rodea a nuestras costas.

En estas fechas resulta necesario hablar de este tema y tratar una problemática que lleva años existiendo, poniendo en serio peligro el bienestar de las playas y los océanos. En dicha materia, Huelva ha sido pionera, impulsando numerosos proyectos de concienciación enfocados a reducir la tasa de

residuos que se encuentran en las playas, objetos de todo tipo que son abandonados por los bañistas y usuarios de estas.

Gracias a la colaboración ciudadana mantener nuestras playas en condiciones óptimas se está convirtiendo en una tarea más sencilla, por lo que debemos recordar que aportando nuestro granito de arena conseguiremos seguir avanzando, haciendo un buen uso de ellas. A todos nos gusta llegar a la playa para disfrutar de un día veraniego sin sentirnos incómodos por tener a nuestro alrededor colillas, plásticos o algún otro tipo de desecho ya sea en la arena o en el agua.

El sol, kilómetros de arena y el azul del mar, sin duda un escenario de lujo con un encanto especial, un paisaje que en nuestra mente imaginamos totalmente limpio y resplandeciente, con el agua brillando por los reflejos del sol y la brisa moviendo la arena.

Y así debe ser y seguir muchos años más...inspirando anécdotas veraniegas, acogiendo momentos familiares, niños jugando y el sonido de sus risas, personas caminando por la orilla y el ruido de las olas rompiendo mezclado con el de las gaviotas.

Carmen González
Estética

697 388 027
Calle Alonso Barba nº 28. Lepe (Huelva)

COCIN Art
ELECTRODOMESTICOS

Todo en Electrodomésticos al mejor precio

Financiación 12 meses. Sin intereses

Avenida de Andalucía, 57 (Local 6)
Lepe - Huelva

639 738 582 • 959 38 27 09

f i s

www.cocinartweb.com

LEPE ACTUAL

ANÚNCIATE

669 39 60 86

CUGUI TRUGUI

Núcleo Res. San Juan, 4. Lepe (Huelva) 695 12 29 90

LEPE ACTUAL

DIRECCIÓN: Isabel Gómez

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Rocío Abreu

REDES SOCIALES: Arándano Estudio Creativo

DIRECCIÓN COMERCIAL: Joaquín Vázquez,
José Rodríguez y Juan Real.

COMERCIAL: Josefa Márquez.

IMPRESIÓN: Imprenta Real S.L.

COLABORADORES: Manolo "Castillo",
José Dacosta Ramírez, Pepa Cordero Beas,
Daniel Mena, Roque Oria, Juanma López, Dr.
Juan Ripoll, Isabel María González Muñoz,
Betsabé García Martín, Juan Feria y Manuel Jesús
Rodríguez González, Manuel Ramírez, Alicia
Rodríguez Toscano, Juan M. López

HAN PARTICIPADO EN ESTE NÚMERO:
JOVAPhone, GRUPOJOVA, Viajes Gonaltour,
Autobuses Gonca, Carmen González Estética,
Restaurante Entreolas, Cuqui Truqui, Aseges
S.L., Logística Frigolepe S.L, Cocinart, Reyma
Asesores, Todo Instal, Imprenta Real,
Rodolia S.L., Cervecería Poniente, José García e
Hijos SL, Tong Xing, Grupo Jacomé, Restaurante
Valsequillo, Cafetería Trafalgar, Denta Lepe,
Adeslas, Clínica Podología, Titulaciones
náuticas, Con mucho love, Santiamén, Pepextin,
Notario Vicente Francisco, Martins Electric
Medina Burguer, Casa Puerto, Reciclados Lepe
Pipón, Clínica Centro, Caffetal, Hotel Brasería
La Barca, Vélez fotógrafos, Peluquería Victoria,
Picasso Cocktail Bar, Fisio Costa, Servicios
Kimby y Aurelio SL, Gastrobar Nove, Mar de
Kañas, Mi Meraki Box, Gamma Abreu, El Paseo,
Audite clínica auditiva, Vibe Carburantes, Alemar
Electricidad, Librería Zenobia, Café Central
Playa, DiVino, Casa Mariano, Ópticas Álvarez,
Salazones El Terrón, Panadería Ntra. Sra. de las
Mercedes, Monteronuba S.L, Asistem Asesores,
La Gestión, Barroso Obras y Reformas, El
Albero Gastrobar, Supérate, Notaría Blanca E.
Barreiro Arenas, Mancomunidad de Islantilla y
Ayuntamiento de Lepe.

Todas las personas que deseen publicar
o participar en Lepe Actual pueden contactarnos
a través del email:

redaccion@lepeactual.es

Las empresas interesadas en publicitarse:
comercial@lepeactual.es

DEPÓSITO LEGAL: H 33-2015.



Lepe Actual no se responsabiliza ni solidariza con la opinión vertida en este medio por sus colaboradores, quienes lo hacen desde su plena libertad de expresión y responsabilizándose de las mismas. La dirección de este medio no publicará aquellos artículos que atenten contra las distintas libertades religiosas, contra la libertad sexual o sean de contenido xenófobo o irientes contra las personas.



El andamio de papel:

José Dacosta Ramírez es uno de los escritores más prolíficos de nuestra ciudad. En los últimos 20 años hemos podido leer sus columnas en La Voz de Lepe, Lepe Urbana y, actualmente, en Lepe Actual. Con una visión especial de todo lo que le rodea, Dacosta es capaz de llegar al alma de cada cuestión, de cada recuerdo o situación de la realidad circundante. Es capaz de plasmar en letras múltiples sentimientos, conectando con el alma de cualquier lector. De profesión albañil y de corazón escritor.

Caras con cruz por José Dacosta

Confieso que soy un desastre para recordar nombres y sobre todo un pésimo fisonomista.

No me quedo con el rostro de una persona a menos que la vea a menudo, o que la trate durante algún tiempo. Ese defecto, con lo atentos que somos por aquí con los buenos días y las buenas tardes y noches, le puede acarrear a uno fama de mal educado, o que piensen "qué se habrá creído ese". Pues no: mil perdonos, pero en mi caso es despiste. Y dicho esto, quiero contarles que he estado observando una serie de fotografías que hace bastante tiempo editó nuestro Ayuntamiento con el título: "Lepe Siglo XX", y me ha llamado sobremanera la atención, las caras de los alumnos de la escuela que posaron para una de las fotos.

En la mayoría de los niños, destaca una expresión de temor o inquietud, casi de angustia vital, y también es común en casi todos las orejas despegadas. La foto en cuestión data de 1920, pero la he comparado con las que nos hicieron a los chiquillos de mi generación en los años cincuenta, (la del libro o el cuaderno

abiertos y el globo terráqueo a un lado), y las expresiones y formas son las mismas.

Lo de los pabellones auditivos despegados se comprende, porque habiendo tanto secretismo en diversos temas, y sobre todo en el sexual, estábamos siempre como las caballerías orientándolos hacia todas partes para ver si captábamos alguna información al respecto.

A veces nos hacíamos el tonto, pero el oído estaba siempre alerta con el fin de captar al menor descuido en las conversaciones de los mayores algo que nos aclarara aquello de "la cigüeña" que no había un dios que se lo tragara.

En cuanto a la actitud temerosa en los rostros, tiene su explicación por la penuria económica, y por la férrea educación religiosa a la que éramos sometidos. El futuro que nos aguardaba en aquel tiempo era trabajar de sol a sol de lunes a domingo excepto el día de la Bella y el Viernes Santo, y además al morir (había mucha mortandad infantil), nos esperaba el infierno si osábamos tocarnos demasiado la entrepierna.



Si algunos jóvenes me leen, aparte de darle las gracias y felicitarlos porque de esos cocos pocos, comprenderán que con este panorama tan distinto al de hoy, no se podía tener otro semblante: eran caras con cruz. Eso sí, nos iba mucho mejor con aquellos juegos que al ser bastante más sanos que los de ahora no necesitábamos psicólogos, aunque sí les hubieran venido bastante bien a nuestros educadores religiosos.



Basura marina: un problema que no acaba

La basura marina lleva años destrozando los océanos, por lo que en estos meses resulta necesario recordar la importancia de cuidar el medio ambiente y mantener limpias las playas. Por eso, hay que seguir trabajando en campañas para concienciar a los usuarios y para fomentar la conservación de nuestras costas.

La provincia de Huelva ha sido en varios ocasiones pionera en impulsar talleres medioambientales y formar a voluntarios como Agentes de Playas Limpias, para así reducir la tasa de residuos. La costa onubense ha conseguido obtener buenos resultados aunque siga siendo un problema que persiste. Debemos ser conscientes de los resultados negativos que suponen nuestras acciones sobre el entorno natural en el que vivimos y que, por lo tanto, debemos cuidar. Enseñando a valorar nuestros recursos naturales, en este caso las playas, aprenderemos a respetarlo y conservarlo sin esfuerzo.

Hace un tiempo la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura (FAO) y la Organización Marítima Internacional creó proyectos para

disminuir el uso de plásticos, pues la basura plástica tiene un impacto devastador en la vida marina y la salud humana. Esta iniciativa es un paso importante para abordar el problema y ayudará a proteger el ecosistema oceánico, así como los medios de vida de quienes dependen de él", expresa en un comunicado Manuel Barange, director de Pesca y Acuicultura de la FAO.

Marineros gallegos recuperaron más de 700 kilos de residuos el pasado año

En ocasiones, los pescadores se encargan de llevar a tierra la basura marina recuperada en sus redes para que pueda ser reciclada y transformada en materia prima. "Nosotros recogemos residuos que hemos encontrado y cuando llegamos al puerto los echamos en contenedores que nos proporcionan las organizaciones para que luego los seleccionen por tipo de material", afirma Hipólito, pescador de Sanxenxo.

"Es alarmante cómo todo lo que se halla en tierra acaba en el mar, llevando

consigo una carga de residuos y desechos que perjudican seriamente los ecosistemas marinos», afirma José Ramón. «Todos los días sacamos grandes cantidades de basura de las aguas, algunas te sorprenderían. Hemos llegado a pescar lavadoras o trozos de coches».

Un mar limpio

Gran parte de los residuos marinos proceden de los generados en tierra por la sociedad. «El problema de la sociedad es que siempre se le echa la culpa al pescador, mientras que todos y cada uno de nosotros somos culpables al contribuir de una forma u otra. Los pescadores estamos intentando ayudar para que esta problemática desaparezca y así conseguir tener un mar limpio», explica López Fernández. Debemos reflexionar sobre el impacto negativo que tiene para el océano las bolsas de plástico, lavadoras, botes de conservas, piezas de cabezas tractoras, ruedas de coches, botellas de plástico... Estos son algunos de los residuos que se encuentran a diario los pescadores en la costa gallega cuando recogen sus redes.



