

sarria

A veciñanza de Oural denuncia o "abandono" que sente por parte do Concello de Sarria. **Páx. 2**

paradela

Como cada ano, o goberno local ofrece viaxes á praia para a súa veciñanza. **Páx. 14**

láncara

O municipio foi exposto no Congreso de Comunidades amigables coas persoas maiores. **Páx. 15**

o páramo

O 10 de xullo celebrarase a XV Festa da Xuventude, na que a música será a protagonista. **Páx. 16**

samos

As festas patronais de San Bieito de Samos serán os vindeiros días 10, 11 e 12. **Páx. 18**

O matadoiro continúa pechado e sen resposta



50 anos de vida do CEIP Frei Luís de Granada

A exdirectora do colexio subliña o labor desenvolvido e as necesidades do centro no futuro. **Páx. 6**

O Ciclo Mestre Mateo volve ás vilas da provincia

As proxeccións desta edición achegarán o audiovisual galego a municipios da contorna. **Páx. 12**

Borja Tosar, astrofísico



O científico e divulgador pon en valor o ceo de Sarria como un dos mellores. **Páx. 9**

A Eclipse total de Sol



O 12 de agosto terá lugar un fenómeno histórico, a Eclipse total de Sol. **Páx. 10-11**

Óscar, piloto de rally



Óscar Alvaredo repasa a súa traxectoria no automobilismo galego. **Páx. 23**

Noa López Tallón, deportista de Sarria

A profesional do baloncesto xogará no equipo feminino de baloncesto UAlbany Great Danes. **Páx. 22**



INNOVACION, COMPROMISO Y GARANTIA



EXTENDEDOR DE SILO MODELO VIMANZO CON BOMBOS GALVANIZADOS



CUIDAMOS EL BIENESTAR ANIMAL

CUCHILLA MAÍZ MODELO CORISTANCO



ENCAMADORA DE CUBÍCULOS DE 0,7m³, 1m³-1,7 m³ Y 2.1m³



ENCONTRARÁS CUALQUIER TIPO DE RECAMBIO AGRÍCOLA

www.corbarsil.com



¡CONSÚLTANOS SIN COMPROMISO!

RODILLOS AGRÍCOLAS ARRASTRADOS AUTONIVELANTES DESDE 1-2-3- CUERPOS DE 3 A 11 M DE LABOR. TUBOS 711X12, 820X18 Y DE 3000 KG A 8000 KG.



MAQUINAS Y RECAMBIOS LEMKEN

MAQUINARIA AGRÍCOLA CORBAR, S.L. Polígono Ind. O Morelle nave nº 4 - 27614 - Sarria, Lugo // Telf. y Fax: 982 531 463 // corbar@corbarsil.com

SARRIA

A veciñanza de Oural denuncia o abandono da rúa Principal



A veciñanza da parroquia de Oural, en Sarria, denunciou o estado da rúa Principal, que consideran abandonada e sen servizos de limpeza desde hai, polo menos, un ano. Segundo explican, trátase da principal vía de conexión con Sarria e outros núcleos de poboación, na que aseguran que se acumula terra, hai papeleiras cheas e mesmo residuos que caen ao exterior.

Os residentes afirman que contactan de maneira recorrente co alcalde para solicitar a limpeza da vía, chegando a chamar cada 15 días, pero sosteñen que, malia as promesas de envío de persoal, non se executan as actuacións. Ademais, denuncian que tampouco se realizan traballos de desbroce nas zonas verdes que acompañan a rúa, algo que interpretan como un sinal de

abandono máis amplo.

Un dos veciños considera que esta situación podería ser o inicio dun problema maior, ao afirmar que se a rúa Principal presenta este estado, a situación no resto dos núcleos rurais de Oural podería ser aínda peor. Engade que, ao seu xuízo, “non só está mal esta rúa, senón todo Oural está abandonado”, asegurando que “non veñen por aquí nin por casualidade”.

Outro residente lembra tamén o estado da contorna do barrio da estación tras as obras de ADIF. Aínda que recoñece melloras respecto á situación anterior, sinala que en episodios de fortes choivas a área chega a inundarse e “convértese nun río”. A veciñanza espera que estas queixas sexan atendidas e que se lles dea unha solución.

O PP pide recuperar o parque do Chanto e ampliar o saneamento

O Grupo Municipal do Partido Popular de Sarria presentará dúas mocións para o seu debate no pleno municipal previsto para o vindeiro 2 de xullo. As iniciativas estarán centradas na recuperación integral do parque do Chanto e da súa praia fluvial, así como na ampliación da rede de saneamento na parroquia de Farbán.

No caso da primeira proposta, os populares buscarán que o Goberno local dea os primeiros pasos para impulsar a recuperación do parque do Chanto e da súa contorna fluvial, un espazo que consideran parte esencial da memoria colectiva da vila. O grupo lembra que desde a súa configuración durante a década dos anos 60 este parque foi unha das principais zonas de lecer da localidade, converténdose nun enclave destacado xunto ao río. Con todo, sinalan que a situación actual da zona está marcada polo deterioro de diferentes infraestruturas e pola falta de actuacións que permitan a súa recuperación. Entre os elementos que consideran máis afectados destacan o edificio do antigo restaurante, os baños e a perda da condición de zona de baño da praia fluvial.

Desde o PP indican que en diferentes ocasións xa se aprobaron acordos plenarios orientados a promover unha recuperación integral deste espazo, aínda que consideran que as intencións expresadas ata o momento non se traduciron en avances reais.



Neste sentido, sosteñen que os acordos institucionais deben ir acompañados de xestión administrativa e de actuacións concretas.

Os concelleiros populares recoñecen que calquera intervención nunha contorna fluvial presenta unha importante complexidade técnica e xurídica, xa que implica a participación de distintos organismos con competencias na materia, entre eles a Confederación Hidrográfica Miño-Sil. Porén, advirten de que estas dificultades non deben converterse nun argumento para paralizar ou abandonar o obxectivo de recuperación.

Precisamente, pola duración e esixencia dos procedementos administrativos, o grupo considera necesario iniciar xa as xestións previas. Explican que para que organismos como a Confederación Hidrográfica Miño-Sil ou a Xunta de Galicia poidan autorizar futuras actuacións no

río e nas instalacións do parque, resulta imprescindible presentar propostas concretas e abrir unha canle de diálogo institucional.

A moción defenderá que o Goberno municipal inicie consultas previas cos organismos competentes, estableza a interlocución necesaria coas administracións implicadas e poña en marcha unha planificación técnica destinada a elaborar un plan que cumpra coa normativa e cos requirimentos ambientais e sectoriais, co obxectivo de facilitar a recuperación do espazo e dos elementos que forman parte del.

Xunto a esta iniciativa, o Partido Popular tamén levará ao pleno unha segunda moción para reclamar a ampliación da rede de saneamento á parroquia de Farbán, unha actuación coa que buscan mellorar os servizos básicos e as infraestruturas desta zona do municipio.

EXCLUSIVIDAD para la SALUD de tu SONRISA

Especialistas centrados en:

- Ortodoncia infantil y adultos
- Ortodoncia invisible
- Articulación Temporomandibular
- Bruxismo
- Problemas de Oclusión y Función
- Diseño de sonrisa
- Ortopedia dentofacial

982 22 58 70 • 659 44 05 13
info@ortodondciafigueiras.es



Rúa Camilo José Cela 13, Local 1. 27002 Lugo
(Pza. de Augas Ferreas, esq. R/ Cántigas e Frores)

¡Ortodondcia
todos los días!

Lunes, miércoles y jueves:
12:00 a 20:00 h
Martes y viernes: 9:00 a 17:00 h



Solicitan unha auditoría para coñecer o estado do matadoiro

O futuro do matadoiro comarcal de Sarria continúa sen unha solución definida e coa preocupación crecente entre os profesionais vinculados ao sector cárnico.

