

Aldeanas del Siglo XXI

PRINCIPADO DE ASTURIAS



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN

Aldeanas del Siglo XXI PRINCIPADO DE ASTURIAS



Aldeanas del siglo XXI

PRINCIPADO DE ASTURIAS

EDITA

©Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones.

PRODUCCIÓN Y COORDINACIÓN DE LA EDICIÓN

Stoamedia SL

IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN

Editorial Cuarto Centenario

NIPO papel: 003-24-087-5

DL: M-16856-2024

NIPO línea: 003-24-088-0

DISTRIBUCIÓN Y VENTA

Paseo de la Infanta Isabel,1

28014 Madrid

Teléfono: 91 347 55 41

TIENDA VIRTUAL

www.mapa.gob.es

e-mail: centropublicaciones@mapa.es.es

<https://servicio.mapama.gob.es/tienda/>

CATÁLOGO DE PUBLICACIONES DE LA ADMINISTRACIÓN GENERAL DEL ESTADO

<https://cpage.mpr.gob.es/>

En esta publicación se ha utilizado papel libre de cloro de acuerdo con los criterios medioambientales de la contratación pública.

Aviso Legal: los contenidos de esta publicación podrán ser reutilizados, citando la fuente y la fecha, en su caso, de la última actualización.

Trailer:



María Monge - pág. 38

Carolina Castro - pág. 10

Ana María Acevedo García - pág. 22

Marta Pérez - pág. 26

Inmaculada Adeba - pág. 25

María Luisa Suárez-Picos- pág. 30

Danka Rodríguez - pág. 41

Cristina Secades - pág. 45

Ana Labad - pág. 13

María Teresa Costales - pág. 37



Jessica López - pág. 34

Patricia Escobar - pág. 29

Alba López - pág. 14

Celia del Río - pág. 21

Sofía González - pág. 42

Lorena Margariño - pág. 33

Flor Tuñón y Azucena Rivas - pág.46

Berta Mayo Menéndez - pág. 18

Lucía González Cuesta - pág. 09

Carmen Martínez Rodríguez - pág. 17



Introducción

En el siglo XXI nos encontramos con un concepto de ruralidad que ha evolucionado y que se ha tenido que reinventar y adaptar a un nuevo contexto socioeconómico. Hoy más que nunca, la mujer juega un papel indiscutible como eje vertebrador del medio rural, destacando su capacidad de innovación y emprendimiento, siendo esencial para fijar población.

Con esta obra, el Ministerio quiere dar voz a una pequeña muestra de las extraordinarias mujeres que habitan el medio rural español. El lector podrá conocer la esencia de la historia vital y el relato biográfico de mujeres con perfiles sociodemográficos, económicos, laborales y familiares diversos pero que comparten la pasión por vivir en contacto con la naturaleza, su afán de superación, su carácter innovador, emprendedor y su capacidad de adaptación a la nueva realidad en el contexto actual.

Muchas de estas mujeres son protagonistas de cambios generacionales en negocios familiares, conservando la tradición agraria, ganadera, pesquera o mariscadora y adaptándola a las demandas de la sociedad actual. Al mismo tiempo, nos encontramos con mujeres artistas, escritoras, diseñadoras, artesanas o restauradoras que han visto cómo sus oficios se veían potenciados al desarrollarlos en el medio rural.

Aldeanas del siglo XXI es un reconocimiento a las mujeres que revitalizan el medio rural español, siendo con sus testimonios, las mejores prescriptoras.

Descubre las historias de estas mujeres rurales aquí (Documental):





Lucía González Cuesta

Directora de Allande Stars y Doctora en Astrofísica

MUNICIPIO DE ALLANDE, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Allande Stars nace en 2020 como un proyecto de divulgación científica itinerante que pretende revitalizar las zonas rurales poniendo en valor el entorno, la cultura y el patrimonio a través de su relación con la astronomía.

“Interpretamos el patrimonio de las zonas rurales a través de la astronomía, que está más impregnada en el territorio de lo que pensamos, para descubrir cómo nuestra tierra está conectada con las estrellas”.

Licenciada en Física por la Universidad de Oviedo, con máster en Astrofísica, doctora en Astrofísica por el Instituto de Astrofísica de Canarias, monitora Starlight y directora del Proyecto Allande Stars, Sofía es sobre todo una allandesa enamorada de las estrellas y la naturaleza.

“Lo que quiero, en primer lugar, es acercar la astronomía y mostrar lo presente que está en el mundo rural, que tiene una importancia en el patrimonio cultural y natural de estos territorios, y que no es algo abstracto de tan solo científicos que están en los laboratorios, sino que tiene que ver con nuestra historia, con nuestra cultura y tradiciones. Y, por otro lado, queremos con este proyecto facilitar el acceso a la ciencia.”

Un proyecto astronómico desarrollado en Asturias conlleva una serie de retos a los que Sofía y su equipo se tienen que enfrentar, como por ejemplo, al tema de la meteorología. Para ello también desarrollan actividades que puedan hacerse en interior.

“Allande Stars es mi forma de emprender uniendo dos de mis pasiones, una de ellas la zona rural y el poder vivir en estos territorios, y otra el cielo limpio que tienen estos lugares, y ello vinculado con la astronomía porque la astronomía está presente no solo en esos cielos limpios que podemos disfrutar en la zona rural, sino también en el patrimonio, con las brañas equinocciales y con los castros de época prerromana”.

Sofía se visualiza con un equipo de personas que trabajen en el territorio, toda la jornada, tal y como lo hace ella misma actualmente, abarcando muchos más territorios, protegiendo la mayor parte del cielo posible, y llegando, sobre todo, a más personas para que tengan ese momento de fascinación por compartir su pasión.

“Para que el astroturismo se desarrolle en sentido de comunidad, se necesita el apoyo de las instituciones, de las asociaciones culturales del territorio, y también de la gente que se dedica a la hostelería y restauración”.

“Nuestra tierra está conectada con las estrellas”



Carolina Castro

Taxista rural

CUDILLERO, ASTURIAS

Carolina estudió veterinaria, y por asuntos derivados de la conciliación familiar se descolgó de la profesión. El primer trabajo que obtuvo después de la maternidad, fue en una empresa de coches de alquiler del aeropuerto de Asturias. Estando allí, fue donde descubrió los taxis que hacen rutas turísticas.

“Aquello me pareció muy buena idea y descubrí que, en mi concejo, en mi municipio, que también es muy turístico, no había nada similar. A los meses vi que se traspasaba una licencia de taxi, llamé para preguntar y vi que los números me encajaban y me lié con ello”.