959 106 493
635 230 989

Avda. Diputación, 38 (1,06 km) Lepe (Huelva)

Desde 1968 dando color
a tu empresa

**imprenta
Real**



Armeros, 10 | 21440. Lepe. Huelva

959 38 09 29 info@imprentareal.es



Rodolia, S.L.
SANIDAD Y NUTRICIÓN PARA SUS CULTIVOS

Almacén: Polígono Industrial
"La Barca" Nave A-6 Cartaya
Apdo. Correos 226, Lepe - Huelva
Tfños. 600 41 23 92 - 959 39 05 75



Lepe tendrá la biblioteca más moderna de la provincia de Huelva

El alcalde de Lepe, Juan Manuel González, junto a la Teniente de Alcalde de Urbanismo, Ana Delgado, y el Concejal delegado de Biblioteca, ha visitado las obras de la I Fase de la Rehabilitación Integral de la Biblioteca Municipal "Baltasar de los Rios", cuyo contrato tiene una cuantía de 810.700 euros, siendo cofinanciado por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER), dentro del programa operativo pluriregional de España 2014-2020, en la Estrategia de Desarrollo Urbano e Integrado, EDUSI 2020, en un 80%, y el restante 20% con financiación municipal.

Con un plazo de ejecución de 8 meses aproximados a cargo de Construcciones Francisco Cienfuegos S.L. en esta primera fase. Según ha explicado el alcalde de Lepe, Juanma González, "la segunda fase está a

punto de salir a licitación, de modo que se puedan realizar simultáneamente y cuenta con un presupuesto de 550.000 euros, lo que supone un total de más de un millón de 1.350.000 euros de inversión".

El Alcalde ha declarado que la reforma de la Nueva Biblioteca "la transformará en la más moderna biblioteca de la provincia de Huelva, un edificio inteligente con múltiples salas de lectura, de informática, de estudio, una amplia zona infantil y un centro de conferencias".

Dicha obra unirá ambos edificios municipales en una gran biblioteca, tanto la antigua Biblioteca Municipal con la zona que ubicaba el Archivo Municipal, con salas que puedan albergar múltiples usos, comunicando

los espacios de ambos edificios y conservando elementos históricos del patio de la Biblioteca Municipal y el ajimez.

En este sentido, la teniente de Alcalde delegada de Urbanismo ha añadido que "la nueva biblioteca contará con un sistema informatizado para que los usuarios muy novedoso".

Este nuevo espacio supondrá un gran progreso para la localidad onubense, dando cabida a jóvenes, estudiantes y todo tipo de personas que quiera hacer uso de las instalaciones y las salas de estudio. Además, contará con un centro de conferencias que estará preparado para acoger diversas actividades.

cervecería-marisquería

poniente

barriada de pescadores
la antilla



TONGXIN

Moda: ropa, zapatos, bolsos
y complementos



C/ Los Cruces, 6. Lepe (Huelva)



C/ Las Moreras, 2 | 21440 Lepe Huelva | T. 959 64 52 36

www.josegarciaehijos.com



GRUPO
Jacomé
Pintura, obras y rehabilitación

635 875 444

www.pinturasjacome.com

EMAIL... contacto@pinturasjacome.com

¡Somos especialistas en rehabilitar la imagen de su vivienda!



El Recreativo volverá a reactivar su relación con el San Roque de Lepe

Como antaño, el club decano cederá a jugadores prometedores al cuadro aurinegro. Dada la vinculación del nuevo presidente del Recreativo, Jesús Vázquez, con los responsables deportivos del San Roque de Lepe, también se busca que algunos de sus descartes puedan jugar la próxima campaña a las órdenes de Juanma Pavón.

El San Roque de Lepe echará a andar. Lo hará presumiblemente con nuevo dueño, pero con los mismos responsables en la parcela deportiva. Manuel Santana como director general y Juanma Pavón como técnico, que para esta campaña tendrá a Juanma Rodríguez como segundo.

Al margen de los ex albiazules que comenzarán a entrenar con el cuadro aurinegro, como es el caso de Seth o Víctor Barroso, apalabrado este último desde hace ya tiempo, la intención de cara a la próxima campaña es que se reactive la relación entre Recre y San Roque de Lepe, de provecho mutuo.

El Decano dispone de la colaboración de un club puntero de IA Segunda RFEF como destino para que algunos de sus talentos más prometedores puedan foguearse, como es el caso de Carlos Becken. Juanma Pavón ha estado presente en los últimos entrenamientos del Decano para ver en acción a algunos de los jugadores que podrían entrar en sus planes.

Futbolistas con los que no cuenta la actual comisión deportiva del Recre, son casos de jugadores que ya tienen pasado aurinegro, como Fran Ávila o Juanjo Mateo. Tampoco hay que olvidar otros jugadores como Mario Robles o Antonio Salinas.

A priori es complicado que el San Roque de Lepe pueda asumir sus fichas, por lo que opciones como una posible cesión en la que ambos clubes compartan el coste de sus salarios sería una alternativa viable, sobre todo tras la irrupción de nuevos dueños en el cuadro lepero.



Urgencias: 648 29 99 29
Tel: 959 38 38 72 - Fax: 959 38 38 72
dentalepe@dentalepe.com

Clinica Dental Dentalepe
C/ Venida de la Virgen, 2 - Esc 1 - 1º Lepe 21400 Huelva

Lepe se prepara para sus tradicionales Fiestas de la Bella y San Roque 2023

Lepe acoge las fiestas de la Bella y San Roque que se esperan con los brazos abiertos por toda la localidad.

Para disfrutar de los días festivos el Ayuntamiento ha diseñado una amplia programación del 12 al 16 de agosto, con actuaciones gratuitas con Lyly RB, Álvaro de Rossi & Mahen, Las Soles, Longplay con versiones de éxitos de los años 80 y 90 y Pitingo.

Además de las tradicionales procesiones de La Bella y San Roque en los días respectivos de su celebración.

El alcalde de Lepe, Juan Manuel González, junto a la teniente de alcalde, Mariana Otero, y el Concejal delegado de Cultura y Festejos, José Manuel Cortés, han presentado la programación de las Fiestas de la Bella y San Roque 2023 organizada desde el Área de Festejos del Ayuntamiento de Lepe.

"Todos estos espectáculos serán con entrada gratuita", según ha explicado la teniente de Alcalde, Mariana Otero, "exceptuando el concierto de **El Barrio**, que actuará en el escenario ubicado en el Antiguo Municipal el viernes 4 de agosto, a las 22,30 horas, cuyas entradas se encuentran a la venta en "El Corte Inglés, ticketmaster.es y entradasatualcance.com", añadió.

Programación Fiestas de la Bella y San Roque 2023

Día 12 de agosto

20:00- Día del niño en el recinto ferial
Precios reducidos en las atracciones de la feria. Por su parte, el alcalde de Lepe ha felicitado a todos los trabajadores encargados de llevar a cabo esta programación y ponerla en marcha para que podamos disfrutar durante las Fiestas Patronales de la Bella y San Roque, y ha invitado a toda nuestra ciudadanía y todas aquellas personas que nos visitan durante este periodo estival a disfrutar de nuestras fiestas patronales.

Día 13 de agosto

22:00. Apertura de la caseta municipal
22:45. Encendido del alumbrado. Bajo la portada de la feria sita en la puerta de la Caseta Municipal, con la participación de la Banda Elemental de la Escuela Municipal de Música de Lepe.
22:50 Pasacalles La Granja
Grandes animales de granja hinchables con acompañamiento musical y de zancudos. Salida desde la Caseta Municipal y posterior recorrido por el Recinto Ferial.
00:00 Actuación - "LYLY RB"; En el escenario de la Caseta Municipal (Campo de fútbol). Entrada gratuita.
01:00 Actuación "**ÁLVARO DE ROSSI & MAHEN**" En el escenario de la Ca-

seta Municipal (Campo de fútbol).
Entrada gratuita. Hasta cierre **MÚSICA** DJs

Día 14 de agosto

22:00 Apertura de la Caseta Municipal
01:00 En concierto: "**LAS SOLES**"
En el escenario de la Caseta Municipal (Campo de fútbol). Entrada gratuita.
Hasta 07:00 **MÚSICA** DJs

Día 15 de agosto

07:00 "ALEGRE DIANA" Salida desde la Caseta Municipal con actuación de Charanga.
22:00 Procesión de Nuestra Señora de la Bella Acompañada por la Banda Municipal de Música de Lepe.
22:00 Apertura de la Caseta Municipal
01:00 En concierto: "**LONGPLAY**"
Versiones años 80 y 90. En el escenario de la Caseta Municipal (Campo de fútbol). Entrada gratuita.
Hasta 07:00 **MÚSICA** DJ&s

Día 16 de agosto

07:00 "ALEGRE DIANA"
Salida desde la Caseta Municipal con actuación de Charanga.
22:00 Procesión de San Roque Acompañada por la agrupación musical Cristo de la Misericordia de Lepe.
22:00 Apertura de la Caseta Municipal
01:00 En concierto: "**PITINGO**"



Dr. Alejandro Rodríguez

959 83 05 41

Clínica Alejandro Rodríguez

C/ Alcalde César Barrios, 7. Lepe (Huelva)

Adeslas
OFICINA COMERCIAL DE LEPE

Agente de Seguros Exclusivo

Telfno. 959 734 218

Fax. 959 734 218

email: garridorr@adeslas.es

Avda. Blas Infante, 2 C. Lepe (Huelva)

TITULACIONES NÁUTICAS
Licencia de navegación

No pierdas la oportunidad de sacar la nueva licencia de navegación. (Sin examen. Solo por asistir a un curso de 6 horas podrás manejar barcos de hasta 6 metros de eslora y motos náuticas)

Patrón de embarcación básica (PNB) - Motonáutica A
Patrón de embarcaciones de recreo (PER) - Ampliación-PER

Contacto: Fijo: 959 38 27 40. Móvil: 678 931 367. C/Brasil, 6. Lepe (Huelva). superateformacion@gmail.com



Islantilla pone en marcha este verano un servicio de baño inclusivo asistido para personas con movilidad reducida

El Área de Turismo, Deportes y Cultura de la Mancomunidad de Islantilla ha puesto en marcha este verano un servicio de baño inclusivo asistido para personas con movilidad reducida que estará disponible hasta el próximo 15 de septiembre.