Carniceiros e gandeiros da comarca solicitaron ao Concello de Sarria a realización dunha auditoría técnica co obxectivo de contar cunha segunda valoración independente sobre o estado real das instalacións e coñecer con detalle o alcance das avarías que manteñen o servizo pechado coa intención de que técnicos especializados poidan acceder ás instalacións para analizar a situación e emitir un informe que determine se realmente non existe posibilidade de reparación, tal e como sostén o goberno municipal, ou se existen alternativas que permitan recuperar a actividade do matadoiro. Este tipo de avaliacións consisten nun control exhaustivo destinado a comprobar o cumprimento da normativa relacionada coa seguridade alimentaria, o benestar animal, as condicións hixiénicas e a correcta xestión dunha infraestrutura de titularidade municipal. Polo momento, o Concello de Sarria avanzou unicamente nun compromiso parcial, indicando que está a traballar na elaboración dun orzamento para asumir os custos derivados desa posible auditoría técnica.

O matadoiro permanece así pechado debido a avarías en elementos considerados esenciais para o seu funcionamento, segundo indicou o Concello de Sarria. Por iso, a oposición municipal, integrada por PSOE, PP e BNG, presentou unha moción conxunta en defensa da continuidade do servizo no pleno municipal celebra-



do o pasado 28 de maio, da man de carniceiros e gandeiros. Nela, defenderon que o matadoiro é unha infraestrutura "fundamental" para a actividade económica da comarca. A proposta, que foi aprobada por unanimidade, pedía unha aposta decidida por parte do Concello mediante a execución das reparacións necesarias para garantir a reapertura inmediata e asegurar unha xestión municipal eficiente que permitise a continuidade do servizo.

Durante ese debate, os grupos da oposición acusaron ao alcalde e ao equipo de goberno de transmitir "con palabras e feitos" unha intención de pechar unha infraestrutura que consideran estratéxica. Ademais, lembraron que xa se vivira unha situación similar hai máis dun ano e aseguraron que naquela ocasión a reapertura foi posible debido á presión social e política. Con todo, semanas despois da aprobación da moción, a situación continúa sen cambios visibles.

Por iso, o PSOE denunciou novamente que o matadoiro seguía

pechado e sen unha previsión clara sobre a súa reapertura malia o acordo adoptado no pleno municipal. Desde a formación socialista advertiron ademais da falta de información sobre o proceso e aseguraron que esta situación está a xerar preocupación entre gandeiros, carniceiros e usuarios das instalacións, que reclaman máis claridade sobre o futuro do servizo. A formación puxo tamén o foco na chegada do período estival, unha época na que Sarria incrementa notablemente a súa actividade económica debido á presenza de visitantes e peregrinos. Neste contexto, consideran que a ausencia dunha solución para o matadoiro representa un problema directo para a economía local e para sectores estratéxicos relacionados co comercio e a hostalaría, especialmente nun momento de maior demanda.

Con todo, sen resposta oficial por parte do Concello de Sarria, oposición, carniceiros e gandeiros continúan esperando un compromiso real que solucione este problema o antes posible.

O BNG de Sarria reclama solo industrial a prezo de mercado

O BNG de Sarria leva ao pleno municipal unha moción para reclamar ao Goberno do Estado a disposición de solo industrial a prezos de mercado para o municipio e esixir avances na urbanización da segunda fase do polígono de Morelle. Paralelamente, a formación tamén trasladou esta demanda ao Parlamento español a través de iniciativas rexistradas polo deputado nacionalista Néstor Rego. Desde a formación nacionalista consideran que a carencia de solo industrial é un dos problemas estruturais máis importantes que arrastra Sarria desde hai anos. Sinalan que a falta de desenvolvemento da segunda fase do polígono de Morelle mantén unha situación enquistada que, segundo afirman, está dificultando a chegada de novos investimentos e impedindo que empresas interesadas poidan instalarse ou ampliar a súa actividade no municipio.

O BNG lembra que durante décadas se sucederon distintos anuncios e compromisos sobre esta actuación. Entre eles, destaca o realizado no ano 2019, cando o alcalde comunicou que se iniciaría a urbanización da segunda fase do polígono e que a entidade estatal encargada do proxecto daría a coñecer as condicións para a comercialización das parcelas. Nese momento tamén se apuntaba que os traballos comezarían unha vez que o 30 % do solo estivese comprometido. Posteriormente, en 2020, o delegado do Goberno ratificou o compromiso do Executivo estatal, anunciando un investimento de 8,6 millóns de euros destinado á urbanización de 238.000 metros cadrados de solo industrial.

Con todo, segundo expón o BNG, no ano 2021 chegaron as dificultades

ao facerse públicas as condicións de comercialización das parcelas. A formación asegura que se estableceu un prezo de 70 euros por metro cadrado e que, ademais, se condicionou o inicio das obras á reserva previa do 50 % do solo dispoñible por parte das empresas interesadas.

Os nacionalistas consideran que esta proposta non resultou viable e atribúen o seu fracaso a un prezo que cualifican de "moi superior" ao mercado. Neste sentido, apuntan que o custo medio do solo industrial en Galicia sitúase nos 53 euros por metro cadrado e poñen como exemplo casos como o de Carballo, onde aseguran que se ofrece a 33 euros por metro cadrado.

Así, a moción solicitará ao Goberno do Estado que facilite solo industrial a prezos adaptados ao mercado e reclamará ao alcalde que impulse e lidere as reivindicacións para conseguir a urbanización da segunda fase do polígono de Morelle.

O portavoz municipal do BNG, Efrén Castro, advertiu de que "non podemos quedarnos de brazos cruzados mentres vemos como proxectos que querían establecerse en Sarria teñen que marchar para outros concellos", e defendeu que a necesidade de solo industrial no municipio é "incuestionable, aínda que a situación resulta pouco competitiva se os prezos ofertados superan os doutros parques empresariais". Castro concluíu reclamando ao Goberno estatal que cumpra cos compromisos adquiridos e criticou a falta de avances na materia. Ademais, pediu ao alcalde que adopte un papel máis activo na defensa desta demanda e que lidere as peticións para conseguir solo industrial a prezos razoables.

A CASA
cenor

cenor
tu tienda de confianza

Operación Eclipse
Ofertas con calidad, servicio y garantía

COMBI INOX 3 PUERTAS Haier
HTR3618CINHG
185 x 59,5 cm

569€

48 latas
Mahou
con la compra de este modelo

Rúa Diego Pazos, 5,
27600 Sarria, Lugo
982 53 09 25
info@electrodomesticosacasa.com

ELECTRO INSTALACIONES ELECTRICAS SARRIA S.L.
INSTALACIONES ELECTRICAS, FOTOVOLTAICAS Y CARGADORES VEHICULOS ELECTRICOS

CARGADORES PARA COCHES ELÉCTRICOS INSTALADOS POR PROFESIONALES

CONECTA CON EL FUTURO EN TU HOGAR O NEGOCIO

¿Sabes que podemos instalar tu cargador eléctrico con hasta un 80% de subvención? Nosotros realizamos los trámites. Asesórate sin compromiso

Pol. Ind. San Julián de la Vega, Nave 4
27614, Sarria
621 263 958 982 167 196
administracion@electrosarria.es

O DHU Vila de Sarria regresará os días 11 e 12 de xullo



O DHG Team celebrará unha nova edición do DHU Vila de Sarria, o evento de descenso urbano que se celebrará durante a fin de semana do 11 e 12 de xullo.

A primeira xornada, o 11 de xullo, contará con múltiples actividades desde primeira hora da mañá, destacando o Mini DHU, pensado para os máis pequenos, cun circuíto adaptado ás idades dos participantes, co obxectivo de achegar o ciclismo de descenso ás novas xeracións nun entorno seguro e divertido. A actividade inclúe descenso cronometrado, speaker en directo, podio con premios e retransmisión en pantalla xigante, ademais dun ambiente festivo pensado para toda a familia. Segundo destacan desde a organización, o seu propósito é fomentar valores como o esforzo, o compañeirismo e a superación persoal a través do deporte.