Carolina descubrió también que, en muchos pueblos y aldeas de la periferia, la gente necesita taxi; “Hay mucha población mayor o con problemas de movilidad reducida y demás. El trato, desde mi punto de vista tiene que ser muy personalizado, muy atento con el cliente, ayudarle en todo lo que necesite para subir y bajar del vehículo, ver si necesita ayuda en gestiones, en compras, para ir al médico, etc”.

Para ella la principal diferencia con el taxi de ciudad y su servicio, radica en que en el primero, el cliente básicamente se sube y se baja, mientras que el trabajo del taxi rural es más exigente con el público, ya que se tiene que estar mucho más pendiente del pasajero en todo momento.

Descubre aquí
su historia:



“Tengo un trabajo que me encanta, porque tiene varias vertientes, por un lado, tenemos un taxi adaptado para personas con movilidad reducida, hacemos mucho trabajo con gente mayor, con problemas de movilidad, que para mí es muy enriquecedor. También al ser la furgoneta de ocho plazas, se presta mucho servicio al ocio nocturno, por lo que tengo mucho trabajo con gente joven, con una energía muy rebosante, que van y vienen cantando y divirtiéndose”.

Cudillero, su base de operaciones, aparte de su puerto marinero, tiene una zona de montañas con una cultura vaquera maravillosa y unas vistas espectaculares a 600 metros de altitud, además de la zona de playas, acantilados, el Cabo Vidío.

“Soy apasionada de esta zona, es mi zona, y me encanta mostrarla a la gente. Los clientes que tenemos normalmente son, sobre todo extranjeros, de Norteamérica y de Europa, es gente que aprecia mucho que un guía local les explique la idiosincrasia cultural, gastronómica, de paisajes. Saben darle valor a mi trabajo”.

“La voluntad hace mucho”



Si quieres saber más, visita: www.turitaxicuideiru.com





Ana Labad

Propietaria ANCHOAS HAZAS

LASTRES, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



En Anchoas Hazas decidieron emprender y recuperar el arte conservero de Lastres, con la idea de poner en marcha una fábrica artesanal de anchoas de gran calidad y devolverle a la región la posición que su denominación de origen merece.

“Nos dedicamos a la elaboración de conservas de anchoa, recuperando la forma tradicional de elaboración de Lastres. Aquí todo el mundo en sus casas sabe preparar conservas. Queríamos aprovechar esta costumbre y volver a la tradición llastrina desde una nave que tiene la Cooperativa Agrícola de Luces”.

Con el esfuerzo de la familia y de amigos, además del apoyo del Fondo Europeo Marítimo y de Pesca (FEMP) pudieron concretar su emprendimiento fomentando, en consecuencia, las posibilidades laborales y el comercio de la zona.

“Cuando empezamos con esto no teníamos ni idea de la anchoa. De hecho, mi marido era fontanero y yo me dedicaba a la publicidad. Hoy día todo lo que hacemos gira en torno a la anchoa”.

**“Soy muy luchadora, porque si no lo luchas,
no llegas a ningún sitio”**

Lastres es un pueblo pesquero de la zona del oriente de Asturias que siempre se dedicó a la pesca. Ahora que lamentablemente hay cada vez menos actividad de ese sector, iniciativas como la de Ana ayudan a levantarlo, ya que la materia prima que utilizan siempre es la del Cantábrico asturiano y, a ser posible de Lastres.

“En 2020, nuestras Anchoas Hazas fueron catalogadas con tres estrellas en los Great Taste, una cata a ciegas que a nivel mundial se celebra en Londres y ganamos el Golden Fork al mejor producto de importación del mundo, algo que nunca antes había conseguido una conservera”.

Su principal cliente es el directo, tanto el de Asturias como el que les va a visitar. La mayoría de su producción la venden en su tienda física de Lastres y también por su tienda online.

“Otra cosa que nos llena muchísimo es la cantidad de trabajo que estamos dando aquí en el pueblo. Ya somos quince personas, todas de la zona, casi todas mujeres y muchas en unas edades en las que ya no tendrían posibilidades”.



Si quieres saber más, visita: www.anchoashazas.com

Alba López

Gerente ATURRUTA

VENEROS, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Alba es guía de montaña gracias a su amor por la naturaleza y, por ello, desde su empresa de turismo activo Aturruta, disfruta de su gran pasión, organizando rutas de senderismo por el Parque Natural de Redes, territorio que posee algunos de los más valiosos paisajes y ecosistemas de Asturias y que además es Reserva de la Biosfera desde 2001.

“En nuestras rutas de senderismo recorreremos valles, bosques y cuencas fluviales disfrutando de su amplia variedad biológica, tanto en flora como en fauna, ya que la zona conserva la mayor biodiversidad de vertebrados de Asturias”.

El Parque Natural de Redes, que toma su nombre de un hayedo de Caso, es una de las más singulares reservas naturales, culturales, etnográficas, históricas y humanas del Principado de Asturias. Su mirada hacia el oriente le confiere ser uno de los grandes miradores de los Picos de Europa.

“Mi principal objetivo es dar a conocer el Parque Natural Redes, y no sólo en su naturaleza, sino también en su historia, sus tradiciones y sus costumbres, porque además de las rutas guiadas, en Aturruta

ofrecemos talleres que permiten conocer actividades tradicionales”.

Todas sus rutas y actividades son personalizadas, adaptándose siempre a cada grupo en función de sus preferencias, gustos, edades y número de participantes.

El Parque Natural de Redes es, probablemente, de los parques más desconocidos de Asturias, incluso por los propios asturianos. Por ello, la labor que hace Alba desde su empresa Aturruta, es fundamental para su difusión y conservación.

“Un guía siempre te va hacer una ruta muchísimo más completa. Realizará explicaciones durante todo el recorrido de la flora, fauna, historia y formas de vida popular que nos rodea y te hará tener una experiencia mucho más enriquecedora, que es, al fin y al cabo, nuestro objetivo”.

“Desde Aturruta, buscamos disfrutar de Redes tal y como ahora mismo está, desde el máximo respeto por el entorno y procurando siempre su mantenimiento y conservación, produciendo el mínimo impacto posible”.



“Hay que luchar por ello”

Si quieres saber más, visita: www.aturruta.com



aturruta
Descubriendo Redes
www.aturruta.com



Carmen Martínez Rodríguez

Viticultora y hacedora de vinos BODEGAS LAS DANZAS

LAS MESTAS, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



En la zona de Cangas de Narcea, en Las Mestas, un pueblo muy pequeño a 7 km de Cangas, Carmen tiene su propia bodega donde elabora sus vinos con uvas autóctonas que se recuperaron en la zona, y que afortunadamente no llegaron a desaparecer, por lo que se puede decir que trabaja con variedades ancestrales.