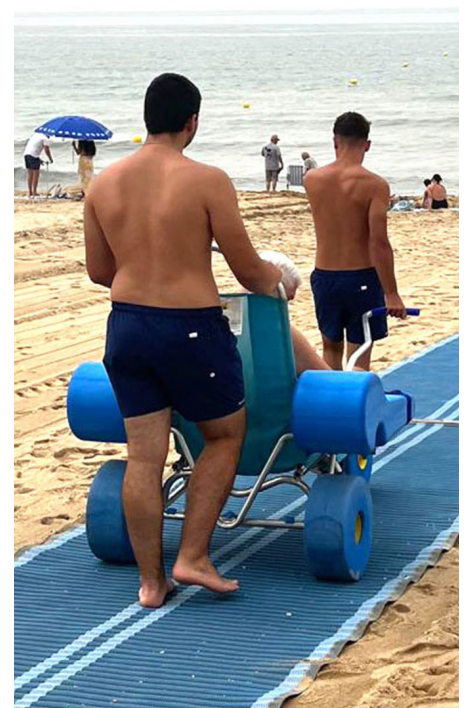
Este nuevo servicio, que completa la labor del equipo de Salvamento y Socorrismo que regularmente opera en tres puntos de esta playa compartida por los municipios de Lepe e Isla Cristina, está instalado en la zona de sombra accesible habilitada entre el Puesto Central y la Terraza Bar Titanic.

El horario hasta el próximo 31 de agosto será de 11:00 a 15:00 horas, de lunes a domingo.

La primera quincena de septiembre el servicio continuará también en horario sólo de mañana.

Este servicio está orientado a asistir y apoyar en el baño en la playa de Islantilla a personas que tengan problemas de movilidad o movilidad reducida, y para ello cuenta con dispositivos especiales como sillas anfibia para adultos y para menores, una silla de movilidad para la orilla, y un andador adaptado. Las personas interesadas en hacer uso de este servicio pueden reservar turno a través del teléfono 722 316 852 o de forma presencial acudiendo al punto de asistencia ubicado en la zona de sombra inclusiva.

Por otra parte, el Servicio de Salvamento y Socorrismo de Islantilla opera en horario ininterrumpido desde las 11:30 hasta las 20:00 horas en sus tres torres de vigilancia con un equipo conformado por 17 profesionales que velan por la seguridad en esta playa durante los siete días de la semana.





Islantilla acoge con éxito de participación la primera prueba del Circuito Provincial de Voley Playa

Islantilla ha sido este año el destino encargado de acoger la primera de las pruebas que conforman el XXV Circuito de Voley Playa, y cuya organización a recaído en el Servicio de Deportes de la Mancomunidad que gestionan conjuntamente los Ayuntamientos de Lepe e Isla Cristina, en colaboración con CD Acción XXI.

La prueba, que forma parte de uno de los circuitos más veteranos y consolidados de todos cuantos se celebran en el litoral onubense, está integrada en el calendario deportivo de la Diputación Provincial de Huelva.

A pesar de ser la primera de las pruebas de este circuito, y de no celebrarse en fin de semana, los índices de participación han sido excelentes, con un total de 188 jugadores (el 43% de ellos, en categoría masculina, y el 57%, en categoría femenina), registrándose un incremento de hasta diez equipos más con respecto al pasado verano de 2022.

En la categoría Senior Femenino se impuso en la final el equipo sevillano Castro/Muñoz a las onubenses Abreu/Calado, mientras que en la parte categoría Masculina, el triunfo fue para el

equipo conformado por Ricón/Izquierdo, que se impuso al equipo Naranjo/Gómez.

La prueba fue bastante dura por el gran número de participantes y el calor registrado en esa jornada, comenzando a las 10:00 de la mañana y finalizando a las 21:30 horas. En total se requirió la instalación de cinco canchas de juego.



CAFFÉ / EXPOSICIONES
MÚSICA / ESPACIOS



Vicente Francisco Rodríguez Sánchez
vfrrodriguez@notariado.org
Tfno. 959 69 00 24. Fax: 959 69 00 25.
Móvil: 620 67 92 41

Avda. Andalucía, 25. Bajo. Lepe (Huelva)



Estampitas: El entierro A Sergio Nuñez, in memoriam.

por **Manuel Ramírez**

Con poco más de 8 años fui a mi primer entierro, el de Manuel Camacho Contreras "Botín", mi tío/ abuelo, espejo de la caballería, que crio a mi madre como a una hija. Desde la adolescencia asistí a los entierros de la familia como si fuese mi padre, que no estaba, y así hasta el entierro de mi madre el 20 de agosto de 2001.

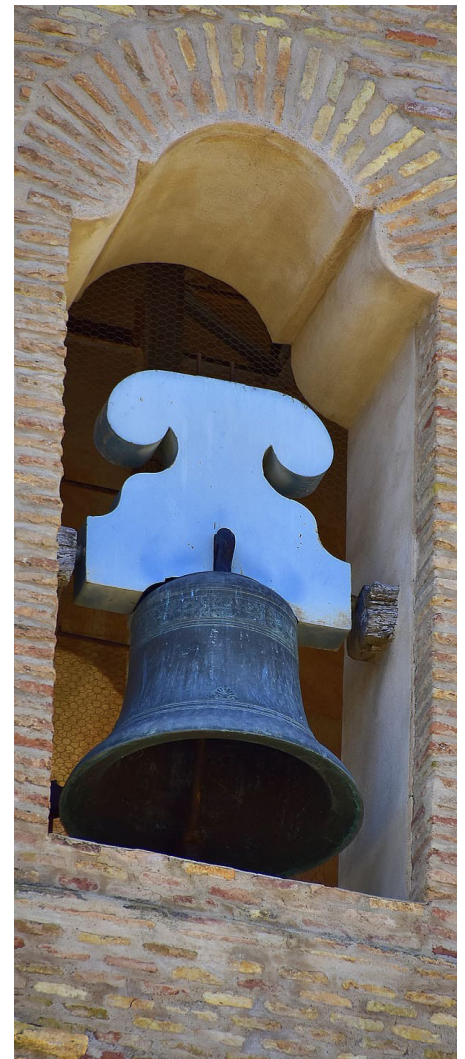
Como sabemos, la muerte es parte consustancial de la vida. Tan es así que es la única certeza que tenemos cuando venimos al mundo. Pero en muchas ocasiones, cuando la persona que se va es buena parte de ti, el duelo te acompaña siempre.

Hace pocas semanas estuve en el entierro de Sergio, y comencé a llorar cuando decenas de moteros subían la calle Iglesia escoltando el coche fúnebre. Qué suerte tenemos de tener un cura tierno y cercano como el Padre Filemón. De hecho, solo pude parar de llorar

cuando leí el Salmo. El llanto, como otras expresiones de nuestros sentimientos es bueno en sí mismo porque es algo natural.

Al salir de la iglesia y atravesar la plaza de España sentí, como me sucede desde hace tantos años, la misma bocanada de brisa limpia que siento siempre al salir de un entierro.

***Las personas que queremos
nos acompañan siempre,
también después de dejar este
mundo. Esa brisa, ese aliento,
ese sentimiento único nos lo
recuerda a cada paso que damos.***



SALAZONES "PUERTO DEL TERRÓN"
EL TERRÓN - LEPE - HUELVA

email: salazoneseltarron@gmail.com **T. 639 304 856**

Alvarez
OPTICA

C/ Alonso Barba, 26.
Lepe (Huelva)

MONTERONUBA, S.L.
CIMENTACIONES Y
ESTRUCTURAS

Garantía y Confianza

689 931 328

Panadería
Ntra. Sra. de las Mercedes

Panadería familiar desde 1925 Tercera Generación
www.panaderiadelasmercedes.com

959 38 30 35 - 670 31 33 97
C/ Labradores 78. Pol Ind. El Prado, Lepe (Huelva)

UNA HISTORIA DE MI VIDA

Otro capítulo de mi infancia, muy marcado en mi memoria, era cuando llegaba el mes de agosto en mi pueblo.

Todos los 7 de agosto en la Iglesia, se hacía y se sigue haciendo todavía, el traslado de la Virgen al altar mayor, portado por jóvenes del pueblo. Antiguamente, dicha tradición la hacían los marineros.

Me encantaba ese día, mi abuela me daba un abanico redondito llamado PAY-PAY para la iglesia, ya que todo se ponía lleno absoluto en el momento del traslado. Te estrujaban, hacía mucha calor, pero ese momento me gustaba verlo muy de cerca.

Ya ese mismo día por la tarde, comenzaban las novenas a la virgen Bella, a la cual yo asistía en algunas ocasiones. En todo ese tiempo, hasta el 15 de Agosto, todo eran preparativos para las Fiestas de la Bella. Mi madre todos los años por esas fichas me hacía un vestido en una costurera, el cual estrenaría alumbrando en la procesión de la Virgen. Ya, por la mañana, mi abuela ponía encima de su cama grande y alta: su vestido nuevo, la guayabera blanca o gris de mi abuelo y por último, 3 velas largas con sus sombreretes para esa noche alumbrarla en su procesión.

Llegaba el momento de la salida procesional, yo preparada con mi

ropa nueva y desando que mi abuela me encendiera mi vela para empezar el recorrido. Hay una anécdota que no puedo olvidar, ya que mi abuela hacía el camino descalza y dejaba los zapatos en una casa enfrente del paseo, que estaba en la acera alta. Para mí era muy lastimoso verla descalza, ya que se podía clavar algo o quemar en la cera caliente de las velas en los pies, pero ella me decía que era una promesa que hizo y todos los años tenía que cumplirla.

Voy a seguir recordando algo que lo tengo muy grabado en la memoria. Mi abuelo en esas noches de verbena, habría sus dos puertas de la calle y llegaba sus hijos, nietos y algún vecino que se colaba entremedio. Ya tendría preparado un ponche grande con melocotones, canela y al cual le añadía unos licores que solo él sabía echarle. Nos daba dinero a los niños y corriendo lo empleábamos en juguetes de los puestos de la feria, con los cuales ya jugábamos varios días con ellos. Son momentos que hacen historia de tu vida y ya por último, cuando está bien entrada la madrugada, yo con mis hermanos nos quedábamos anoche ahí, en casa de mis abuelos, en unas camas improvisadas que nada tiene que ver con lo de hoy en día.



Mi abuela ponía su habitación dos sillas juntas y unos cojines como podía, y ahí se quedaba el más pequeño, los más grandes en una manta en el suelo y una almohada sobre el umbral de la calle. Se podía dormir con las puertas abiertas, en esa noche mágica de la bella, y de cualquier forma, ya que era fiesta. Me da nostalgia recordarlo, ya que me invade un sentimiento de inocencia, felicidad, paz y mucho más que no alcanzaría a explicar. Es bonito muchas veces retroceder al pasado y emborracharte de recuerdos y vivencias, ya que toman parte de uno mismo. Y sobre todo, de los olores de incienso y jazmín, inolvidable en esa fecha...