Ese día, xa pola tarde, serán os adestramentos oficiais das probas de descenso, nunha xornada que servirá tamén de toma de contacto cos circuítos.

Ademais, o día 11 tamén haberá

espazo para a música, e os organizadores xa confirmaron os artistas e grupos que participarán nesta edición, ofrecendo a súa música a veciños e visitantes de balde. Así, a programación musical contará coa actuación de Tukupá!, que ofrecerá unha proposta de batucada; Big Motion, coa súa exhibición de danza urbana; o artista sarriao Habló Pablo; Mescalina Tributos; e Señora DJ. Todos eles actuarán durante a xornada do día 11 de xullo na Avenida (Zona Podium).

Xa na segunda xornada, o 12 de xullo, desenvolverase a parte principal do descenso urbano, coa disputa das probas oficiais desde primeira hora da mañá ata a tarde. A xornada culminará coa entrega de premios, que poñerá o peche á competición e á nova edición do evento, un dos máis destacados do calendario do descenso urbano en Galicia.

Na pasada edición, o programa incorporou ademais o Dirt Jump Vila de Sarria, unha competición de saltos en bicicleta que destacou polo seu carácter espectacular e pola boa resposta do público.

O Ulteira et Suseia basearase na identidade cultural da vila

O Festival Ulteira et Suseia volverá converter Sarria nun espazo de encontro entre cultura, tradición e participación cidadá coa celebración dunha nova edición que terá lugar entre os días 14 e 18 de xullo e que concluirá cunha cita especial o 5 de agosto xunto ao río, no parque do Chanto. Baixo o lema "Todo o que somos", o evento reforza este ano o seu carácter participativo cun protagonismo especial do tecido asociativo local.

Nesta edición, as asociacións da vila e da comarca asumirán un papel central na programación, participando activamente na creación e desenvolvemento de contidos propios. Entre as entidades participantes atópanse Meigas e Trasgos, Peleriños, Por Vir, Rebuldeira Teatro, Createa, a Asociación Cultural Huhú, Rúa da Música, Sarricanta, a Banda de Música de Sarria, a Banda da Comarca de Sarria, Ars Principia e a Coral Polifónica.

O festival manterá a súa aposta por unha programación aberta e multidisciplinar, convertendo distintos espazos da vila en escenarios para actividades culturais dirixidas a públicos de todas as idades. A proposta estrutúrase arredor de cinco grandes eixos temáticos: humor, baile tradicional, historias, artes escénicas e música, consolidando unha fórmula que busca fortalecer o vínculo entre o Camiño de Santiago, a cultura galega e a participación veciñal.

Ademais, a programación contará coa participación de artistas e rostros coñecidos do panorama galego. Entre os nomes xa confirmados figuran os humoristas Xosé Antonio Touriñán, David Amor e Leti da Taberna, así como os creadores de



contido Pepe e Lucas.

Así, a programación arrincará o martes 14 de xullo cunha sesión de narración infantil a cargo de Paula Regueira e un espectáculo protagonizado polos influencers Pepe e Lucas, que presentarán o espectáculo teatral "Dentro y Fuera", no que trasladan ao escenario o seu universo dixital e cómico.

O mércores 15 desenvolverase un obradoiro de creación de animáns a partir de materiais reciclados, unha actividade pensada para estimular a creatividade mediante a elaboración de monicreques con calcetíns e outros elementos reutilizados. Durante a xornada tamén terá lugar a proposta Contos Sonoros, que unirá a narración oral de Quico Cadaval coa música da Banda de Música da Comarca de Sarria.

O xoves 16 celebraranse as xornadas Camiño de Santiago e Territorio: Música, tradición e educación, centradas na música tradicional vinculada ao Camiño e na aplicación práctica do material didáctico O camiño de cantigas, da man de Laura Álvarez e Carme López. O humor será o gran protagonista

do venres 17 coa celebración de O Recuncho da Comedia na terraza do Meigallo. O espazo recuperará un dos formatos máis recoñecidos do festival baixo o lema "Rir a fartar", reunindo a David Amor, Leti da Taberna e Xosé Antonio Touriñán nun encontro pensado para o entretemento e a convivencia.

A programación do sábado 18 incluírá o taller de danza O corpo opalescente, impartido por Noel Quintela, unha proposta centrada no movemento, o ritmo e a interacción corporal inspirada no folclore e no traballo coreográfico contemporáneo. A xornada tamén incluírá un concerto na residencia de maiores. Como peche das actividades principais celebrarase A Romaxe do Camiño, unha cita que levará ao Malecón diferentes actuacións musicais coas participacións de Ünder & Diego Flâneur, Lisdexia, Por Vir, Sarricanta, Rúa da Música e Bonita y Sabrosa. O festival volverá así a reforzar a súa identidade como un proxecto construído desde a propia comunidade, apostando pola creación cultural compartida e pola implicación directa da veciñanza.

OSCAR
ALQUILER DE COCHES

951 12 93 33

OSCAR.ES



Alquiler de Vehículos en Sarria

VEHÍCULOS INDUSTRIALES



DESDE **36€** /DÍA

TURISMOS



DESDE **30€** /DÍA

MONOVOLUMEN 6-9 PLAZAS



DESDE **90€** /DÍA

200 KM INCLUIDOS AL DÍA Y SEGURO

NOPER CAR

TENEMOS UN COCHE DE ALQUILER PARA CADA NECESIDAD

Viajes, eventos, Camino de Santiago, coches de sustitución, vacaciones...

O XXI Festival Internacional de Maxia Vila de Sarria comeza a prepararse

O XXI Festival Internacional de Maxia Vila de Sarria xa ten datas. O organizador do evento, o mago Roberto Lolo, anunciou que a cita se desenvolverá os días 20, 21, 22 e 23 de agosto, nunha edición que chegará cargada de novidades. Desde a organización xa se traballa na elaboración dun programa no que participarán recoñecidos nomes internacionais do ámbito da maxia. Durante as xornadas do festival, diferentes espazos da vila transformaranse en escenarios cheos de fantasía e espectáculo, con actuacións e propostas pensadas para públicos de todas as idades. Entre as confirmacións para esta edición figura Shiro Mentalista, un dos nomes máis destacados do mentalismo a nivel estatal. O artista conta cunha ampla traxectoria avalada por numerosos recoñecementos, entre os que destacan o título de Campión de España de Mentalismo, o segundo premio na categoría de Invención e o Botón de Ouro do programa Got



Talent, entre outros galardóns. Tamén estará presente Marina Puigbert, unha das grandes revelacións deste ano, xa que, e pesar de levar varios anos vinculada ao mundo da maxia, iniciando a súa traxectoria como asistente, deu o salto á súa carreira en solitario conseguindo destacar polo seu estilo propio, carisma e calidade artística, deixando pegada nos escenarios polos que pasa.

Outra das incorporacións é Joaquín Matas, unha das figuras máis recoñecidas e admiradas do panorama máxico español. Cunha extensa carreira profesional ás súas costas, moitos profesionais do sector sitúano como un referente e mestre para distintas xeracións de magos. A súa participación terá un carácter especial, xa que será a primeira vez que actúe en Sarria.

O Sarria Blues no Camiño anuncia aos primeiros artistas e grupos de música

A V edición do Sarria Blues no Camiño, que se celebrará en Sarria entre o 6 e o 9 de agosto, xa ten confirmados os seus primeiros artistas.

O primeiro é Félix Slim, músico de orixe ceutí residente en Brooklyn, onde forma parte da escena do *blues*, *roots* e americana desde 2016, con actuacións en cidades como Memphis, Clarksdale e Nova Orleans.

A súa técnica coa guitarra *slide* e o *fingerpicking*, xunto cun estilo vogal propio, constrúen un son *vintage*, cun directo que destaca pola súa ca-

pacidade para conectar co público, mesturando o humor e a calidez das súas raíces andaluzas coa esencia máis crúa do *blues*.