“En la zona tenemos albarín blanco en blancos, como variedad predominante, y en tintos tenemos carrasquín, verdejo negro, albarín negro y mencía. Era más zona de vino tinto, pero actualmente se está tendiendo a plantar más blanco y ahora mismo ya superamos en blanco a tinto”.

El origen de la bodega es familiar, ya que desde pequeña Carmen vivió la viticultura en su casa, y eso, como ella misma dice, la enganchó. Además de que se le inculcó el amor y el respeto por la naturaleza como algo fundamental a seguir de generación en generación.

“Del mundo rural me gusta estar siempre en contacto con la naturaleza, la libertad que te da el ser autónoma, que un día, a lo mejor, trabajas veinte horas, pero si un

día no quieres o no puedes ir a hacer el trabajo, lo dejas para el día siguiente. Hay pros y contras”.

Cuentan con 3,3 hectáreas de viñedos en la montaña de Cangas y la recolección de su uva es complicada debido a la pendiente de la tierra y su difícil accesibilidad, teniendo que hacer la recolección de forma manual, lo que da lugar a un gran vino artesanal con unos sabores distintos y únicos.

“A las mujeres que quieran emprender en el medio rural les diría que lo intenten, que teniendo ganas de trabajar, interés y orgullo propio, se consigue lo que se quiera”.

Entre sus vinos destacan Albarín Blanco, con reposo en barrica D.O.P. Cangas 100 % Albarín. Vendimiado el 29 de septiembre de 2019, con vendimia manual y selección en viñedo, elaborado con prensado directo y con Crianza de 2 meses en barricas de roble francés y, La Media Vuelta, que es Albarín Negro, tinto reposado en barrica con D.O.P. Cangas, vendimiado el 30 de septiembre de 2019 también de manera manual.



“Siempre hay que tirar para adelante”

Si quieres saber más, visita: www.bodegalasdanzas.es

Berta Mayo Menéndez

Cartera rural

TREVÍAS, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Berta lleva 22 años siendo cartera rural en el Concejo de Valdés y forma parte del equipo de los 310 carteros rurales de Correos de Asturias, que realizaron durante 2023 más de 25.000 operaciones -en concreto, 25.480- a domicilio y en las oficinas auxiliares que atienden en el ámbito rural, tras la habilitación de los nuevos servicios de Correos en la puerta de casa.

“Lo mejor de ser cartera rural es llegar a esos pueblos que están lejos, que no ven a nadie, que sólo ven al cartero o al panadero. Hablar y estar un poco con ellos y dejarles el paquete, una notificación o lo que sea, compartir, es muy gratificante”.

Aparte del oficio de cartera, Berta es propietaria desde hace más de diez años de los apartamentos rurales “La Torre”, cuatro casas en plena naturaleza, situados en una pequeña colina en un lugar estratégico de Asturias, muy cerca de Luarca.

“Los cambios en estos más de veinte años de profesión han sido muchos. Cuando empezamos el volumen de cartas y de paquetes era muy grande y ahora la verdad es que ha bajado mucho”.

La labor de los carteros rurales no se ciñe tan solo a la entrega de correspondencia, al decir de muchos, un cartero también es como un vigilante en los pueblos que, incluso, ayuda a medir la salud de la población, porque cuando van a repartir y no les atienden se preocupan por esa persona, dando parte si hace falta.

“El invierno es una de las dificultades que hay. En las zonas más altas enseguida nieva y entonces hay que parar un día, dos y a veces hasta más”.

La presencia de la mujer en Correos se remonta al siglo XVII. A lo largo de un siglo este tipo de oficio fue esencialmente responsabilidad de las mujeres. De hecho, a mediados del siglo XIX ya podían encontrarse carteras que ejercían la administración postal en estafetas y que eran consideradas empleadas de la Renta.

“Luchadora y emprendedora”

Si quieres saber más, visita: www.apartamentoslatorre.com







Celia del Río

Apicultora y gerente *EL TÍO ÁNGEL MIEL DE ASTURIAS*

PENLÉS, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Celia del Río se dedica al turismo rural y a la apicultura, en Penlés, un pequeño pueblo del suroccidente asturiano del municipio de Cangas del Narcea.

"Trabajamos una producción propia y limitada, donde la calidad es nuestro principal objetivo y su sabor, igual de importante, es lo que hace que marquemos la diferencia. Cosechamos miel cruda, con alto nivel de calidad sometida a un proceso de elaboración 100% natural; sin filtrados ni adulteraciones, conservando así toda la riqueza y valor añadido que aporta cada una de las partículas de polen y propóleos de la colmena. Actualmente las colmenas que trabajamos a la par con nuestras obreras, las abejas, se encuentran repartidas entre la comarca de Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, y con la misma ilusión del primer día, seguimos formándonos para crecer como profesionales en un sector donde la que manda es la abeja reina".

El Tío Ángel Miel de Asturias, es una empresa familiar dedicada a la producción de miel y polen desde hace aproximadamente una década.

"Lo que me hizo emprender en el medio rural fueron las ganas de vivir en este territorio. El mundo rural me

gusta, y me gusta despertarme y acostarme con estos paisajes y poder criar a mis hijos aquí".

El Tío Ángel Miel de Asturias vende sus productos principalmente en la comarca de Cangas de Narcea, a nivel regional y también a nivel nacional. Su miel es propia, ya que no comercializan de otras marcas ni de otros productores.

"El consejo que le daría a una mujer que quiera emprender en el medio rural, es que se dedique a algo que de verdad le guste, que sea feliz haciéndolo, que le guste de verdad, que no deje de formarse, que se renueve, siempre hay cosas nuevas que aprender y siempre tienes que intentar diferenciarte del resto".

"La conciliación es complicada, da igual que sea en el medio rural que en el medio urbano, es muy complicado, pero lo que te permite ser tu propio jefe, es que te vas marcando los tiempos según puedes. Unas veces, tu jornada es larguísima, otras tienes que ir parando y lo que se te acumula lo haces en otro momento, siempre lo tienes que sacar adelante".

"Me gusta despertarme y acostarme con estos paisajes"

Ana María Acevedo García

Co propietaria FABAS LA ESTELA

COAÑA, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Fabas La Estela es una empresa familiar vinculada al campo asturiano, comprometida con el medio socio-económico rural y centrada en la producción agraria de alta calidad de Faba Asturiana I.G.P y Verdina de Asturias y en su comercialización.