Alicia Rodríguez Toscano

ASINTEM ASESORES
LABORAL - FISCAL - CONTABLE
Tlfo./Fax: 959 38 42 76
Móviles: 686 35 11 47 - 646 88 50 54
E-mail: asintem@lepe.e.telefonica.net
c/ Alonso Barba, 40
21440 LEPE (Huelva)


La Gestión
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS
www.lagestion.es
959 48 15 99

679 491 841 679 491 840
inideca@gmail.com
BARROSO
OBRAS Y REFORMAS

El Albero
• GASTRÓBAR •
El Corchuelo, 6. Lepe, (Huelva)



Fitness en la Era Digital: La Revolución del Entrenamiento Tecnológico

por **Manuel Rodríguez González**

¿Te has dado cuenta de cómo la tecnología ha revolucionado el mundo del fitness?

En la última década, hemos sido testigos de una revolución en el mundo del fitness impulsada por la tecnología.

Los avances digitales han transformado la forma en que nos mantenemos en forma, brindando a los entusiastas del ejercicio una amplia gama de herramientas y recursos para mejorar su rendimiento y alcanzar sus objetivos de acondicionamiento físico.

Desde dispositivos portátiles hasta aplicaciones móviles y entrenamiento virtual, la tecnología ha abierto nuevas y emocionantes posibilidades para aquellos que buscan una experiencia de entrenamiento más conectada, personalizada y efectiva.

Dispositivos Portátiles: Llevando el Fitness a Nuevas Dimensiones

Uno de los mayores avances ha sido la proliferación de dispositivos portátiles, como relojes inteligentes y pulseras de actividad. Estos dispositivos han dejado de ser simples rastreadores de pasos y han evolucionado para medir una

amplia gama de métricas, como el ritmo cardíaco, el nivel de estrés, la calidad del sueño y más.

Los usuarios pueden monitorear su progreso en tiempo real, establecer objetivos y recibir notificaciones que los animan a mantenerse activos.

Además, muchos de estos dispositivos son sincronizables con aplicaciones móviles, lo que permite un seguimiento más detallado y un análisis más profundo de los datos de acondicionamiento físico.

Aplicaciones Móviles: Un Entrenador Personal en Tu Bolsillo

Las aplicaciones móviles han transformado la forma en que planificamos, realizamos y monitoreamos nuestros entrenamientos. Desde aplicaciones que ofrecen rutinas de entrenamiento personalizadas hasta otras que proporcionan recetas y planes de dieta, existe una aplicación para casi todas las necesidades de acondicionamiento físico. Estas herramientas permiten a los usuarios acceder a un entrenador personal virtual en cualquier momento y lugar, lo que





brinda una mayor flexibilidad y comodidad para aquellos con horarios ocupados.

Entrenamiento Virtual: Conectando con Entrenadores en Todo el Mundo

El entrenamiento virtual ha roto las barreras geográficas, permitiendo a los usuarios conectarse con entrenadores y expertos de renombre mundial sin importar dónde se encuentren.

Mediante plataformas de entrenamiento en línea, las personas pueden acceder a sesiones de entrenamiento en vivo o grabadas, lo que les brinda la oportunidad de experimentar diferentes estilos de ejercicio desde el salón de casa.

Esta interacción en tiempo real con entrenadores y otros entusiastas del fitness crea una comunidad global, donde el apoyo y la motivación se convierten en pilares fundamentales.

Horizontes Desafiantes: Los Retos que Nos Esperan

Aunque la tecnología ha aportado innumerables beneficios al mundo del fitness, también plantea desafíos y consideraciones éticas.

El uso excesivo de dispositivos puede generar una dependencia poco saludable de los datos, lo que podría desencadenar ansiedad o desórdenes relacionados con la obsesión por el rendimiento.

Además, la privacidad de los datos y la seguridad en línea son aspectos cruciales a tener en cuenta, ya que la recopilación de información personal podría plantear riesgos para la privacidad de los usuarios.

En conclusión, el fitness en la era digital ha transformado la forma en que nos aproximamos al ejercicio y al bienestar.

Los dispositivos portátiles, las aplicaciones móviles y el entrenamiento virtual han creado una experiencia de entrenamiento más accesible, personalizada e interconectada.

Sin embargo, es fundamental utilizar la tecnología de manera equilibrada y consciente, recordando que la conexión humana y la escucha activa también son componentes esenciales para alcanzar un estilo de vida saludable y sostenible.

El futuro del fitness continuará evolucionando a medida que la tecnología avance, y es tarea de cada uno aprovecharla de manera positiva y responsable para mejorar nuestra salud y bienestar general.

Martins Electric
THE QUALITY WORK
INSTALADOR AUTOMATIZADO

ELECTRICIDAD EN GENERAL - ANTENAS - PLACAS SOLARES
CÁMARAS DE VIGILANCIA - PORTEROS - BOMBAS DE RIEGO
ALARMAS - DOMÓTICA - AUTOMATISMOS - BOLETINES

666 074 465 - 610 405 162

MEDINA'S

624 80 07 07

Reporte a domicilio en Lepe, 2 €.

C/ Alonso Barba, 43. Lepe (Huelva)

C/ VALLE PONCE, Nº 16.
POLIGONO LA GRAVERA, LEPE

692 28 07 94
674 41 88 49

RESTAURANTE CASA PUERTO

@CASAPUERTO_



La Doma Clásica brilla en Lepe con la IX Copa de Andalucía

Lepe se ha convertido en escenario de la IX Copa Andalucía de Doma Clásica, el concurso se ha celebrado en las instalaciones de la Escuela Hípica Municipal de Lepe contando con la participación total de 50 jinetes. Multitud de espectadores, pudieron disfrutar de una magnífica competición ecuestre.

La Escuela Hípica Municipal de Lepe explica que el evento celebrado en sus instalaciones tuvo una gran participación de jinetes andaluces: "Tuvimos 43 participantes, de los cuales, la mitad, más o menos, fueron de Huelva y la otra mitad entre Sevilla y Córdoba."

Una gran afición por el caballo

En la localidad lepera existe una notable afición por el mundo del caballo y, en especial, a la hípica. Por lo que no es de extrañar que numerosos jinetes de Lepe hayan conseguido destacar en este sector.

Ya en 2019 dos jinetes leperos consiguieron hacerse un hueco en el Campeonato de España de Caballos Jóvenes de Doma Clásica, celebrado en Granada. Juan Manuel Acosta Ponce, campeón de España, y Roberto Carlos Cruz, recibieron el cariño y las felicitaciones de su pueblo tras este triunfo.

"Nuestra escuela estuvo representada por 15 participantes, que obtuvieron muy buenos resultados, consiguiendo estar entre los tres primeros de sus respectivas pruebas".



RECICLADOS LEPE



638 441 672 - 642 593 741

**POL. IND. HUERTA MÁRQUEZ
C/ CAÑADADA DEL PILAR 19
LEPE - 21440 (HUELVA)**

Estamos detrás de la policía local

**Empresa con todos los certificados
de medio ambiente**

EL Ayto. de Lepe les invita a vivir las...

Fiestas de la Bella y San Roque 2023

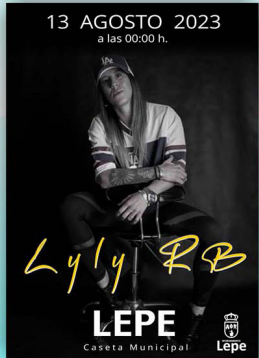
**13
AGOSTO**

**13
AGOSTO**

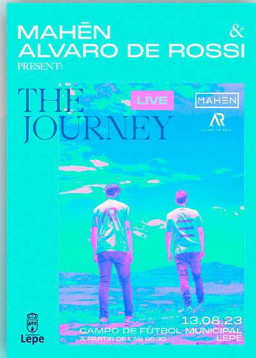
**14
AGOSTO**

**15
AGOSTO**

**16
AGOSTO**



LYLY RB



**THE JOURNEY
ÁLVARO DE ROSSI
MAHËN**



LAS SOLES



LONGPLAY



PITINGO

**ENTRADA
GRATUITA**

Para todos los
espectáculos

Caseta Municipal (Antiguo campo de fútbol).

Organiza: Área de Festejos





Lepe se convierte en epicentro del Balonmano Playa

El torneo Ciudad de Lepe ha sido el protagonista del panorama autonómico del Balonmano Playa andaluz.

Durante el primer fin de semana del mes de julio, la playa de Santa Pura se convirtió en el epicentro de la disciplina, albergando siete pistas de juego. En ellas jugaron los participantes divididos en 10 categorías de juego; Alevín, Infantil, Cadete, Juvenil y Senior.

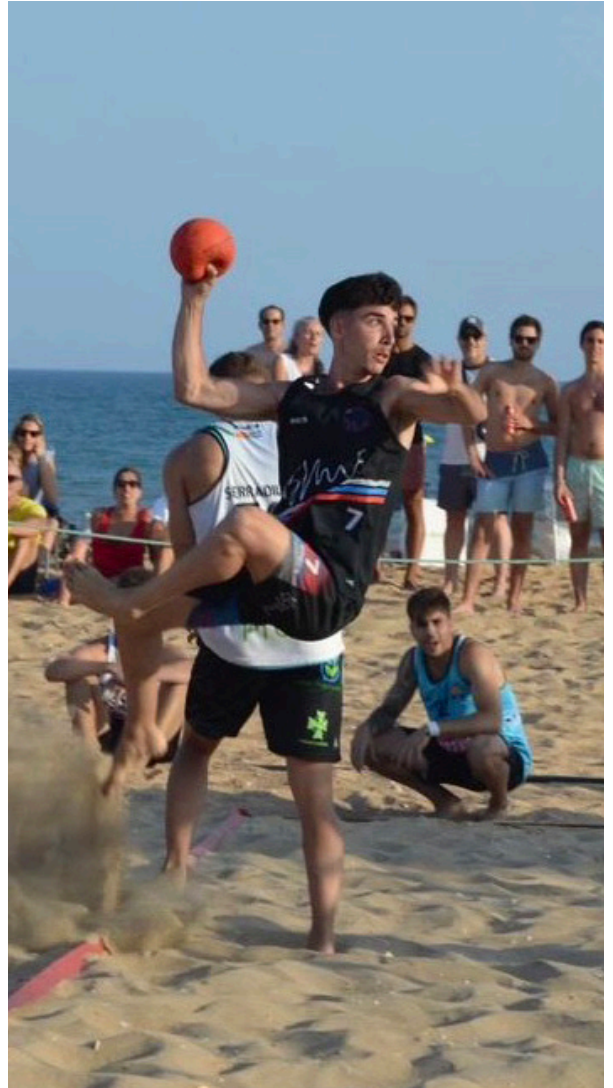
El Club de Balonmano de Lepe asegura que el evento fue todo un éxito de participación, consiguiendo reunir a 1200 deportistas. "Tuvo una gran acogida, participaron 78 equipos de todas las categorías (Alevín, Infantil, Cadete, Juvenil, Senior) tanto en modalidad masculina como femenina. Se vivió un ambiente bastante bonito y deportivo, vimos mucho espectáculo, los mejores equipos de Andalucía estuvieron aquí".