O segundo nome é Andhrea and the Black Cats, banda galega consolidada e gañadora do VI Concurso da Societat de Blues de Barcelona, e con proxección exterior tras participar en festivais como o Benicàssim Blues Festival, o Festival de Blues de Albatrec-Lleida ou o Sweet Cotton Festival. O grupo levou o seu *blues* clásico con enerxía renovada e ma-

tices de New Orleans por escenarios de toda Galicia.

A terceira confirmación é Sweet Marta & The Blues Shakers, formada por Marta, cantante e única representante feminina da armónica *blues* en España; Johnny BigStone á guitarra, Little Jordi ao baixo e Marc Ruiz á batería. Practican con un *blues* de corte clásico, contundente e fresco, cun repertorio que combina composicións propias con versións de clásicos do *blues* de Texas, Chicago, Costa Oeste e o *funk blues*.

Fillas de Cassandra e 9Louro formarán parte do VIII Verbena Fest



O Verbena Fest de Sarria celebrará a súa VIII edición os días 31 de xullo e 1 de agosto, cunha nova proposta musical que volverá situar a localidade sarriá como punto de encontro de diversas tendencias da escena galega e estatal. O festival desenvolverase nos espazos de O Meigallo e Bar Don Pepe, consolidando o seu formato repartido entre diferentes escenarios da vila. A organización confirmou xa varios dos primeiros nomes do cartel, entre eles Portosanto, que chega cun son marcado pola mestura de nostalgia, intimidade e forza emocional, e Cora Yako, cun directo descrito como capaz de facer ao público "chorar, cantar e suar a partes iguais", nunha proposta de forte carga emocional e enerxética. Tamén formarán parte desta edición Monoulous Dop, unha banda coñecida pola súa combinación de caos, retranca e espírito festivo, e Lumedoloop, proxecto integrado por Jamas, Møu e DJ Mil, que aposta por unha sonoridade intensa e directa baseada na palabra, o ritmo e a actitude.

O cartel complétase coa incorporación do artista galego 9Louro, nome artístico de Martín Louro, un mozo de 21 anos que en 2024 publicou o seu primeiro disco, Nove Nove. O músico, natural de Muros, destaca pola súa aposta por un estilo propio no que mestura letras emotivas en galego con influencias do trap, abordando temas como o desamor, a amizade ou a soidade, e consolidando unha proposta que busca afastarse das etiquetas convencionais.

Tamén está confirmada a participación de Fillas de Cassandra, un dúo formado por Sara Faro e María Soa que se consolidou como unha das propostas máis destacadas da escena galega contemporánea. A súa música combina tradición e modernidade, mesturando raíces e sonoridades electrónicas e pop experimental, cun forte compromiso co uso do galego e con temáticas como a identidade, o feminismo e a memoria colectiva, o que as sitúa como unha das formacións máis recoñecidas da nova música galega.

ESTE 2026 CUIDA TU SALUD ORAL. ¡VEN A CONOCERNOS!



- Odontología estética
- Ortodoncia
- Odontología preventiva
- Implantología oral
- Endodoncia
- Cirugía oral
- Prótesis
- Periodoncia
- Odontopediatría
- Patología de la oclusión

C-27-001438

- **DRA. IRIA GASAMÁNS.** Odontología general, endodoncia y prótesis. Colegiada 27001306.
- **DR. ALFREDO RODRÍGUEZ GRANDJEAN.** Cirugía oral e Implantología. Colegiado 15001940.
- **DR. SAMUEL GARABAL.** Ortodoncista. Colegiado 27001180.
- **ANISSA AMANCHAR.** Higienista bucodental. Colegiada 1674.



CLÍNICA
OBRADOIRO
DENTAL

Rúa Pedro Saco, 37 • Tel. fijo: 982 831 632 • Móvil: 621 404 218

50 anos educando: o CEIP Frei Luís de Granada, referente educativo en Sarria

Medio século despois da súa posta en marcha, o centro educativo sarriao mantén o seu crecemento, aposta pola integración e continúa evolucionando para adaptarse ás novas necesidades educativas

Jessica Fernández

O CEIP Frei Luís de Granada de Sarria acaba de facer medio século de historia desde que, no ano 1975, iniciase a súa actividade como Colexio Nacional de EGB. Aquele primeiro proxecto educativo arrancaba con 36 unidades mixtas de Educación Xeral Básica e dúas de párvulos. Cinco décadas despois, o centro segue sendo unha referencia educativa na vila, adaptándose aos cambios sociais, pedagóxicos e estruturais. Na actualidade, o colexio conta con 21 unidades educativas, das que 3 corresponden a Educación Infantil e 18 a Educación Primaria, acollendo arredor de 460 alumnos e alumnas. Aínda que dispón dunha capacidade para 1.280 estudantes, chegou a rexistrar preto de 800 matriculados.

Este aniversario coincide ademais cun momento de cambio na dirección do centro. María Ángeles Bouza Blanco, coñecida como Masi, vén de deixar o cargo tras doce anos á fronte do centro educativo e despois de completar tres mandatos consecutivos. A súa substituta será Pamela Abraldes Cancela, mestra especializada en Pedagogía Terapéutica, que asume agora o reto de liderar un novo proxecto educativo.

Tras máis dunha década exercendo responsabilidades directivas, Bouza recoñece que o balance final deixa máis lembranzas positivas que dificultades. Aínda que admite que "houbo cousas realmente difíciles e complicadas", asegura que "ao final sempre pesa máis o bo". A súa chegada á dirección produciuse nun momento especialmente complexo para o centro, marcado por impor-



tantes necesidades estruturais. Segundo explica, cando asumiu a responsabilidade "había que facer un montón de cousas". Recorda que as deficiencias das instalacións obrigaron a reorganizar a actividade escolar. "Houbo complicacións a nivel de estrutura, foi un momento duro, no que tivemos que estar un tempo no instituto, unha parte e outra parte aquí na chamada Escola Fogar, e intentamos adaptarnos", sinala. A situación acabou derivando nunha rehabilitación integral das instalacións, unha actuación que considera determinante para a evolución posterior do centro. "Desde aquel momento temos un cole moi bonito", afirma. Aínda que desde 2021, a Xunta de Galicia impulsou o Plan de Nova Arquitectura Pedagóxica, establecendo novos criterios de

deseño dos centros educativos, "e este quedou así". Porén, pon en valor o centro, comentando que as tres unidades de Educación Infantil sitúanse nun edificio independente que foi renovado recentemente, mellorando notablemente as súas condicións. Ademais, o colexio conta cunha biblioteca, departamento de orientación con profesorado especializado en Audición e Linguaxe e Pedagogía Terapéutica, aulas de inglés, informática e plástica bilingüe, así como servizo de comedor escolar. Entre os espazos máis destacados tamén se atopan os dous ximnasiaos equipados con pavimentos adaptados para a práctica deportiva. Ademais, está prevista unha actuación nas instalacións exteriores. A Consellería de Educación aprobou a reforma integral do pavillón situa-

do xunto ao patio escolar, unha actuación que forma parte do Acordo para o Desenvolvemento Estratéxico de Sarria (ADES) firmado por Camiña Sarria e Partido Popular. Esta infraestrutura non só estará ao servizo do alumnado, senón tamén para actividades organizadas polo Concello.

O ALUMNADO. Unha característica que define a realidade do colexio é a diversidade do seu alumnado. Bouza destaca que o número de estudantes continúa medrando cada curso, nun contexto marcado pola chegada de novos alumnos ao longo do ano escolar. "Entre eles, existe unha importante presenza de estudantes procedentes doutros países, moitos dos cales deben afrontar un proceso de adaptación tanto ao idioma como ao contorno social e

cultural. Somos o único colexio público de Sarria e, polo tanto, veñen aquí", comenta.