"He emprendido en el medio rural considerando circunstancias externas e internas. La externa fue la crisis del sector de la construcción que golpeó nuestro país hace unos años y me expulsó de la actividad profesional en la que me había formado; soy arquitecta. La interna fue que Fabas La Estela es un negocio ya desarrollado por mi familia que requería mi apoyo".

Desde su origen en 1989, están inscritos como productores dentro del Consejo Regulador de Indicación Geográfica Protegida Faba Asturiana, y posteriormente también como empresa envasadora.

En Fabas La Estela cubren todo el proceso, produciendo ellos mismos lo que venden, desde la siembra, cuidando toda la fase de desarrollo de la plantación, para luego cosechar, seleccionar, desgranar, envasar y comercializar.

"En el medio rural te sientes muy arraigada"

"Desgranamos a mano alubias frescas. La auténtica asturiana, la de mayor calidad posible y seleccionamos una a una las vainas. Su excepcional mantecosidad y finísima piel son algunas de las grandes cualidades de nuestra fabas, además de que para su cocción no es necesario hidratarlas con anterioridad".

Como empresa, están adheridos a la marca de garantía "Alimentos del Paraíso Natural" cuya finalidad es distinguir en el mercado determinados productos agroalimentarios y pesqueros destinados al consumo humano, que producidos y/o elaborados en el Principado de Asturias, reúnan unas condiciones y cumplan unos requisitos que garanticen a los consumidores su origen geográfico y su calidad certificada. Además, han recibido varios premios a lo largo de su trayectoria, reconociéndose la gran calidad de sus fabas y verdinas.

"Veo muy factible que mis hijos puedan tomar el legado familiar, porque en el medio rural te sientes muy arraigado, y ellos ya se sienten identificados con lo que hacemos, con lo que somos. Siempre digo que yo puedo vivir donde quiera, en Madrid, en Londres, en Pekín, pero siempre voy a ser de donde nací, aquí están mis raíces".



Si quieres saber más, visita: www.fabaslaestela.com





Inmaculada Adebá

Propietaria Hotel Rural YEGUADA ALBEITAR

ONETA, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Inmaculada se dedica a trabajar en la naturaleza. “Agroturismo en el paraíso”, como ella misma define a su entorno. Su actividad principal es la ganadería, que comparte con la hostelería habiendo desarrollado con su familia en un entorno natural y absolutamente integrador todas las actividades que le gustan personalmente. Como reconocimiento a su labor, fue galardonada como «Mujer Rural 2020».

En el mundo rural como negocio, lleva cerca de 40 años. Inició su vida en el campo tras dejar atrás la ciudad, debido a que su marido era veterinario.

“Ante la imposibilidad de continuar con mi carrera profesional, empecé criando caballos, y en familia construimos lo que ahora tenemos, un negocio agroalimentario, hostelero, ganadero, agrícola, y últimamente también forestal”.

Su “paraíso” está en el alto de Oneta, en el valle del Navia. Su hotel-restaurante Yeguada Albeitar, es un lugar que además de contar con todas las comodidades, se transforma en un lugar excepcional para el turismo familiar, donde mayores y pequeños disfrutan del agroturismo en un ambiente natural y acogedor, incorporándose a la rutina diaria de la granja y disfrutando del contacto directo y real con

los animales (caballos, cabras, perros, gatos, cerdos, gallinas...) colaborando además con quehaceres como alimentar a los animales, recoger los huevos de las gallinas, pastorear a las cabras hacia el prado, ordeñar, etc.

“Afortunadamente mis hijos quieren continuar con nuestro proyecto, sencillamente porque han nacido y colaborado en él desde siempre”.

En la misma finca que el hotel rural, se encuentra la ganadería Albeitar, una explotación agropecuaria dedicada a la producción y comercialización de leche y carne de cabra de primerísima calidad, con más de 700 cabezas de caprino. A día de hoy comercializan la leche de cabra sin procesar a una compañía láctea, y dentro de sus planes de expansión se encuentra la apertura de una quesería, para poder transformar la leche de su granja en queso artesano.

Cuentan también con un área dedicada a la cría y comercialización de caballos deportivos y de pura raza árabe.

**“Que nadie olvide que el paisaje lo hicieron
nuestros antepasados”**



Si quieres saber más, visita: www.hotelalbeitar.com

Marta Pérez

Directora agencia MELODIJOPERÉZ

GRADO, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Melodijopérez es una agencia de comunicación rural pionera en el sector. Pertenece al medio rural y conoce bien las dificultades para asomar la cabeza en el mundo global. Desde Asturias, aportan su experiencia y conocimiento para ayudar a crecer a iniciativas rurales, públicas y privadas.

“Esta es una iniciativa personal. Yo esto lo pensaba como un proyecto de autoempleo para mí. Soy periodista de profesión. Trabajé durante 20 años por cuenta ajena, y lo cierto es que el periodismo es una profesión muy difícil de compatibilizar con la vida familiar. El cambio fue al nacer mi hija, yo quería pasar más tiempo con ella, y criarla como me crié yo, en un pueblo, y tener más tiempo para ella”.

En su agencia buscan la excelencia en la comunicación desde la premisa de que todos los clientes, sin importar su tamaño, tienen derecho a disfrutarla. Su gama de servicios está diseñada especialmente para atender tareas cotidianas y llegar a cualquier modelo de negocio, por pequeño que sea, o por alejado que esté del mundo digital.

“Contamos con un equipo creativo joven y multidisciplinar, al día de todas las herramientas digitales. Desde los pueblos también sabemos contar bien. Hacemos grandes las cosas que pasan en los lugares pequeños. Desde el pueblo y para el pueblo”.

Entre otros servicios, son especialistas en la gestión de redes sociales en Asturias, tanto de pequeñas y medianas iniciativas del ámbito rural, y lo hacen desde el trato personalizado y el conocimiento a fondo del proyecto: “Con responsabilidad e implicación. Cruzamos con solvencia la delicada frontera entre contarlo y contarlo bien”.

“Una agencia de comunicación rural se diferencia de una agencia de comunicación convencional en el tipo de público al que nos dirigimos. Agencias de comunicación, hay muchas, pero rurales somos la primera. Decidimos llegar a donde no llegan las grandes agencias para trabajar con pequeños proyectos y pequeñas empresas que están en los pueblos, y creemos que nos acercamos a ellos”.