Tras dos días de intensa competición, el club que más éxitos cosechó fue el Fundación Fomento Deporte CBMP Ciudad de Málaga. Los de la costa del sol cosecharon cuatro campeonatos: infantil masculino y femenino, cadete femenino y juvenil femenino, además del subcampeonato en alevín femenino. Dicha categoría tuvo como vencedor al segundo equipo más laureado: Pan Moguer Beach (quien, además, cosechó el éxito en cadete masculino). La lista de equipos ganadores la cierran Vancasas BMP Algeciras (juvenil masculino), BM Playa Core + Lepe (senior masculino) y BM Montequinto Ciudad de Dos Hermanas (senior femenino).

Por su parte, en el listado de los mejores segundos equipos, Nicosur BMP Las Peris aparece en dos ocasiones (juvenil y senior femenino). Junto a él se encuentra BM Playa

Hudisa Lepe (infantil masculino), Algeciras College BMP Algeciras (infantil femenino), Pinturas Emucril BMP Sevilla (cadete masculino), llevel Catering BMP Algeciras (cadete femenino), BMP Maravillas Benalmádena (juvenil masculino) y BMM5 Big DT Ciudad de Dos Hermanas (senior masculino).

Es la sexta parada del circuito de la temporada 2023 de balonmano playa andaluz, siendo predecesora a los eventos celebrados. Atrás queda la Torremolinos Cup, Ciudad de Utrera, Vega de Triana, Fuengirola Cup y el Torneo Ubago. Sin embargo, la próxima parada del circuito tendrá lugar en las playas de Torrox Costa. Debido a que se celebrará, por primera vez, la Diego Carrasco Beach Handball Cup entre el 7 y 9 de julio.





El lepero Juan Gatón lleva a la selección española de Carreras por Montaña a ser campeona de Europa

Juan Gatón, natural de Lepe es actualmente el seleccionador nacional absoluto de Carreras por Montaña de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME). El atleta explica que toda su vida ha estado ligada al deporte, habiendo practicado fútbol, vóley y atletismo. Asimismo, asegura que disfruta mucho de los paisajes que se encuentra en las carreras por montaña: "la montaña te da un juego diferente, tiene paisajes y vas descubriendo cosas que no descubres en el atletismo".

Recientemente, viajó hasta Serbia y Montenegro, donde se ha celebrado el Campeonato de Europa de Carreras por Montaña, consiguiendo la medalla de oro para la selección española: "marcamos unos criterios de selección y llevamos el equipo a Montenegro sin saber que iba a pasar, había selecciones muy potentes a nivel mundial como Italia, Suiza y Noruega, son países donde hay mucha tradición de montaña, mucho más que en España y no sabíamos que iba a pasar, pero se dio bien".

"Obtuvimos buenos resultados, es un deporte individual que tiene que rendir como equipo, llevábamos 15 corredores, teníamos claro que habíamos creado un grupo muy positivo, pues dos meses antes hicimos una concentración con ellos en Sierra Nevada. Nosotros no exigimos a nadie un puesto, nada de presión, les exigimos que rindan, educación y buen comportamiento. Nuestra principal función era crear el grupo, apostar por una serie de personas, organizar bien estratégicamente la competición, y asistirlos durante la carrera."



Tlfno: 959 64 52 71
Fax: 959 38 41 84
Móvil: 679 950 999

C/ Alonso Barba, 43. 1º. 21440 Lepe (Huelva)



TRANSPORTE NACIONAL
E INTERNACIONAL

T 959-381846
M 629-776919

logisticafrigolepe@gmail.com



Manuel Fernández Camacho
Graduado Social / Asesor Fiscal
Perito tasador judicial
Avda. de las Flores, 30. Lepe (HUELVA)
Telf: 959 38 41 02. Fax: 959 38 11 95.
Móvil: 666 55 08 41
email: manuel@asesoriareyma.es

Aun así, el lepero recuerda que fue un viaje complicado: "pasamos primero por Albania y como son países en vías de desarrollo, allí el transporte no estaba muy desarrollado". Consiguieron un total de ocho medallas, cuatrooros, dos platas y dos bronce, alcanzando la primera posición como campeones de Europa, seguidos por Italia y Suecia.



Gatón se muestra orgulloso de los buenos resultados obtenidos: "Para mí es un privilegio poder llevar la Federación Nacional, la Selección Absoluta y el trabajo que llevamos haciendo los dos últimos años en esta área. Buscamos modificar los parámetros de selección, crear criterios y circuitos diferentes. Todo eso nos está llevando a estos resultados. Ya estamos preparándonos para la competición del año que viene, que se celebrará en España"



NOTARIA DE LEPE

Blanca Eugenia Barreiro Arenas

TLF: 959 38 35 35

Avda. Blas Infante, 21- 1º Planta A y D
E-mail: blancabarreiro@notariado.org
21440 LEPE (Huelva)



Sorteado el calendario de competición para el San Roque

A falta de confirmar el cambio de propiedad en el club, un asunto que se está llevando a cabo con la máxima y lógica discreción, hay un tema, importante también como es la composición del calendario de liga, que ha quedado resuelto estos últimos días.

Hay que recordar que el cuadro aurinegro ha quedado encuadrado en su grupo con nueve equipos andaluces, seis murcianos, así como el Manchego de Ciudad Real, y el Orihuela, de Alicante.

Se especulaba con la posibilidad de cruzarse con los equipos extremeños, pero finalmente no ha

sido así, y serán muchísimos los kilómetros a realizar nuevamente esta temporada por el San Roque.

El debut en la temporada 2023-2024 será como visitante, ante el Cartagena B, curiosamente el último rival de la pasada temporada, en un partido que terminó con reparto de puntos. Una semana después, se producirá el estreno en casa, ante el Atlético Antoniano de Lebrija, ascendido y debutante en la categoría, mientras que el fin de temporada, allá por el mes de mayo, tendrá lugar en tierras alicantinas, ante el Orihuela.



CLÍNICA CENTRO
FISIOTERAPIA, PODOLOGÍA & SALUD
623 34 15 59

C/ Rincona, 31. Lepe (Huelva) - www.clinicacentrolepe.com



Núcleo Residencial San Juan. Lepe (Huelva).

**HOTEL BRASERÍA
LA BARCA****

POLLOS PORTUGUESES
Y CARNES IBÉRICAS
AL CARBÓN
AL MEJOR PRECIO



**VÉLEZ
FOTÓGRAFOS**

Manuel Vela, 28 y 35 21440 LEPE

Tel: 959380005 www.fotovelez.es e-mail: info@fotovelez.es
Movil: 696775492 www.facebook.com/fotostudiovelez

Reseñar nuevamente que el campeón de grupo asciende directamente, mientras que los clasificados del segundo al quinto lugar disputarán una fase de ascenso, donde tendrán que superar dos eliminatorias para dar el salto de categoría.

En la parte baja de la tabla, descenderán los cinco últimos clasificados, mientras que el sexto peor situado se expone a jugar un "play out" a doble partido para conseguir la permanencia.

En cuanto al equipo en sí, pocas novedades aún se conocen, como apuntamos se sigue ultimando la venta del club, y se esperan bastante noticias en las próximas fechas (fichajes, renovaciones, campaña de socios, partidos de pretemporada, etc.).

Juan M. López

TEMPORADA 23.24		
CALENDARIO 2º RFEF		
GRUPO IV		
SEPTIEMBRE 2023	DICIEMBRE 2023	MARZO 2024
02/03 CARTAGENA B F	02/03 VÉLEZ CF F	02/03 CD ESTEPONA F
09/10 CA ANTONIANO C	09/10 UCAM MURCIA C	09/10 MIRANDILLA C
16/17 LA UNIÓN ATL F	16/17 EL PALO FC F	16/17 RB LINENSE F
23/24 BETIS DTVO C		23/24 RC MAR MENOR C
		30/31 MARBELLA FC F
OCTUBRE 2023	ENERO 2024	ABRIL 2024
30/01 YECLANO DTVO F	06/07 ORIHUELA CF C	06/07 SEVILLA ATL F
07/08 AGUILAS FC C	13/14 CARTAGENA B C	13/14 VÉLEZ CF C
14/15 MANCHEGO CR F	20/21 CA ANTONIANO F	20/21 UCAM MURCIA F
21/22 CD ESTEPONA C	27/28 LA UNIÓN ATL C	27/28 EL PALO FC C
28/29 MIRANDILLA F		
NOVIEMBRE 2023	FEBRERO 2024	MAYO 2024
04/05 RB LINENSE C	03/04 BETIS DTVO F	04/05 ORIHUELA CF F
11/12 RC MAR MENOR F	10/11 YECLANO DTVO C	
18/19 MARBELLA FC C	17/18 AGUILAS FC F	
25/26 SEVILLA ATL C	24/25 MANCHEGO CR C	






CLUB DEPORTIVO
SAN ROQUE DE LEPE



Cáncer de piel: cómo prevenirlo y detectarlo

Reportaje: Salud por Isabel Gómez

Los efectos de las radiaciones solares pueden acumularse en nuestra piel, la piel tiene memoria, por lo que es de vital importancia cuidarla y protegerla durante los meses de más calor. La sobreexposición al sol puede provocar cáncer de piel, la Academia Española de Dermatología señala que el 80% de la radiación dañina se recibe antes de los 18 años.

En los últimos años, los casos de esta enfermedad han ido en aumento, por lo que es necesario tomar medidas de prevención, así como saber con qué frecuencia debemos acudir al dermatólogo para una revisión, cuáles son los principales signos de alarma, qué tipo de lunares son más sospechosos

La AECC recomienda tomar estas medidas:

- Buscar la sombra entre las 12 y las 16 horas.
- Proteger los ojos con gafas de sol. - La arena y el agua pueden reflejar en 255 de los rayos ultravioleta.
- Beber agua con frecuencia.
- Protegerse al aire libre. El 80% de los rayos del sol pueden atravesar las nubes.
- Las cremas solares con un nivel de protección alto son las únicas que te resguardaran de los rayos más peligrosos
- Utilizar sombrillas, sombreros, gorras,

camisetas, etcétera cuando te pongas directamente al sol

La Junta de Andalucía impulsa una nueva campaña

“Revisa tus lunares” es la nueva campaña de Fotoprotección y Prevención del Cáncer que ha presentado la Junta de Andalucía y la Asociación Española contra el Cáncer y que se está desarrollando en las ocho capitales andaluzas. Tiene el objetivo de informar sobre los riesgos de sobreexponerse al sol durante mucho tiempo y las medidas para no tener en un futuro esta enfermedad.