Lonxe de entender esta realidade como unha dificultade, a exdirectora considera que a multiculturalidade constitúe unha riqueza para o centro e valóraa de maneira "moi positiva". Neste sentido, o colexio conta cun programa específico, o Plan MEGA (Mellora Educativa de Galicia), destinado a favorecer a integración do alumnado estranxeiro mediante programas de inmersión lingüística e apoio educativo.

Ao longo destes doce anos, Bouza destaca tamén a colaboración mantida coas administracións educativas. "Sempre houbo unha colaboración pola miña parte e pola deles. Todo o que pedín ou suxerín, normalmente aceptárono", explica. Do mesmo xeito, subliña o respaldo do equipo docente durante os seus mandatos, mantendo, asegura, unha relación "moi boa" co conxunto dos compañeiros. Bouza séntese satisfeita coa evolución experimentada polo centro educativo durante estes anos. Destaca que o centro mellorou considerablemente tanto a nivel de instalacións como profesorado, contando este ano con 39 docentes que desenvolven tamén unha formación continua para o seu desempeño profesional e a adaptación a iniciativas relacionadas coa biblioteca escolar ou os Polos Creativos.

Agora, considera que chegou o momento de abrir unha nova etapa. "Creo que é hora de presentar un novo proxecto e deixar paso a outras persoas", sinala. Aínda así, continuará vinculada ao centro como docente. "Seguirei como profesora, que non é mellor nin peor, simplemente diferente", afirma.

Cinquenta anos despois da súa creación, o CEIP Frei Luís de Granada continúa coa mesma vocación coa que naceu: converterse nun espazo aberto, integrador e capaz de ofrecer oportunidades educativas para todas as xeracións de Sarria e da súa contorna.



SARRIA, unha comarca con sabor



O MIRALLOS

Comida Casera
Cocidos por encargo
Pollos camperos caseros (por encarga)

Mirallos 1, Paradela
RESERVAS:
TEL.: 639 010 696




RESTAURANTE A CARBALLEIRA DE REBOLEIRA
LEÑA Y CARBÓN

MAESTROS DE LA PARRILLA

Instagram icon: a.reboleira.restaurantes
San Martín de Río Lencara
A Reboleira 27692
TIF: 641 027 705



- PRODUCTOS ECOLÓGICOS, HUERTO PROPIO
- TERNERA GALLEGA SUPREMA
- ASADOS EN HORNO DE LEÑA
- ESPECIALIDAD EN CARNES A LA BRASA

RESERVAS:
Telf. 982 546 063

Facebook icon: Casa de Airo Padron





982 535 334
697 491 756
Calvo Sotelo, 124
27600 SARRIA (Lugo)

A Pulperia Do Luis




RIO LOYO
Restaurante



Mesón Castro



Domingo noche / lunes cerrado
Amplia terraza de verano
Comida para llevar



Reservas
Cimo de Agra, s/n · Sarria / Tel. 982 041 697





Pontenova
mesón restaurante

Amplia terraza de verano
Servicio de catering
Comida casera
Especialidad en carnes a la parrilla y caza

Tel.: 982 546 003

Instagram icon: Catering_meson_a_pontenova
Facebook icon: Meson pontenova






A Fervenza
CASA GRANDE & RESTAURANTE

Tel.: 982 15 16 10 - info@fervenza.com
Abrimos todos los días, carta elaborada con productos de proximidad
Eventos y reuniones




A Biblioteca Municipal de Sarria presume de boas cifras e crecemento



Os datos correspondentes ao ano 2025 reflicten un notable aumento tanto no uso do servizo da Biblioteca Municipal Camilo Gonsar de Sarria como na participación da cidadanía nas diferentes iniciativas organizadas ao longo do ano.

No apartado de préstamos bibliográficos, a biblioteca rexistrou un total de 6.086 operacións, o que supón un incremento de 827 respecto a 2024. Tamén aumentou o número

de visitantes, alcanzando as 15.669 persoas, 1.411 máis que no exercicio anterior.

Outro dos indicadores que evidencia a boa saúde da actividade cultural da biblioteca é a participación nas propostas e eventos desenvolvidos durante o ano. En total, 7.442 persoas asistiron ás distintas actividades programadas, unha cifra que supera en 2.031 participantes a rexistrada en 2024.

La Unión promove un ciclo gratuito de Zumba Kids en xullo

A Sociedade La Unión de Sarria pon en marcha unha actividade pensada para que os nenos e nenas gocen do verán dunha maneira activa e saudable. Trátase dunha masterclass de Zumba Kids Jr., unha iniciativa gratuita que busca fomentar o exercicio físico, a convivencia e o entretemento a través da música e do baile.

A proposta desenvolverase todos os mércores de xullo, en horario de 19.00 a 20.00 horas, nas instalacións da propia Sociedade La Unión. A actividade está destinada á infancia e ofrecerá un espazo dinámico no que

os participantes poderán moverse ao ritmo de diferentes coreografías, compartir experiencias con outros rapaces e divertirse mentres realizan actividade física.

Esta iniciativa pretende converterse nun punto de encontro para os máis pequenos durante as vacacións estivais, favorecendo hábitos saudables e promovendo o lecer activo nun ambiente participativo e ameno.

A participación será totalmente gratuita e non será necesario pertencer á Sociedade La Unión para poder asistir ás sesións.

O Master Sarria Fútbol celebra a súa XIV edición en outubro

Os organizadores do Master Sarria Fútbol confirmaron xa as datas de celebración da XIV edición, unha cita que cada ano converte Sarria nun dos principais puntos de encontro do fútbol a nivel estatal.

O evento desenvolverase os días 30 e 31 de outubro e 1 de novembro no pavillón dos institutos, un espazo que o pasado ano permaneceu cheo durante toda a fin de semana coa instalación de múltiples máquinas de fútbol ao longo da pista, creando un ambiente dinámico tanto para a competición como para o público asistente.

A organización destaca o importante impacto de participación que continúa rexistrando o torneo. Na pasada edición competiron 172 parellas na xornada do sábado e outras 152 o domingo, cifras ás que hai



que sumar os centos de visitantes, alcanzando arredor de 500 persoas entre participantes e público. Outro dos aspectos máis salientables foi o incremento da participación feminina, cun total de 19 parellas inscritas, un dato que confirma o crecemento dun campionato que segue am-

pliando a súa repercusión.

Desde a organización animan xa aos afeccionados a "ir quentando os pulsos" de cara a unha nova edición da competición e avanza que darán a coñecer máis detalles sobre o proceso de inscrición e o reparto de premios.

Xa están en marcha as obras para reformar e mellorar o campo da Ribela

O campo de fútbol municipal da Ribela, en Sarria, iniciou unhas obras de mellora e modernización que contan cun investimento total de 516.200 euros e que buscan renovar por completo o principal recinto deportivo do municipio.

A actuación desenvólvese a través dun convenio de colaboración entre a administración autonómica e o Concello de Sarria, que achega 221.200 euros ao proxecto. O delegado territorial de Lugo, Alfonso Villares, visitou esta mañá as instalacións con motivo do inicio dos traballos, acompañado pola directora

territorial da Consellería de Emprego, Comercio e Emigración, Carmen José López.

O proxecto contempla a substitución integral do céspede sintético, que xa superou a súa vida útil e presenta un importante desgaste polo uso continuado. Ademais, inclúe a mellora do entorno do estadio para incrementar a súa accesibilidade, seguridade e funcionalidade.

Tamén se acometerá a renovación de diferentes espazos comúns, como vestiarios e bancadas, así como outras zonas de uso habitual dentro do recinto deportivo. Un dos

puntos destacados da actuación será a instalación dun novo sistema de iluminación máis eficiente, que permitirá reducir o consumo enerxético e facilitar o uso do campo en horario nocturno.