“Hacerlo bien, hacerlo saber”

Si quieres saber más, visita: www.melodijoperez.com







MONDO MANZANA
JOYERIA ORGANICA

Patricia Escobar

Creadora de MONDO MANZANA

VILLAVICIOSA, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Una lección medioambiental que Alba, su hija, le dio con apenas 10 años, junto con la ayuda y el apoyo incondicional de su familia, hizo que Patricia pusiera en marcha su proyecto Mondo Manzana, del que ahora tiene también un taller-tienda en Villaviciosa, la comarca de las manzanas, desde donde va viendo crecer su ilusión.

"Era 2019, cuando Alba nos hizo aquel comentario tan acertado sobre las miles de manzanas que ruedan desperdiciadas por los suelos de nuestra querida tierra y también fue ese el año en el que empezamos a experimentar con la pulpa de la manzana sobrante de hacer rica sidra asturiana".

Patricia proviene del mundo de la cosmética natural, lo que la ayudó, dada su experiencia, a ver cómo encajar su idea con este material. Hizo talleres y muchas pruebas, aprovechando el poco tiempo libre que tenía.

"Cogimos la magaya tal y como está y empezamos a jugar con ella, a hacer figuras que, por supuesto, se rompían y se estropeaban después de un tiempo. Pero eso fue lo que me dio la idea de decir —si

consiguiéramos que este material perdurara en el tiempo— además queríamos que todo fuera orgánico por lo que tampoco usamos hornos, y fue después de un año de pruebas que lo conseguimos, el resultado quedó perfecto. Tanto es así, que hoy día tenemos un material con el que hacemos joyas".

Mondo Manzana cuenta con una creciente clientela que gusta de lo ecológico, a la que se suma mucha gente de Asturias que aprecia mucho la sidra. Los turistas también se convierten en sus clientes habituales al descubrir que su artesanía está hecha con materia prima de la tierra de Patricia.

"Yo en otra época de mi vida emprendí en diferentes cosas y sé lo que cuesta, pero en esta ocasión fue algo tan diferente, tan original, que nos resultó todo bastante fácil. Por ello, les diría a las mujeres que quieran emprender, que lo intenten, que luchen para poder ser felices en la vida y hacer algo que realmente les guste, porque entonces, en donde menos te esperas puedes conseguir tu lugar".

"El miedo no sirve de nada, hay que lanzarse"

María Luisa Suárez-Picos

Percebera y pescadora

VILLUIR, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



María Luisa se dedica al sector pesquero, es percebera, arma aparejos y también faena en el barco de su marido.

“Me dedico a esto porque mi familia es del sector pesquero, mi marido y mi hijo también se dedican a la pesca, es una tradición familiar. Es una actividad que te tiene que gustar, porque es muy exigente, tienes que salir a pesar del mal tiempo, el desgaste que tiene el madrugar, las horas que echas y además, no es un trabajo en el que tengas un salario fijo”.

En estos momentos en Asturias hay 282 mariscadores con licencia, algunos de ellos también son pescadores y tienen barco, con lo cual pueden salir a faenar otras artes, pero otros, se dedican únicamente a la recogida a pie.

“Por otro lado me gusta la naturaleza, el aire libre, las puestas de sol, el amanecer... Y si encima pescas y traes un buen jornal para casa, pues mejor todavía porque se puede vivir bien de la pesca”.

La temporada del percebe arranca en Asturias el 1 de octubre y se extiende hasta el 30 de abril en condiciones normales, salvo en la zona del Cabo

Peñas, donde los perceberos pueden trabajar todo el año. Los perceberos están autorizados a recoger un máximo de seis kilos por día, con un máximo de ocho durante la campaña de Navidad, que comienza a mediados del mes de diciembre. La extracción debe llevarse a cabo desde dos horas antes de la bajamar y hasta una hora después de la misma, y las capturas por percebe, nunca deben ser inferiores a los 18 milímetros.

“Considero que debería motivarse a la gente a entrar en el sector pesquero, ahora mismo no hay generación de relevo ni para pescadores ni para rederas. Hay que crear cursos, formar, motivar, hacer ver a la gente joven que, aunque parece una labor muy dura, es muy buena, ya que tiene y da también muchas satisfacciones. Si no, será un sector que irá desapareciendo, porque hoy en día casi no hay barcos, ni gente que se dedique o quiera dedicarse a la mar”.

“Mi labor es tradicional y no me gustaría que se perdiera”







Lorena Margariño

Propietaria Piscifactoría Pigueña

ALDEA SAN CRISTÓBAL, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Lorena Margariño se dedica a la piscicultura, “criando truchas” como ella misma dice, en Belmonte de Miranda, en la aldea San Cristóbal. Su marido y ella decidieron cambiar sus vidas para hacerse cargo de la piscifactoría “Truchas del Pigueña”. Ella trabajaba en un supermercado y él en la construcción. La pareja apostó por reabrir un negocio que les ofreciera un futuro estable. A pesar de que llevaba un par de años cerrada, fue el antiguo propietario quien los inició en la acuicultura.

“Nos enseñó durante los primeros meses de andadura el funcionamiento de la piscifactoría. Llevamos 10 años y seguimos aprendiendo cada día. El conocimiento te lo da la experiencia. Es un mundo complicado y somos muy pocos los que nos dedicamos a ello”.

Son la piscifactoría más pequeña del Principado de Asturias. Al ser un negocio pequeño y local, su clientela es el particular. Tienen también un reparto ordinario de martes a viernes y abastecen pescaderías de Cangas del Narcea, de Pola de Allande y de Tineo, además de surtir a restaurantes de toda la Vega de Miranda.

“Nunca llovió que no parara”

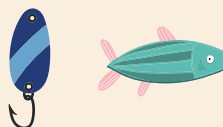
Si quieres saber más, visita: www.facebook.com/p/Piscifactoria-Pigueña-100063626648537

Ahora y para seguir creciendo, también se están enfocando hacia la hostelería.

“Mi consejo para una mujer que quiera emprender es que lo intente, que no se arrepienta, que para eso siempre hay tiempo, pero que lo intente. Yo lo pensé mucho y al final tomé la decisión de... ¡venga, nos liamos la manta a la cabeza! y ha sido un acierto total”.

El agua que utilizan viene directamente del río, por lo que no hay oxigenación artificial, lo que beneficia mucho al desarrollo de sus truchas. Lorena asegura que sus truchas son de más calidad, ya que al tener menos producción que una piscifactoría industrial, consiguen menos cantidad pero de una forma artesanal. Al no contar con maquinaria, la trucha se mueve con sacadera, y no hacen engorde rápido a cinco meses, sino a ocho meses, muestra de que es otro tipo de producción.

“Nuestra trucha es de gran calidad, tiene buena fama. Estamos vendiendo un 60% más que el año pasado. Animo a la gente a visitarnos y a comer más trucha”.