El representante de la AECC en Andalucía, Joaquín Morales, señala que esta campaña es «para las personas que no suelen ir al médico porque la Junta de Andalucía saca a sus especialistas para salvar vidas». También, ha explicado que «este cáncer puede originar metástasis y queremos incidir en la protección frente al sol». La jefa de Dermatología del Hospital Costa del Sol y directora del Programa Soludable, Magdalena de Troya explica que «los problemas de salud provienen de la fotoexposición exagerada» y señala que «una de cada seis personas van a sufrir algún tipo de cáncer a lo largo de su vida». Por otro lado, se ha recordado que «los niveles de irradiación ultravioleta son peligrosos desde abril a septiembre».

Exposición a las radiaciones ultravioletas

Asimismo, resalta que «la incidencia de todos los tipos de piel, es decir, los melanomas y carcinomas basocelular y espinocelular está aumentando cada año a un ritmo superior como consecuencia de la mayor exposición a las radiaciones ultravioletas».

«La situación climática nos obliga a informar a la población de los riesgos de la exposición deliberada a las radiaciones ultravioletas y de la necesidad de desarrollar unos hábitos saludables de fotoprotección y vigilancia de la piel», asegura.

En Andalucía se estima que se detectan alrededor de 13.000 casos anuales de los que alrededor de 700 serían melanomas. Los más frecuentes, sin embargo, son los no melanomas: el carcinoma basocelular y el carcinoma escamoso, menos agresivos que los anteriores.

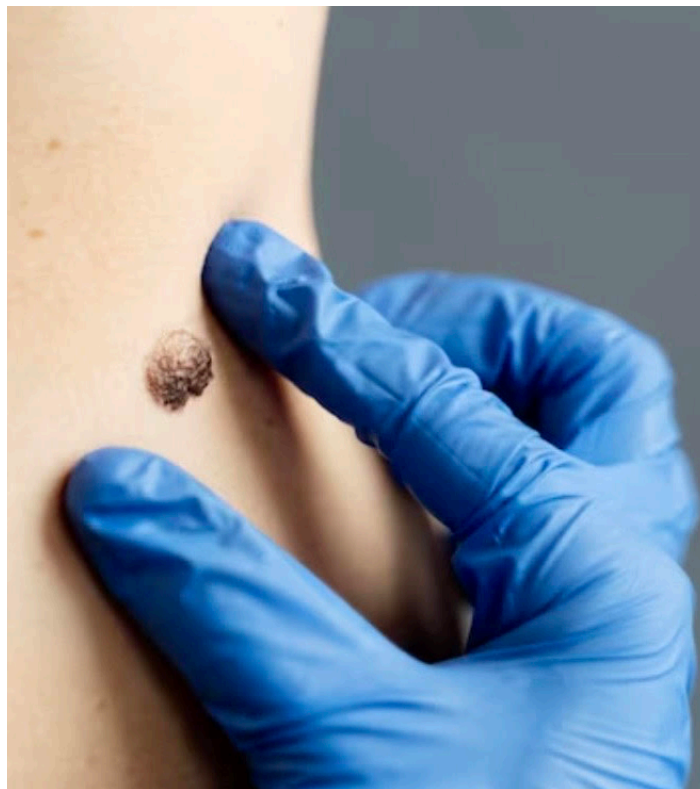
Por su parte, en España, donde el cáncer de piel se ha triplicado en las últimas décadas, se diagnostican cada año 5.000 nuevos casos de melanoma, aproximadamente uno de cada cinco es mortal. Además, se registran anualmente más de 70.000 casos adicionales de carcinomas.

Daños por sobreexponerse al sol

Catalina García advierte que «una exposición excesiva al sol puede ocasionar daños severos e irreversibles en nuestro organismo. Desde un golpe de calor a quemadura solares, fotoqueratitis, fotoconjuntivitis y, a largo plazo, cáncer de piel (carcinomas y melanomas) y cataratas, entre otros». Sin embargo, «como conocemos las causas, es fácil prevenir el cáncer de piel con hábitos saludables de fotoprotección desde la infancia y a lo largo de toda la vida», apunta la consejera, que abunda en que «las radiaciones ultravioletas son la principal causa evitable de cáncer de piel. En torno al 50 por ciento de los melanomas y hasta el 90 por ciento de los carcinomas cutáneos podrían evitarse con fotoprotección».

Del mismo modo, deberán extremarse en situaciones de vulnerabilidad individual (infancia, senectud, embarazo, tipo de piel, historia de cáncer de piel o enfermedades predisponentes) o riesgo medioambiental (valor de UVI de 8 o más, nubosidad, viento, radiación releja). Por otro lado, las lámparas de rayos UV son cancerígenas, por lo que debe evitarse su uso recreativo. El uso de cabinas de bronceado artificial y la exposición a la radiación UVA acelera el envejecimiento de la piel y aumenta el riesgo de melanoma.

Los dermatólogos y enfermeros que han explicado la regla del ABCDE, que puede ser de gran utilidad para detectar precozmente el melanoma, el cáncer de piel más peligroso: A de asimetría (una mitad del lunar no es igual a la otra); B de bordes irregulares (los bordes son desiguales, borrosos o poco definidos); C de color (la pigmentación no es uniforme y se observan cambios de color de una zona a otra del lunar); D de diámetro (el lunar cambia de tamaño y mide más de 6 milímetros) y E de evolución (el tamaño, la forma o el color del lunar cambian con el tiempo).



Población a la que va dirigida

Aunque la campaña va dirigida a la población general, presta especial atención a las personas más vulnerables al daño solar y al desarrollo de cáncer de piel, como niños y adolescentes, mujeres embarazadas, personas ancianas, personas con piel clara, con lunares y pecas, con antecedentes personales o familiares de cáncer de piel, con enfermedades genéticas como albinismo o xeroderma pigmentoso, con enfermedades autoinmunes como lupus eritematoso o trasplantadas en tratamiento inmunosupresor.

Protección de los niños menores

También, los niños menores de 3 años no deben exponerse directamente al sol, protégelos con ropa, gorra, gafas y cremas de muy alta protección (30+). Luego, hay que protegerse no sólo cuando se vaya a la playa, sino cuando realices cualquier tipo de actividad al aire libre (trabajos, paseos, deportes, ocio, etc.).

Hay que consultar el índice ultravioleta y protégete cuando éste sea igual o superior a 3, no se puede bajar la guardia en días nubosos y algunas circunstancias como la altitud, el viento, la arena o la nieve aumentan el riesgo de daño solar.

Por último, hay que examinar regularmente la piel y si se advierten cambios de color, tamaño, forma o algún síntoma (picor, sangrado o cambio de tamaño) en un lunar, consulta a tu médico.

Gente de Lepe

Los artistas Enrique Santana y Aurora Cañero exponen su arte en la galería John Holland de Lepe

La galería John Holland de Lepe ha inaugurado la exposición "Reencuentro", la primera obra conjunta de los artistas Aurora Cañero y Enrique Santana. La muestra permanecerá abierta hasta el próximo 22 de septiembre.

Tanto Cañero como Santana son dos artistas que trabajan la figuración y que se encuentran por primera vez en el Madrid de los años ochenta, en una de las múltiples exposiciones que en aquellos años proliferaban en la escena de lo que más adelante se denominó La Movida.

Aurora Cañero ha desarrollado un cuerpo de escultura en bronce donde la figura humana adquiere elementos propios del simbolismo tomados del mundo animal y natural. En los lienzos de Enrique Santana es la luz la protagonista, ya sean marinas o escenas urbanas pintadas principalmente en ciudades norteamericanas como Chicago o Nueva York.

Cuarenta años después, en este Reencuentro, la obra de Cañero y de Santana se muestra plena y coherente,

paradójicamente se revela de plena actualidad con la entrada en escena de manifestaciones artísticas no occidentales, donde la figuración ha estado siempre presente.

La exposición puede visitarse en calle Real 26, en horario de 19:00 a 22:00 de martes a sábado.

Enrique Santana explica que se trata de un trabajo muy especial y se muestra orgulloso de compartir galería con su querida amiga Aurora Cañero. "Esta es nuestra séptima exposición y con ello cumplimos un año de galería, es una exposición muy especial precisamente por eso, porque en estos tiempos que corren hemos llegado, nuestra galería es sin ánimo de lucro, nuestra intención es traer el mejor arte que se está exponiendo en España aquí a Lepe, a través de otras galerías importantes de Madrid. Entonces en esta séptima exposición hemos hecho un descanso y voy a exponer yo con una querida amiga, Aurora Cañero, que es escultora. Pensamos que sería estupendo exponer los dos juntos aquí en la sala de John Holland, por lo que unimos todo lo que he pintado durante el año

en mi nuevo estudio y la escultura grande que Aurora Cañero ha puesto, este año, en el paseo marítimo de La Antilla, una escultural extraordinaria en bronce de 3 metros de alto. El resultado está expuesto aquí, hay obras de mis pinturas marinas y, por otra parte, las esculturas de Aurora, todas en bronce. Es una exposición muy bonita porque mis pinturas marinas son como si fueran el escenario de las esculturas de Aurora y las esculturas de Aurora como si fueran el escenario de mis pinturas".

"Esta exposición tiene de especial varias cosas, en primer lugar, que es nuestra séptima exposición y hemos cumplido un año entero, la segunda es que es la primera exposición que yo hago después de 3 años, sobre todo aquí en esta zona, y para Aurora también es la primera exposición que ella hace, es bastante espectacular, es todo figurativo y es sobre la sensibilidad de un pintor y una escultora, que junto va muy bien."



Victoria
Peluquería Unisex
691 667 618



PICASSO
COCKTAIL BAR
C/ Mayor, 18. Lepe (Huelva)



FISO COSTA
FISIOTERAPIA OSTEOPATÍA
Lepe (Huelva) 959 38 40 38



Servicio Kimby y Aurelio, S.L.
Aurelio Santana Santana
José Antonio Gómez Santana
Polg Huerta Márquez C/ Cañada del Pilar, 18. 21440 Lepe Huelva
Tlf. y Fax 959 38 30 85 E-mail: serviciokimbyaurelio.es
Neumáticos - Alineación - Pre ITV
Lavado - Servicio Móvil



MINI VERANO
MINI VERANO
MINI VERANO
MINI VERANO





Manu Delgado, fotógrafo de bodas con más de 10 años de experiencia, para cualquier tipo de información o reserva contactar con:

Instagram:
@con.mucho.love
@patolavida.cml

Sesiones especiales de fotografía de estudio: campaña de Verano y de Navidad con precios especiales y decorados de temporada.

¡Este año será más especial que nunca!

"Llevo cinco años haciendo sesiones especiales de temporada y cada año tiene mejor acogida, para algunas familias ya es tradición venir, tengo niños a los que veo crecer años tras año".