A Ribela é o principal espazo deportivo de Sarria e o terreo de xogo da SD Sarriana, ademais de acoller competicións oficiais, torneos de base e actividades escolares. Máis de 200 nenos e nenas das categorías inferiores adestran habitualmente nestas instalacións, converténdose nun punto clave para a práctica deportiva na localidade.



Ci. Rioseco s/n,
Monforte De Lemos, 27400

692 946 698
629 817 933

Pol. Ind. Betote Km 21
Sarria, 27600

692 946 694
629 817 933

Prefabricados y Hierros
TOURON, S.L.

Prefabricados de hormigón
Taller de ferralla
Cubiertas de panel sandwich
Cubiertas de fibrocemento
Servicio de grúa

982 530 469

hierrostouron@gmail.com

“O ceo de Sarria é un dos mellores para ver de Europa”

Borja Tosar, o recoñecido astrofísico, piloto e divulgador científico, destaca a oportunidade “única e histórica” de ver unha eclipse total de sol en agosto

Jessica Fernández

Para quen non o coñeza, quen é Borja Tosar?

Son astrónomo, piloto de avión e o que me queda é ser astronauta, pero está complicado. Estudei o mestrado de Astrofísica e o mestrado de Comunicación Científica na Universidade de Valencia, e desde hai 20 anos colaboro na Casa das Ciencias da Coruña. Unha das cousas que decidín na miña vida é nunca afastarme moito de Sarria. Non paso 15 días sen ir ver a miña nai.

O seu recoñecemento internacional non lle impide presumir de Sarria.

Estou clarisamente orgulloso de ser sarriano, pero non creo que o meu perfil sexa extraordinario para Sarria, en absoluto. Creo que hai perfís en Sarria dun nivel bastante superior e eu son un sarriano máis, totalmente común e normal. En Sarria hai magníficos pilotos, como Moreda. E tamén hai científicos, como enxeñeiros aeronáuticos e químicos, como o meu profesor de química, José Ramón Cuadros, unha das persoas que me inspiraron para ser quen son, igual que o profesor de Filosofía, Luciano.

Algún mérito terá.

Quizais sexa o único astrónomo. Hai xente á que lle gustan as estrelas coma a min, pero xente que desenvolveu a astronomía como eu a desenvolvín, tanto coa ciencia como coa comunicación científica, así como a nivel de formación, pois si que é verdade que non coñezo a ninguén. Se hai algún astrónomo por aí que non coñeza e nos estea lendo, estarei encantado de quedar con el para saír observar en Sarria.

Para min é moi importante porque, desde que era pequeno, desexaba atoparme en Sarria con alguén que tivese a mesma paixón ca min e fose comigo observar as estrelas para non ir só ao San Marco.

É tan especial o ceo de Sarria para ver as estrelas?

Que crecese en Sarria é o que fixo que sexa astrónomo, porque eu saía da miña casa pola noite e vía un ceo espectacular, como non se ve en ningunha outra cidade de Galicia. Se vivise nunha gran cidade, non vería un ceo estrelado que me gustase tanto como para dedicarme a isto. O raro é que non haxa máis. E respecto ao porqué, o principal factor de que se vexan tan ben as estrelas en Sarria é a escasa contaminación luminosa. Cando era pequeno había menos desenvolvemento urbano e, polo tanto, víase mellor, pero segue sendo un lugar moi favorable para a observación, aínda a pesar de que empeoraron moitísimo as condicións nos últimos anos, máis farois, máis casas, máis núcleos de poboación. O ceo de Sarria, sobre todo en altitude no San Marco, é un dos mellores ceos que se poden ver en Europa.

Traballou no Observatorio do Teide do Instituto de Astrofísica de Canarias, alí tamén se ve un bo ceo.

O da Palma seguramente está na lista dos tres mellores ceos do mundo. O de Tenerife, pola forma na que está deseñada a illa, é un pouco peor, pero tamén é un ceo extraordinario. Pero, mesmo así, hai noites nas que o ceo de Sarria pode ser tan espectacular como unha boa noite de Tenerife.

Tamén participa en actividades de divulgación científica, non?

Si. O que máis me gusta é saír co telescopio observar e isto sabían os meus amigos, especialmente Iván Quiñoá, de La Unión, quen me propuxo levar a cabo obradoiros co telescopio cos meus veciños. Eu, encantado, porque son actividades que che gusta facer e, cando che gusta moito facer algo, queres compartilo. Igual que cando me chaman do Concello de Sarria para dar unha charla sobre a eclipse ou vir facer unha observación, pois vou encantado de facelas e de que conten comigo. É o lugar no que máis contento estou de facer cousas. De feito, a primeira vez que fixen unha observación en Sarria, viñeron un montón de amigos meus de toda Galicia, porque sabían que me facía moitísima ilusión dar unha charla en Sarria. Por iso, non espero que me chamen para máis actividades, senón que se preparen se non me volven chamar para facer cousas. (risas)

Este ano vaise producir un fenómeno astronómico de moita relevancia: a eclipse total de sol.

Unha eclipse total de sol é un fenómeno completamente diferente aos fenómenos dos que se fala normalmente, como superlúas cheas, aliñacións planetarias, de cometas... Agora si que vén un fenómeno totalmente espectacular, que é unha eclipse total de sol. Non hai nada máis espectacular; nin auroras boreais, nin ferverzas, nin voar no Cañón do Colorado, non hai nada que se pareza a unha eclipse total de sol. É un fenómeno único na vida e temos a sorte de que nas nosas vidas



vaia ocorrer en Sarria. Hai que ter unhas lentes para eclipse para as fases parciais, para a totalidade non fai falta nada, e logo buscar un lugar no que se vexa a eclipse, que é o 12 de agosto ás 20:28 horas en Sarria. Quero animar a todos os meus veciños a que, por favor, fagan todo o posible por non perdelo.

Onde vai ver vostede a eclipse total de sol?

Espero que onde estea despexado. Ao ser tan especial, espero velo desde a miña casa, desde a eira da miña casa. Pero sei que moi probablemente o vexa no coche co portátil ao lado perseguindo un claro e mirando a previsión meteorolóxica porque o tempo cambia en agosto e, como na película Twister, que busca un tornado, eu buscaría un claro para ver a eclipse total de sol, porque para min é moi importante. Unha parte importante da eclipse é que o Sol cambia por un Sol eclipsado coa coroa solar arredor, que é espectacular. É dicir, a Lúa colócase no centro e vese un círculo negro e ao redor unha especie de fantasma que é o espectacular do Sol. O Sol non desaparece, senón que se converte noutro tipo de fenómeno que se parece un pouco ao ollo de Sauron,

e vai estar moi baixo. E en agosto é moi doado que se formen nubes de evolución pola tarde que tapen o ceo baixo. De feito, en agosto é moi habitual que ao principio da noite haxa nubes baixas no horizonte, que poden impedir ver a eclipse ou, polo menos, a coroa solar.

Por último, e entrando nun terreo escabroso, pódese vivir da ciencia?

Dígoo moitas veces cando me convidan a dar unha charla: os astrofísicos sempre estamos pedindo diñeiro. En España temos formados científicos dun nivel espectacular e non hai sitio para os científicos. A vida da academia científica é extremadamente dura e moi vocacional, porque tes que pasar un deserto terrible ata conseguir unha praza fixa e que che dean un salario e un lugar dignos, cando a túa formación é espectacular. Entón, si que é verdade que tanto en Sarria como en España formamos aos mellores científicos do mundo. Os astrofísicos pedimos un salario que nos dea para tres comidas quentes ao día, unha casa para vivir e irnos de vacacións de vez en cando, pero é difícil chegar a iso. Son moitos anos, moito esforzo e moito papeleo; e iso chégache con 40 anos, unha mágoa.

GALICIA XA

GRAZAS!