Jessica López

Propietaria Quesería MAÍN

SOTRES, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Jessica es quesera y cabrera en los Picos de Europa y lleva desde el año 2007 elaborando queso cabrales “del bueno”, como ella misma dice, habiendo obtenido entre otros el Premio al Mejor Queso de Cabrales 2011 y 2014.

“Durante generaciones hemos continuado con la tradición familiar, la elaboración del auténtico queso de Cabrales. Nuestros comienzos como elaboradores de queso de Cabrales surgen gracias a la experiencia de nuestra familia que nos ha transmitido su forma de trabajo, sus consejos y algún que otro truco para que este queso sea una auténtica delicia”.

Desde hace más de 5.000 años en los Picos de Europa se lleva haciendo pastoreo tradicional. Los animales se recogen en la época de partos y cuando caen las primeras nieves. Aunque si el tiempo lo permite salen a pastar todos los días. En el mes de mayo cuando en la alta montaña brota el primer pasto, se trasladan a la montaña de Maín donde vivirán en total libertad hasta que comiencen los nuevos partos.

“Durante estos meses subimos a ordeñarlas a la montaña y bajamos la leche a la quesería para elaborar nuestro queso de cabra Mayada la Sotarraña, una leche

de gran calidad debido al buen pasto de altura que solo puede encontrarse en estos parajes. Un trabajo laborioso que exige mucha dedicación, pasión y un gran amor por estos animales”.

Para complementar la maduración de sus quesos Jessica y su equipo usan cuatro cuevas diferentes, Boca el Teyedu 1.100 m, Jorcadiellu a 1.050 m, Teyedu a 1.100 m y Maín a 1.500 m. Cada una de ellas tiene una función, aportando un sabor y un olor distinto a los quesos. La humedad, la temperatura, la caliza de la que están formadas y la altura a la que se encuentran las cuevas, influye en sus características.

“En épocas de invierno es duro y muy largo, y si se mete a nevar se te complica el trabajo el triple. Pero vivimos en un paraíso, tenemos mucha suerte y somos muy afortunados de estar aquí”.

En Quesería Maín permiten conocer de primera mano la elaboración del queso cabrales con una visita guiada.

**“Ya puede estar nevando, lloviendo,
haciendo frío, que al final sigues adelante”**



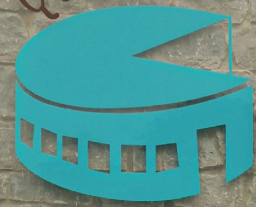
Si quieres saber más, visita: www.quesosdecabrales.es



UNDER ARMOUR



QUESERÍA



MAÍN

AULA DEL QUESO



María Teresa Costales

Redera

LASTRES, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



María Teresa, conocida como Teté, lleva cosiendo redes desde hace más de 30 años y fue elegida Mujer Rural 2023. Además de coser redes, tiene una pequeña tienda en el puerto, en la misma nave donde trabaja. En la tienda vende objetos de regalo para el turismo, ya que es un lugar muy visitado.

“Soy una redera un poco atípica porque ni soy hija de pescador, ni nací en un pueblo de puerto de mar. Su padre era carpintero y ella nació en Tornón, una pequeña parroquia del concejo asturiano de Villaviciosa. Mi trabajo me gusta mucho, todo en general, porque me considero una parte imprescindible en el sector pesquero. Es muy entretenido, es ameno, a veces trabajamos con más gente, siempre la tertulia es agradable”.

Apenas quedan rederas en activo en el Principado de Asturias. Poco a poco se han ido jubilando. Tras dos años intentando encontrar a las rederas que trabajaban en otros puertos, Teté consiguió formar AREBA, la Asociación de Rederas de Bajura en el Principado, que, en la actualidad, ya no tiene prácticamente actividad.

“En este trabajo no hay relevo, porque es un trabajo

muy laborioso, de muchas horas, dedicado a la gente de la mar. La vida de la mar no es muy buena, se gana poco. El trabajar muchas horas y ganar poco, como que no está mucho en la idea de las nuevas generaciones”.

Llegaron a ser ocho mujeres y se repartían entre las localidades costeras de Lastres y Luarca, pero poco a poco se han ido jubilando y ella desconoce cuántas siguen en el oficio porque no hay un censo oficial.

“Lo que menos me gusta de mi trabajo es cuando tengo que trabajar en la calle, porque en muchas ocasiones hace mucho frío y hay que aguantarlo. Y si hace mucho calor, también”.

Teté impartió el año pasado un curso a nueve alumnas en Lastres e incluso un taller como clase extraescolar a niños para tratar que el oficio no se pierda. Dice que el principal problema es que se exige un certificado de profesionalidad para desarrollar la actividad y con la burocracia existente tardan mucho en entregarlo, por lo que todo se ralentiza y se desaniman.

“No tiro la toalla nunca, no doy nada por perdido, lo lucho hasta el final”

María Monge

Gerente SHIIT-ASTUR

PANDU, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



María Monge se dedica a la agroalimentación. Tiene un cultivo de setas shiitake en el bosque de forma sostenible y ecológica y aparte tiene también un obrador donde hace conservas y pastas frescas artesanales.

“Terminamos muy cansados de vivir en la ciudad. Queríamos tener familia y que fuese en el mundo rural. Entonces pensamos qué podíamos hacer en Asturias, que no estuviera ya muy hecho. Se nos ocurrió el cultivo de setas shiitake, por dar un aprovechamiento a los bosques que actualmente están en desuso. También pensamos en el obrador para aprovechar las setas shiitake haciendo recetas y pasta fresca, elaborando productos que no hubiera aquí. Decidimos abandonarlo todo en busca de un sueño, el de poder vivir en torno a la naturaleza y trabajar en lo que verdaderamente nos apasiona”.

Fue a principios de 2019 cuando María y su familia empezaron a dar forma al proyecto, fundando a finales de ese mismo año, Shiit-Astur.

Traducido del japonés, “shii” se refiere al árbol en el cual estos hongos crecían originalmente, mientras



“také” significa hongo. Estas maravillas fúngicas son veneradas por sus muchas propiedades, descubiertas durante siglos de medicina antigua y estudios científicos actuales.

Dichos estudios han probado que el hongo shiitake ofrece apoyo antiviral y cardiovascular, porque favorece el control de la hipertensión y disminuye la viscosidad de la sangre. Esto es posible gracias a que contiene la eritadenina y a un tipo de fibra: el chitin.