Versos en el doblao: Su perfume

por **Betsabé García Martín**

Espacio patrocinado por:  **Lepe**

Dejaste tu perfume en mi almohada, el cepillo de dientes en el lavabo, y esos besos en mi piel.

Dejaste tus ganas de vivir y tu locura en mi interior y te fuiste buscando otro mar en el que nadar. Otra vida que vivir.

Escribiste la perfecta extensión del “te quiero” en esa carta que no supe nunca como parar de leer, y renunciaste al futuro que nunca te prometí, pero siempre te quise dar.

Aceleraste sin yo saber que ibas a frenar.

Dejaste las llaves puestas, el motor encendido, el coche frente al barranco, y mi presencia dentro; mi literatura en la guantera, la decencia en el cabecero, y el cariño en el mentón, por si algún día volvías a idolatrarme.

Te aseguré, caminaría contigo incluso si prefería correr, y me condené a vivir en tierra cuando mi sueño siempre fue volar.

Huiste de la cárcel de la poetisa que encerraba entre sus costillas el cálido abrazo de tus buenas noches. Y pintaste de estrellas el techo de aquel cuarto que aún vive con tu recuerdo.

He creído percibir ese olor a tu perfume en las fundas nuevas de las almohadas, sería una idea ilusa, pero para mí aun sigue ahí.

Betsabé García



Calle Gomera, 35. (Frente a C.C. Marina Ocio)



www.abreugamma.com

Lepe (Huelva)



SINTONIZA

escúchanos

www.radiolecostaluz.com

☎ 959 38 27 44

música

información

deportes

actualidad

concursos



Radiolé



Radiolé

89,2 FM



LEPE

cerca de ti

Canalcosta
www.canalcostatv.es



INFORMATIVOS
DEPORTES
REPORTAJES
SOCIEDAD
ACTUALIDAD

Nadie
te informará
como nosotros



Espacio patrocinado por: **Lepe**

Tania Sánchez, San Fernando (Cádiz)



Tania Sánchez (35 años), natural de Lepe, reside actualmente en San Fernando (Cádiz). En 2016 se desplazó a la localidad gaditana y con el paso de los años se ha convertido en una gaditana más.

"Supermercados El Jamón me abrió esa puerta, me permitió cumplir mi sueño y ahora no puedo salir de aquí. Me gusta su gente y su manera de vivir el día a día. Además, me he traído a otra lepera, mi pareja Carmen, que ha retomado su carrera en la Universidad de aquí y la verdad es que somos muy felices con todo lo que esté rinconcito nos da ¡Cádiz is different!"

La joven asegura que vivir fuera de casa le ha enseñado muchas cosas, buenas y malas, pero sin duda volvería a tomar la misma decisión de salir de su zona de confort: "Desde pequeña he tenido en mi cabeza ver otros sitios, conocer gente y en casa siempre me apoyaron, así que... ¡a volar!"

Aún así, señala que es inevitable echar de menos su pueblo: "cuántos más años cumplo más echo de menos

las cositas del pueblo y, sobre todo, a la familia, a mis padres y mis 5 hermanos, algunos son muy pequeños y quisiera poder verlos más y disfrutar de ellos. También extraño muchas cosas cotidianas, recuerdo el año que no pude ir a la romería y vivirla con los míos. También echo en falta un ratito en el Encuentro con Carlitos y mis amigos o al Chevalier a ver a Natalia"

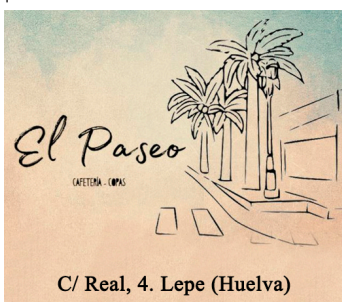
Actualmente trabaja como repartidora, y está a la espera de volver al súper, lo que compagina con sus proyectos de estudios para este 2024. "En mi día a día vivimos como en el pueblo. Cuando

tengo un ratito disfruto de mis amigos/as y en invierno paso mucho tiempo con mis compañeras de la comparsa Las Musas, ellas junto con Carmen me dan el chute diario para afrontar la semana laboral, aprendo muchísimo haciendo algo que me apasiona como es el carnaval"

La lepera se muestra muy orgullosa de su vida en la ciudad andaluza, aunque explica que no todo ha sido fácil: "Pero sin duda, lo más difícil son aquellos momentos en los que necesitas a la familia cerca o ellos te necesitan a ti.

Aunque estemos a un par de horas, no siempre se puede. Lo más fácil en mi caso ha sido habituarme. Me siento como si fuese de aquí de siempre y muy aceptada e integrada en todos los aspectos, la gente me lo ha puesto muy fácil. Es un pueblo que acoge de una manera muy parecida a la nuestra"

Por último, anima a las personas a aprovechar las oportunidades que la vida les ofrezca, salir del pueblo y conocer cosas y sitios diferentes: "Lepe siempre nos espera, y las experiencias que encuentras en otros lugares

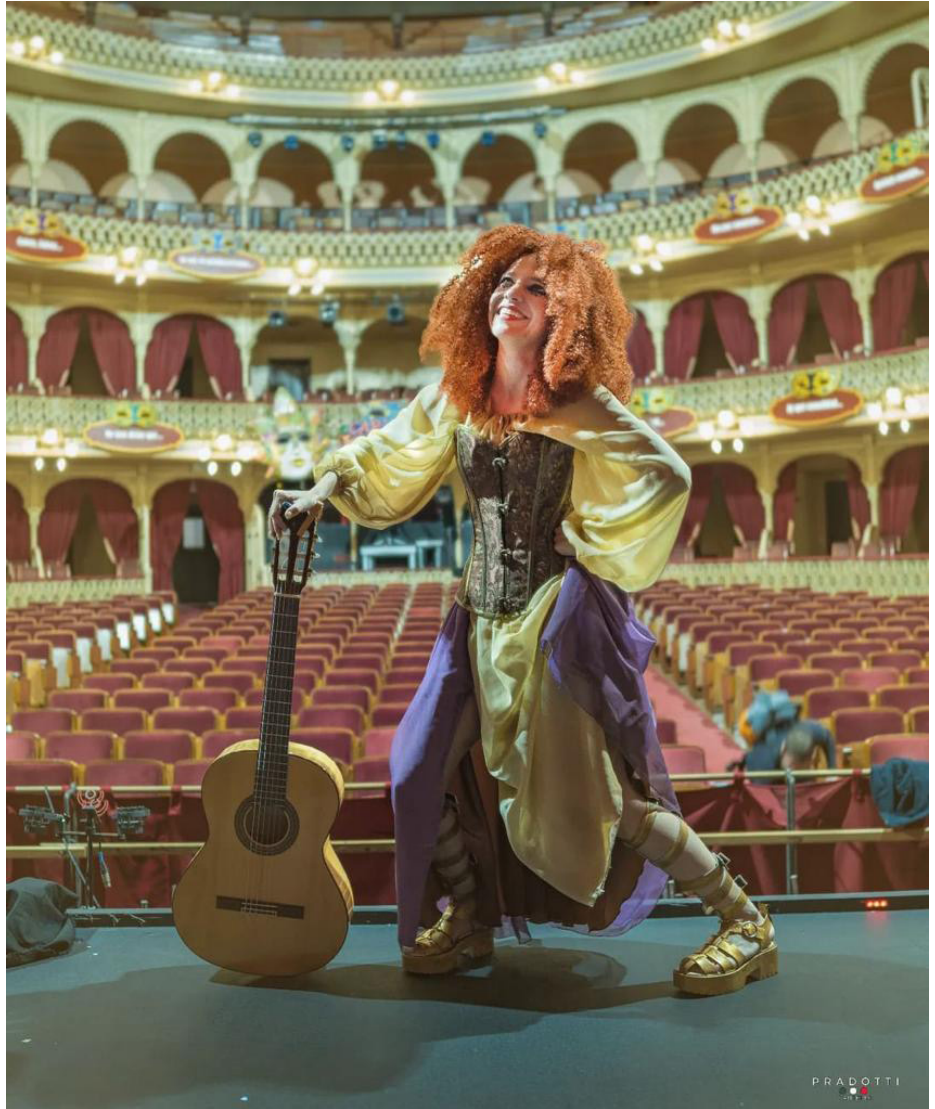


desconocidos son únicas. Yo lo volvería a hacer, sin dudarlo”, comenta.

**-También formas parte de una comparsa femenina, cuéntenos ¿cómo fueron tus inicios en el mundo del carnaval?
¿Qué es lo que más disfrutas?**

- El gusanillo del carnaval me lo metió una lepera, María José Oria Reyes, ella era muy aficionada y éramos unas niñas, uno de los primeros años disfruté mucho del cuarteto y me hizo especial ilusión vivirlo con mi primo Juan Feria.

Aquí en Cádiz, he salido dos años muy buenos en ilegales, donde tengo grandes amigas. El primer año que viví en la calle con Mirando Pa Rota cumplí un sueño, incluso fuimos a Lepe y lo pasamos de maravilla. El año pasado me llamaron para la comparsa y está siendo una de las mejores experiencias de mi vida. Mis compañeras son un espectáculo, las admiro mucho y hacemos un carnaval que se moja, directo y desde un prisma feminista. Somos todas mujeres y aprendo mucho de cada una, me acogieron y desde el primer día me sentí una más, lo que más disfruto son los ensayos. Durante meses nos vemos cada noche, de lunes a viernes, y aunque a veces vayas cansada o sin ganas, terminas saliendo renovada, cuando tengo un día duro me lo mejoran. Así que el esfuerzo merece muchísimo la pena.



ALEMAR  **ELECTRICIDAD**

Juan José Santana Franco

Instalador Autorizado en
Electricidad y Telecomunicaciones

+34 626 325 419
alemarelec@hotmail.com
21440 LEPE (Huelva)



Casa Mariano
Calle Mayor, 3, 31 Lepe (Huelva)
959 38 04 63

ZENOBIA 

**Librería
Papelería**

C/ Portugal, 2
Avda. de la Aboleada, 58

Desde 1981



Central Playa

Calle Serafin Rodríguez / Esquina Avda Castilla. LA ANTILLA



Justo hace un año escribía en esta revista sobre la importancia de hacer sentir a los hijos responsables, en vez de culpables. Porque esto facilita que se pongan en marcha y adquieran autonomía para tomar las riendas de su vida y de sus actos. Seguramente a muchos de nosotros nos hicieron sentir culpables mientras nos educaban (era la manera en que se hacían las cosas en ese momento) y muchas veces lo pasamos fatal al querer "quitarnos" la culpa. Veamos pues algunas estrategias para gestionar los sentimientos de culpabilidad.