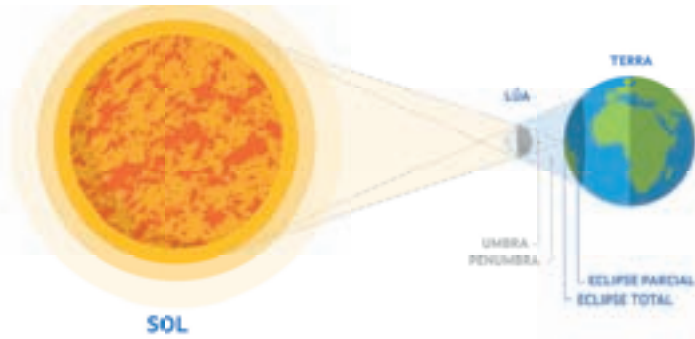
Somos o medio lucense con máis páxinas vistas*

O fenómeno astronómico do século

O mércores 12 de agosto de 2026 terá lugar un eclipse total de Sol na península Ibérica, un fenómeno histórico de gran relevancia científica e social que atraerá milleiros de persoas e converterá o ceo nun gran espectáculo natural

O serán do mércores 12 de agosto de 2026 quedará gravado na historia da astronomía e tamén na memoria colectiva da cidadanía. Ese día terá lugar a primeira eclipse total de Sol visible desde a península Ibérica en máis de cen anos, un acontecemento extraordinario que non se repetirá ata ben entrado o século XXI. Fontes da Comisión Nacional da Eclipse explicaron que “este evento é excepcional pola súa localización, duración e condicións de observación; España sitúase nun tramo privilexiado da franxa de totalidade, coincidindo coa posta de sol”. A franxa de totalidade cruzará España de oeste a leste, atravesando numerosas capitais de provincia como A Coruña, Oviedo, León, Bilbao, Zaragoza, Valencia ou Palma. Tal como salientou un astrónomo consultado, “o fenómeno ocorrerá cando o Sol estea moi próximo ao horizonte, o que obriga aos observadores a escoller puntos de observación sen obstáculos cara ao oeste”.

Os meteorólogos indican que, ao producirse en pleno verán, “as probabilidades de ceos despeixados son elevadas en boa parte do país”, un factor que xoga a favor de todas as persoas interesadas en contemplar a eclipse de forma segura. “En comparación con Islandia, onde as nubes reducen practicamente a cero as opcións de observación, España será practicamente o único lugar en terra firme con posibilidades reais de ver o fenómeno en boas condicións”, asegurou un portavoz do Servizo Meteorolóxico Nacional.



GALICIA

Galicia terá un papel destacado neste fenómeno astronómico. A franxa de visibilidade abarca unha ampla zona comprendida entre Estaca de Bares e a comarca ourensá de Valdeorras, atravesando 143 concellos, o que supón o 45,6 % do territorio galego. Segundo o Instituto Xeográfico Nacional, “na Coruña e en Lugo a eclipse será total, mentres que en Ourense e Pontevedra poderá verse de forma parcial, coa máxima cobertura solar dependendo da localización exacta”.

As horas previstas para a totalidade son precisas. Na Coruña, a eclipse total comezará ás 20.27.37 horas e rematará ás 20.28.51. En Lugo, a totalidade producirase entre as 20.28.02 e as 20.29.25 horas. En Ourense, onde o fenómeno será parcial, o máximo terá lugar arredor das 20.29.54, mentres que en Pontevedra situarase sobre as 20.29.50 horas.

O primeiro punto de Galicia onde se poderá observar a eclipse completa será o Cabo de Estaca de Bares, no municipio de Mañón. Pola contra, o último lugar do territorio galego será A Veiga, na fronteira con Porto. “A duración da fase de totalidade é

moi breve, pero intensa; na Mariña de Lugo oscilará entre nove segundos e un minuto e corenta e nove segundos, o que requirirá unha observación atenta e segura”, indicou un técnico da Comisión Nacional de Astronomía.

HISTORIA

A eclipse do 12 de agosto de 2026 será a primeira eclipse total visible desde España desde 1912. Este fenómeno abrirá a chamada “triada de eclipses ibéricas”, xa que o 2 de agosto de 2027 haberá outra eclipse total e o 26 de xaneiro de 2028 unha eclipse anular. “A importancia deste tríptico de eclipses é enorme; cada un deles ofrece oportunidades únicas para a investigación científica e a educación cidadá”, sinalou o director da Comisión Nacional da Eclipse.

A cidadanía mostrou gran expectativa. Un veciño de A Mariña comentou: “Nunca pensamos que poderíamos ver unha eclipse total desde a nosa vila, é algo que contaremos aos nosos netos”. Outro engadiu: “Ver como a luz do Sol desaparece detrás da Lúa, aínda que sexa por un minuto, cambia a perspectiva de calquera sobre o cosmos”.

Os organismos científicos sinalaron



SEGURIDADE

A observación directa do Sol entraña **riscos serios** para a vista. Un especialista en óptica explicou que “a radiación que emite o Sol, desde o infravermello ata o ultravioleta, pode danar permanentemente a retina e producir cegueira”. Os técnicos lembran que “a observación directa sen protección é extremadamente perigosa; calquera aparato óptico como prismáticos, telescopios ou cámaras pode concentrar a luz e danar o ollo de maneira inmediata”. As denominadas **gafas de eclipse**, adquiridas en establecementos especializados ou planetarios, están deseñadas para observar o Sol con seguridade durante períodos curtos, inferiores ao mi-

nuto. “Convén comprobar que non presenten raspaduras, perforacións, arañazos, roturas ou dobreces antes de empregalas”, advertiu un membro da Comisión Nacional de Astronomía. Aconséllase tamén probar as gafas mirando unha fonte de luz segura, como unha bombilla de incandescencia, antes de usalas co Sol.

Filtros profesionais son tamén unha opción. “Estes dispositivos reducen a luz visible e filtran todas as lonxitudes de onda perigosas para o ollo, reducindo a radiación solar en factores de 30.000 ou máis, equivalente a ver un cuarto crecente de lúa”, explicaron os técnicos.




ATENCIÓN FAMILIAR
SOMOS ESPECIALISTAS EN CARNE FRESCA, CO CORTE AO GUSTO DO CLIENTE
DESCUBRE O NOSO EMBUTIDO DE A FONSAGRADA

HORARIOS DE LUNS A SÁBADO
Horario continuo de 9:00 a 21:00 h.
DOMINGOS E FESTIVOS
De 10:30 a 14:00 h.

RÚA DIEGO PAZOS 47, SARRIA
www.facendafarruquino.gal



Tapisa, s.l.
TU FÁBRICA DE SOFÁS A MEDIDA

¡RETAPIZAMOS TU VIEJO SOFÁ!

982 533 165
646 599 185
Crta. Comarcal 546, km 21 Sarria



que, aínda que cada ano prodúcense polo menos dúas eclipses solares en diferentes puntos do planeta, “poder observalos sen saír do propio país é algo extraordinario”. Por iso, a Comisión Nacional de Astronomía puxo en marcha plans de coordinación e divulgación para garantir información rigorosa e recomendacións de seguridade para toda a cidadanía.

TURISMO

Para aqueles que buscan unha experiencia única e para o turismo científico que xa comeza a moverse, hai varios lugares con vantaxe competitiva. Os destinos Starlight, territorios certificados internacionalmente pola calidade do seu ceo nocturno e baixa contaminación lumínica, serán especialmente relevantes. “En Galicia contamos con nove destes territorios e en catro deles, todos situados en Lugo, a eclipse será visible na súa totalidade”, destacou un representante de Turismo Científico da Xunta. Na provincia de Lugo, os destinos Starlight onde se poderá contemplar a eclipse total son Chantada, Muras e a Reserva da Biosfera dos Ancares Lucenses e montes de Navia, Cervantes e Becerreá. No resto

de Galicia destacan o Parque Nacional das Illas Atlánticas, a Costa da Morte, Pena Trevinca, Lalín e a Reserva da Biosfera Mariñas Coaruñas. “Para nós, este evento é unha oportunidade para mostrar a riqueza natural e científica de Galicia, combinando turismo, educación e investigación”, engadiu o portavoz. O concelleiro de Turismo de Lugo afirmou que “a eclipse do 12 de agosto é un fenómeno histórico, que non só ofrece un espectáculo visual, senón tamén unha experiencia educativa única. Animamos aos visitantes a aproveitar este evento para coñecer o noso territorio, sempre respetando as medidas de seguridade”.