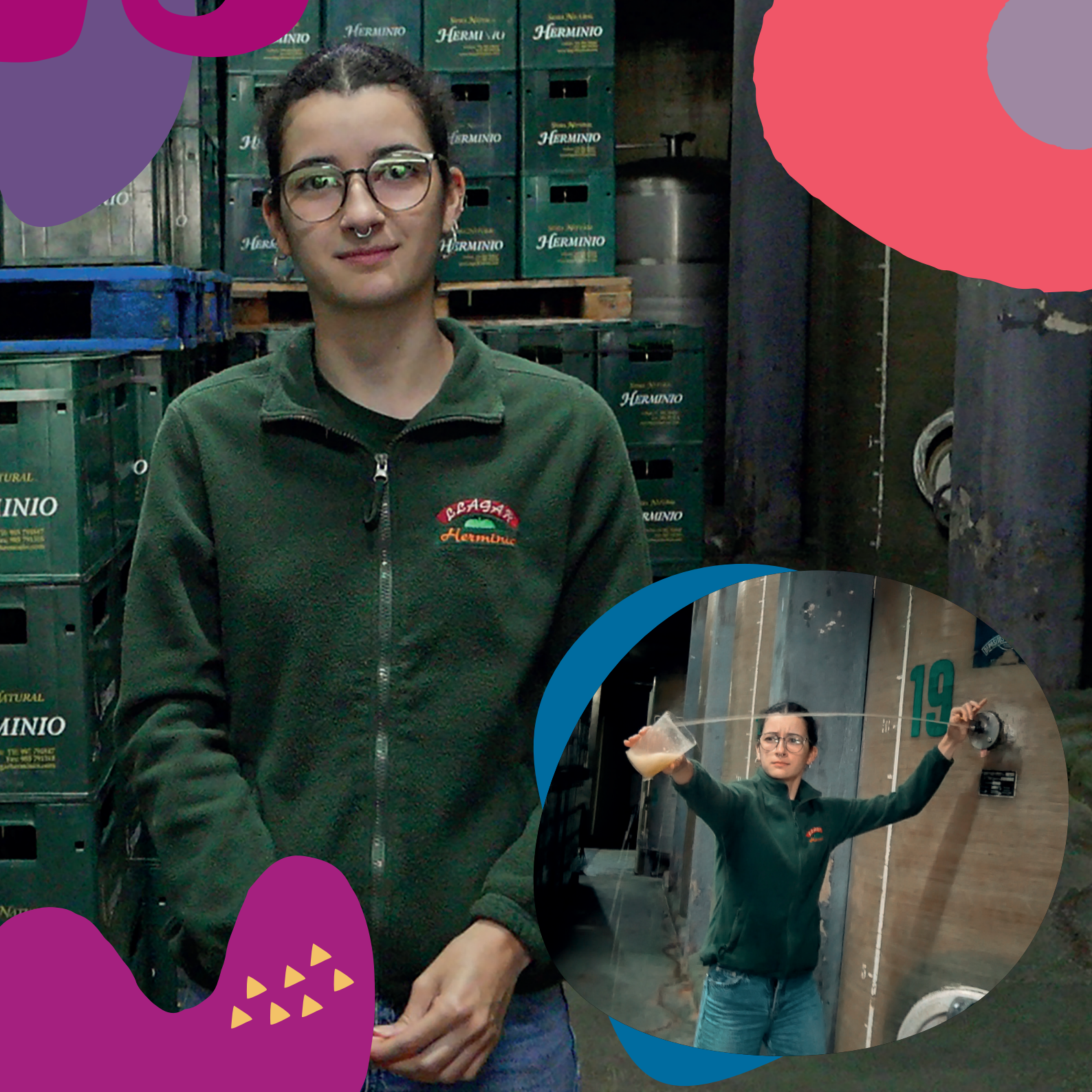
“Nosotros, en el mundo de las setas, lo que hacíamos era ir a recolectar al bosque. Nada que ver con lo que hacemos ahora, que es un cultivo de setas que no son de España, sino asiáticas”.

Producen de una manera respetuosa sin impacto ambiental, cuidan del monte, que les proporciona todo lo necesario. Dedican un gran esfuerzo para dar la mejor calidad a su producto y así ayudar a que se le dé el valor que realmente merece a su shiitake con sabor a bosque.

“No tiene que ser en línea recta, puedes dar mil vueltas, pero hay que tener siempre presente la meta y no tener miedo”

Si quieres saber más, visita: www.shiit-astur.com





Danka Rodríguez

Responsable marketing SIDRERIA LLAGAR HERMINIO

COLLOTO, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Aunque el origen de la sidra es incierto, algunos historiadores proponen que se originó en las civilizaciones del antiguo Egipto y la Grecia clásica. En la península ibérica, las referencias de Plinio el Viejo sobre las manzanas dan a entender que la sidra ya existía en Asturias desde antes de la invasión romana.

Y en la mejor tradición asturiana de la sidra, se encuentra Llagar Herminio, una sidrería-restaurante de reconocido prestigio en el Principado, donde elaboran sidra natural desde 1943. Son una empresa familiar que empezó el bisabuelo de Danka y que ha seguido de generación en generación hasta el día de hoy, manteniendo la tradición junto a una renovación constante.

“Estudié Comercio y Marketing. Mi padre me dijo que le interesaba mover un poco más la imagen y llegar al público más joven, en síntesis, mover más el negocio, —tú has estudiado esto, si te quieres meter aquí, tienes la opción de ayudarnos—. Me ofreció la oportunidad y decidí subirme al carro y de momento nos va muy bien”.

En la actualidad, Sidrería Llagar Herminio, cuenta con tres plantaciones de manzanos pertenecientes al Consejo Regulador, situadas en el municipio de Villaviciosa, donde se produce parte de la materia prima utilizada para elaborar sus sidras.

“Para incentivar a la gente joven, es importante empezar a movernos en su mundo y esa es mi labor. Apostamos un poco por darle un lavado de cara a la imagen, más por redes sociales, para de este modo, dar más visibilidad a nuestra sidra. Hay gente que conoce la sidra de toda la vida, pero a los nuevos consumidores hay que dársela a conocer”.

También ofrecen visitas guiadas a lo largo del Llagar Herminio, donde explican cómo elaboran sus sidras tradicionales con degustación incluida además de ofrecer un menú especial con platos típicos de la región. Para ello disponen de un salón para más de 160 comensales y con escanciado de tonel.