Según el diccionario de emociones y fenómenos afectivos, culpa es "la acción u omisión que genera un sentimiento de responsabilidad por un daño causado" y añade que la culpabilidad es "El dolor ante la creencia o sensación de haber traspasado las normas éticas personales o sociales, especialmente si se ha perjudicado a alguien". Puntualiza que este sentimiento se puede tener, sin ser realmente culpable.

Por tanto, debemos tener en cuenta a nuestras creencias, ya que tienen un papel importante en cómo nos sentimos ¿Y qué son las creencias? Son principios subjetivos que dependen de cada uno y de la educación recibida y experiencia de vida. Suelen estar tan profundamente

arraigadas, que a veces desconocemos que las tenemos. Por eso, muchas veces es necesario hacer un trabajo psicoterapéutico para analizar nuestros pensamientos y que éstos nos lleven a la creencia que los sostienen.

Por ejemplo, quedo con María para ir al cine. Me doy cuenta de que me viene a la cabeza que Lucía (otra amiga) puede que no tenga plan y que quiera venir. Sin embargo, yo he quedado con María porque llevamos mucho tiempo sin vernos y queremos tener un rato para ponernos al día. Decido ir al cine con María sin avisar a Lucía y mientras veo la película pienso: Hubieras podido hablar con María en otra ocasión, a lo mejor Lucía se enfada porque no le has dicho nada, seguro que lo pasa mal cuándo se entere, etc. Desmadejando esta maraña de pensamientos, puedo llegar a encontrar "la masa madre", es decir, la creencia que da vida a estos pensamientos que me bombardean y me hacen sentir más culpable todavía. Dicha creencia puede ser: Es importante agradar a todo el mundo, Siempre hay que ayudar a los demás (por encima de ti misma), Si haces daño a alguien puedes quedarte sola, etc, etc.

Tejiendo estambre:

Sección de psicología, educación emocional y bienestar

Todo lo que nos acontece en la vida, lo vamos incorporando a nuestra persona de la mejor manera que sabemos. Al final nos va quedando una pieza de tejido única, preciosa e inacabada. Profundizar en nuestro autoconocimiento nos permitirá adquirir autonomía emocional para que nuestro equilibrio y bienestar dependa más de nosotros y nosotras que del estambre.

¡Tú la llevas! por Pepa Cordero Beas

Psicóloga. Experta en Educación emocional y bienestar. (Universidad de Barcelona)

Teniendo en cuenta lo anterior, es imprescindible que diferenciamos entre hacer daño a alguien y creer que se le ha hecho daño a alguien. Ambas situaciones generan sentimientos de culpabilidad. Con respecto a la primera, lo adecuado es aceptar los sentimientos propios, responsabilizarse del comportamiento en cuestión y reparar el daño ocasionado, en la medida de lo posible. Existen muchas maneras de reparar: Desde decir "lo siento", preguntarle a la otra persona cómo está, no para que nos alivie nuestro pesar (ese es responsabilidad propia), sino para escucharla con el corazón.

Tampoco para que vuelque todo su dolor sobre nosotros, sino para apoyarla en su sufrimiento. También podemos reflexionar para que no volvamos a cometer ese daño. En cuánto a la creencia de que se ha podido dañar a alguien, es algo más complicado de gestionar. Ya que como hemos visto en el ejemplo de arriba, esta creencia está en conexión con otras creencias que llevan mucho tiempo con nosotros, podemos decir que, desde que somos pequeños y que tienen que ver con querer agradar a todo el mundo, con el castigo de la mala conducta, con el deber de ayudar a los demás a toda costa... Cada uno y cada una puede identificar en sí mismo qué pensamientos concretos surgen

cuándo se siente culpable. Hay un libro interesantísimo de Manuel J. Smith, que me viene a la cabeza y representa un ejemplo maravilloso en este punto, se titula: *Cuándo digo No, me siento culpable*. Algo que le pasa a bastantes personas y que en estos momentos me parece un tema precioso para abordar en otro artículo de esta revista.

Además de analizar nuestros pensamientos para conocer qué creencia los fabrica y generar argumentos realistas que la confronten, podemos delimitar qué es y qué no es responsabilidad propia. No podemos sentirnos culpables por todo lo que ocurre en el mundo. No somos tan poderosos. En bastantes ocasiones nos sentimos culpables por cosas que no hemos hecho "Debería haberme dado cuenta de ..., Si hubiera ido ese día a tal sitio..." Es importante que seamos capaces de separarnos de esas ideas que nos presuponen superpoderes para todo. Pongo otro ejemplo para verlo más claro: Un médico puede sentirse responsable de atender adecuadamente a sus pacientes y diagnosticar rigurosamente. Si se equivoca, se sentirá culpable y se responsabilizará de ese error. Sin embargo, un médico no es responsable de las enfermedades mal diagnosticadas de sus familiares. En su familia tiene otras responsabilidades.

Debemos saber que la probabilidad de sentirse culpable aumenta con las responsabilidades que tenemos. Y una de las tareas con más responsabilidad es educar. En esta labor es imposible hacerlo todo bien sin equivocarse. Por este motivo, los padres y las madres y los educadores deben ser compasivos consigo mismos. Les recomiendo que se sientan responsables de sus actos y se perdonen y pidan ayuda si es necesario, sin echarse la culpa por



todo. Porque mientras nos ocupamos de echarnos o echar la culpa, estamos desplazando el foco del problema, como si teniendo un culpable se solucionara el conflicto. Y sabemos que no es así.

Con la culpa pasa como cuándo jugábamos de pequeños a "Tú la llevas". Recuerdo que cuando me alcanzaban y me decían "Tú la llevas" sentía un pesar, que me apagaba y pensaba que no iba a ser capaz de "coger" a nadie, sin embargo, inmediatamente después buscaba a una víctima, aquel jugador o jugadora más lento o despistado y con energía corría tras él. Una vez que lo agarraba sentía mucha alegría, pero sobre todo alivio por soltar ese lastre. Ya después, sentiría miedo a que me volvieran a coger y por eso corría y corría.

Cuándo sientas culpa, puedes cargarla hasta que te impida caminar, correr a pasársela a algún despistado o escucharla y hacer algo con ella, ya que ¡Tú la llevas!

***"A veces cargamos
piedras que no son nuestras.
Hasta que decimos basta.
Y al soltarlas
nos queda un espacio amplio".
Anna Llenas
(El laberinto del alma)***



La Opinión de Juanito

Empacho

Capítulo 2: Un día de verano

por **Juan Feria**

A la gente de Lepe nos gusta el verano, las cosas como son y cada uno lo vive a su manera...

Hay gente a la que le gusta mucho la playa y echar el día entero con lo que conlleva eso, con decirte que yo he visto a gente en misa los domingos rezando para que, por favor, encuentre un aparcamiento cerca de la playa, de los que son gratis, claro, los de dos euros que los paguen los sevillanos que este año vienen Las Soles por la Bella y hace falta el dinero. Bueno lo que estaba diciendo que se me va el hilo, que siiii, que hay que ir a la playa bien preparado hombre, hay que llevarse su buena sombrilla de las grandes esas que parecen una jiguera lampaga, un par de butacas de las fuertes por lo que pueda pasar, que aquí todo el mundo sabe que uno mojado pesa mucho más y la silla se parte, una vez a un amigo mío le pasó.

Una vez que estés bien ubicado procedes a poner la mesa y a abrir tápers; ensalada de pasta, un picadillo fresquito, dos kilos de lomo empanado, una tortilla de 16 huevos y medio tabal de papas, y pa bajar una garrafa de 5

litros de gazpacho un poco fuerte de ajito. Y de postre una sandía que lleva 2 horas enterrada en la orilla porque no cabía en la nevera, que la nevera mu bonita, pero no cabe la botella de refresco de 2 litros- Después de comerme una tajá de sandía de esas que le pegas el bocao y te chorrea el cardo hasta los codos...tu buena siesta, si es que te dejan.

Que tranquilo se está en la playa...si no fuera porque a metro y medio tuya tienes a la madre riñéndole al niño que lleva dos horas con un sándwich y no se lo come, el niño todavía me entró ganas de comérmelo, pero no tenía mucha hambre.

De la segunda cabezá me despertó un zumbido que parecía que tenía un puñado de abejas alrededor mío, ¡que susto me lleve! y resulta que había en la orilla un golpe de motos de agua, allí había más motos que en los arquitos en el año 2005. A mí me asustaron, pero el karma existe...vino una orca y se fueron todos. A la media hora me volvieron a despertar, pero esta vez fue un despertar precioso fue algo mágico...una voz angelical pregonando

¡¡¡boliiiiinhaaaaaas de Portugaaaaal con crema o sin cremaaaaaa y con chocolateeee!!! Me dio lástima reñirle a ese hombre que viene cargado de Portugal con los dulces y al final le tuve que comprar un par de ellos.

Y recogiendo que es gerundio que hay que ir para el coche que yo creo que está más cerca ahora mismo de Fuente Vieja que del Lepe Mar, y hago hincapié en lo de recoger, que no solo son los forasteros ni los niñatos con las botellonas, que yo he visto a niñatos y niñatas de 50 años y más lepero que la estatua del marinero dejar la playa echa una lástima. Cuidemos el tesoro que tenemos todo el año, no solo en verano.

Ya sea en la baja mar, en una piscina en el campo o tomando el fresco con tus vecinos de la calle. Vivan el verano y disfruten de esas pequeñas cosas que a veces son las que más nos llenan y las primeras que se echan de menos. "Juanito empacho" promete volver el mes que viene.



¡Todo nuestro contenido en formato digital!



Nos gusta la comunicación. Escuchar, dialogar, compartir opiniones y conocer mejor a todos aquellos que se interesan por nuestra actividad y lo que sucede en Lepe. Las redes sociales nos permiten disponer de un canal de comunicación activo y global.

Sigue nuestros perfiles en redes sociales para no perderte nada:



Facebook



Instagram



Guía Turística **LEPE** Costa de la Luz

(Re)Descubre la magia de la Costa de la Luz

- Explora playas vírgenes de arena fina
- Sumérgete en más de 120 km de costa
- Disfruta de la rica cultura y gastronomía local
- Descubre encantadores pueblos costeros
- Practica deportes acuáticos emocionantes
- Relájate bajo el cálido sol

¡La guía Costa de la Luz te llevará a un viaje inolvidable! No te pierdas la oportunidad de explorar este paraíso costero lleno de maravillas naturales y experiencias únicas. ¡Ven y descubre la belleza de la Costa de la Luz!



Descárgate nuestra Guía en la web! Solo tienes que escanear este código QR.
Si tu empresa no está en nuestra guía no pierdas la oportunidad de participar,
contacta en comercial@lepeactual.es



Andalucía

*Busca la sonrisa...
y encontrarás calidad*



**Elige calidad
elige SICTED**

Sistema Integral de
Calidad Turística en Destino



ISLA CRISTINA ISLANTILLA LEPE

se DISTINGUEN