“Dispuesta a aprender”



Si quieres saber más, visita: www.sidreriallagarherminio.es

Sofía González

Socia fundadora SOMIEDO EXPERIENCE y guía

SOMIEDO, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Somiedo Experience es una empresa local de turismo activo que se dedica a la observación de la fauna, de la manera más sostenible y menos invasiva posible. Con un concepto diferente, en el que la imponente naturaleza del Parque Natural de Somiedo es la protagonista en sus actividades. Además, están autorizados por el Parque Natural de Somiedo para realizar la observación de osos pardos.

“Nuestra intención es que disfrutes del paisaje de la montaña somedana de una manera más auténtica y natural, viviendo la esencia de Somiedo. En cada salida guiamos a pequeños grupos (máximo 8 personas) y escogemos el camino más apropiado en función de la climatología y de la experiencia de años estudiando el comportamiento de la fauna autóctona en cada estación del año”.

El Parque Natural de Somiedo tiene 30.000 hectáreas de pura naturaleza y fue declarado parque natural en 1988 (el primero de Asturias) y reserva de la biosfera por la Unesco en el año 2000, siendo un espacio único para disfrutar de la flora, la fauna y los paisajes únicos del Principado de Asturias.

“Animo a todo el mundo a que si de verdad amas tu

territorio, apuestes por él. Y bueno, con el turismo pues es una nueva oportunidad. La verdad que es muy difícil sacar adelante este tipo de empresas, pero con ganas y con corazón acabas consiguiéndolo”.

De familia ganadera trashumante, Sofía ha vivido en estas tierras de montaña desde que nació y forma parte de este rincón privilegiado del planeta, con el que se encuentra totalmente conectada. Se hizo guía para poder continuar en el Parque Natural de Somiedo y difundir sus valores.

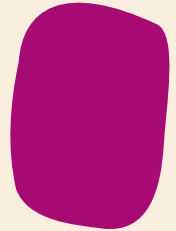
“Queremos haceros disfrutar de los distintos elementos naturales y culturales que este lugar nos ofrece, transmitiendo el amor y el respeto que sentimos por esta tierra y sus habitantes”.

Somiedo Experience nació en el año 2015, con la ilusión de Sofía de querer mostrar la riqueza que tienen sus montañas.

“Aquí todo concuerda y está en su sitio. Y yo formo parte de este lugar”



Si quieres saber más, visita: www.somiedoexperience.com





Kiwin
Bio



Cristina Secades

Fundadora Fincas TERRAMOR

SISIELLO-GIJÓN , ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



Cristina es graduada en ingeniería forestal de formación y amante de la naturaleza de vocación. Siempre tuvo en mente que su oficina acabaría siendo el campo, pero con la convicción y principios de que eso tenía que hacerlo de la manera más respetuosa posible con el medio natural.

“Mi emprendimiento consiste específicamente en el cultivo de mini kiwi ecológico y la manzana de mesa, un cultivo que ya inició mi padre en 1977. Y en el caso del mini kiwi es algo que decidí emprender como algo novedoso”.

A esa preocupación por el medio ambiente se fue añadiendo un interés creciente por saber de dónde procede lo que consumimos y cómo se produce, con el firme propósito de dedicarse a lo que más le gustaba, buscando además aportar valor a la sociedad desde sus tierras de Asturias.

“Me hizo emprender en el medio rural mi pasión por la tierra, por el medio natural, porque yo ya aquí, en estas fincas, había pasado los veranos, las vacaciones. Lo viví desde niña y decidí que esto sería mi modo de vida”.

La empresa de Cristina, comercializa productos únicos con certificación ecológica y amparados por el sello de calidad. Es una marca pionera en ofrecerte cajas mix de variedades y mermelada de kiwis con un 83% de fruta y certificada como fuente de fibra, elaborado y deshidratado de manzana asturiana, crujiente y saludable. Producido y elaborado en su propia finca utilizando energía solar 100%.

“Mi pasión y desafío es llegar al corazón de las personas. Por eso, minikiwis con corazón, porque desde lo pequeño se pueden hacer grandes cosas”.

Su filosofía de trabajo busca reivindicar que otro tipo de agricultura es viable: digna, respetuosa con la naturaleza, con las personas y que permita obtener alimentos nutritivos.

Entre sus certificaciones destacan la ecológica, desde 2017, con auditorías y analíticas periódicas que garantizan la no utilización de químicos de síntesis o herbicidas, sustancias sistémicas que se introducen en la savia, ni tratamientos postcosecha que dejan residuos.

“La agricultura es el arte de saber esperar”



Si quieres saber más, visita: www.fincaterramor.com

Flor Tuñón y Azucena Rivas

Directivas Asociación de Mujeres Campesinas de Asturias AMCA

CANERO - VALDÉS, ASTURIAS

Descubre aquí
su historia:



La Asociación de Mujeres Campesinas de Asturias, (AMCA) nació en 1989 con el objetivo de trabajar por la igualdad de oportunidades entre las mujeres rurales y campesinas, a nivel profesional y social.

"Trabajamos por la igualdad de derechos y de oportunidades de las mujeres que viven en nuestros pueblos y aldeas, apunta Flor. Igualdad profesional, igualdad social y en todos los aspectos. Buscamos conseguir servicios básicos como la luz, la electricidad, el agua, la conectividad y en el transporte público, la movilidad. Hay ciertos lugares de Asturias, fundamentalmente en el sur, a los que es muy difícil acceder y, por lo tanto, desarrollar una profesión".

El año pasado, AMCA renovó su directiva por primera vez en veinticinco años de historia. Flor Tuñón, ganadera de Morcín, es la responsable al frente de un colectivo que agrupa a más de 450 mujeres del medio rural asturiano.

Junto a Flor, Azucena también se encarga de promocionar y respaldar la participación y presencia de la mujer campesina y rural en las organizaciones sociales, profesionales y económicas del medio rural asturiano.

Desde la asociación, también dan formación, organizan viajes culturales y brindan homenajes, como el de la Abuela Campesina del Año. Actividades dirigidas a la recuperación de tradiciones, costumbres y como no, a la gastronomía asturiana, con la reciente publicación del libro "Sabores y saberes de las mujeres campesinas de Asturias".

A las mujeres que quieran emprender en el rural asturiano, Azucena les aconseja que lo hagan con mucho ánimo, "que sean muy positivas. Al medio rural han de venir positivas, porque van a encontrar dificultades, pero sabemos que si se empeñan, lo lograrán".

En AMCA también buscan el apoyo de las instituciones, sabedoras de que en el medio rural hay mucho nicho de oportunidades que se podrían consolidar en mayor medida si las autoridades brindarán mayor y mejor apoyo.

"Si estamos todas unidas llegaremos más lejos"



Si quieres saber más, visita: amca.asturias@gmail.com





GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN



Cultivamos
la **igualdad**