EDUCACIÓN

A Comisión Nacional da Eclipse tamén lanzou programas educativos para escolas e centros culturais. “Queremos que os estudantes aprendan a observar o Sol de forma segura e comprendan a magnitude do fenómeno”, sinalou unha representante. As actividades inclúen talleres de proxección, explicacións sobre a dinámica Terra-Lúa-Sol e observación guiada mediante prismáticos seguros. Ademais, asociacións astronómicas locais ofre-

céronse para organizar charlas e rutas guiadas en zonas Starlight. “A participación cidadá é fundamental; queremos que o público vivencie a eclipse con seguridade e que tamén aprenda sobre ciencia”, indicou un coordinador.

A presenza de turistas e afeccionados á astronomía en Galicia está a aumentar. “As reservas de aloxamento están en máximos históricos”, asegurou un empresario da Mariña, que engadiu que “moitos visitantes combinan a observación da eclipse con rutas culturais, sendeirismo e turismo rural, aproveitando a singularidade deste evento”.

TECNOLOXÍA

A observación profesional tamén estará garantida por equipos especializados. “Institutos e universidades instalarán cámaras e telescopios con filtros de alta calidade para documentar a eclipse e facilitar transmisións en tempo real”, explicou un científico. Estes dispositivos permitirán seguir a evolución da eclipse desde múltiples puntos, ofrecer datos precisos e estudar a coroa solar, a actividade da Lúa e outros fenómenos asociados. A tecnoloxía tamén terá un papel divulgativo. “Imos difundir o evento a través de redes sociais, aplicacións educativas e transmisións en directo para que quen non poida asistir poida vivir a eclipse desde calquera lugar do mundo”, sinalou a coordinadora da Comisión Nacional da Eclipse.

Nos últimos meses desde a Xunta intensificáronse tamén os traballos de coordinación e divulgación arredor da eclipse total. A administración e entidades científicas están a preparar dispositivos especiais para facilitar unha observación segura e organizada ante a gran afluencia de visitantes que se prevé en Galicia. Entre as medidas adoptadas figura a creación dun portal informativo específico con datos actualizados sobre horarios, zonas de observación, previsións meteorolóxicas, reco-

mendacións de seguridade e mapas interactivos que permitirán consultar as características do fenómeno en cada concello galego.

A planificación inclúe ademais simulacións técnicas e probas de aforo en distintos puntos do territorio, coincidindo estes días cunha posición solar practicamente idéntica á que terá o 12 de agosto de 2026. Os equipos de coordinación están a traballar especialmente en cuestións relacionadas coa mobilidade, os accesos, a protección civil e a conservación dos espazos naturais que poderán rexistrar unha elevada concentración de persoas durante o evento astronómico.

DEPUTACIÓN

Na provincia de Lugo, considerada un dos mellores lugares para contemplar a eclipse total, a Deputación de Lugo puxo en marcha unha ampla campaña divulgativa e educativa co obxectivo de preparar á cidadanía ante este acontecemento astronómico excepcional.

A programación inclúe conferencias, charlas informativas e actividades científicas destinadas a achegar o fenómeno ao público e explicar tanto o seu valor astronómico como as medidas necesarias para observalo con seguridade. Especialistas en astrofísica e divulgación científica están a percorrer distintos puntos da provincia explicando as características da eclipse, os mellores lugares para a súa observación e a importancia de empregar lentes homologadas e sistemas de protección adecuados. Ademais, a Deputación prevé distribuír material informativo e dispositivos de observación entre a veciñanza, así como desenvolver novas actividades nas diferentes comarcas para converter a eclipse non só nun acontecemento científico excepcional, senón tamén nun impulso para o turismo, a divulgación e a posta en valor do territorio.

MÉTODOS

Outra forma segura de contemplar o eclipse consiste en proxectar a imaxe do Sol sobre unha superficie branca. “Cando a luz se dispersa sobre un papel, parede ou pantalla, só unha pequena fracción pasa polo buraco ou filtro, permitindo unha observación totalmente segura”, sinalou un profesor de física.

CARTOLINAS. O método máis simple consiste en usar dúas cartolinas opacas, unha delas con pequeno buraco. Colocándose de costas ao Sol, a cartolina furada proxecta a luz na segunda cartolina situada a varios palmos de distancia. “Segundo o tamaño do buraco, a imaxe será máis ou menos nítida; a práctica e os ensaios son fundamentais para obter un resultado óptimo”, engadiu.

ESPELLO. Con un pequeno espello cuberto cun papel ao que se recorta un buraco de medio centímetro tamén é posible proxectar a imaxe sobre unha parede. “A forma do buraco non é crucial; a proxección mantén o disco solar e, se o eclipse é parcial, mostra a sombra correspondente. Incluso podemos facer varios buracos e comparar as proxeccións”, explicou un técnico de divulgación científica.

PRISMÁTICOS. A proxección con prismáticos ou telescopios ofrece unha imaxe máis luminosa, pero tamén maiores riscos. “O sobrequecemento do aparato pode danalo e calquera observación directa sen protección pode ser cegadora. Cómpre orientar a pantalla de proxección correctamente e manipular coidado o enfoque”, engadiu o experto.

A domicilio sabe mellor

PIZZERIA PAPARAZZI
100% ITALIANI

¡¡OFERTAS ESPECIALES!!

-50% en la segunda pizza familiar

-25% en la segunda pizza mediana

Martes
Familias de Jamón a Bacon
8€

Servicio a domicilio
Bos Diego Pazos, 30 - Balao Sarria
982 012 026

COMIDA PARA LLEVAR

cafe CUBAN bar

1º PREMIO XV CONCURSO DE TAPAS TAPICHEO'22

Matias López 100, SARRIA - cafeteriabarubano@gmail.com
Tfno.: 982 886 580

COMARCA

Preséntase un novo volume sobre a tradición oleira de Lugo desde unha perspectiva técnica



Presentado o libro 'Conciencia dunha tradición. Olería de Mondoñedo, Bonxe, Samos e Gundivós', unha obra editada polo Servizo de Publicacións da Deputación de Lugo que continúa o traballo de investigación e divulgación sobre a tradición oleira da provincia. O volume está asinado por Luís Hixinio Flores Rivas, Óscar Lantes-Suárez, María Pilar Prieto Martínez, Manuel Fernández López "Lolo" e Orlando Viveiro Veiga, autores desta terceira entrega da colección Formas tradicionais da cerámica popular.

A publicación dá continuidade a dúas obras monográficas anteriores dedicadas á olería de Samos e á de Bonxe, ampliando a información etnográfica e antropolóxica relacionada con estes centros artesanais, incluíndo aspectos como as zonas de extracción da arxila, os mercados nos que comercializaban as pezas, os percorridos habituais ou os fornos empregados. Nesta nova pu-

blicación, o estudo céntrase especialmente nas formas da cerámica desde unha óptica técnica.

A obra ofrece tres formas de presentación das pezas e incorpora unha análise arqueométrica inédita aplicada á cerámica popular, unha metodoloxía que permite coñecer o interior das pezas e comprender como foron modeladas e construídas, facilitando así que novas xeracións poidan continuar elaborándoas.

O vicepresidente da Deputación, Efren Castro, subliñou a importancia de documentar a tradición oleira da provincia mediante un enfoque técnico e rigoroso, sinalando que esta fórmula representa unha alternativa esencial á transmisión oral que durante séculos permitiu manter viva a actividade destes centros artesanais. Ademais, destacou que os oficios vinculados á artesanía contan cun importante potencial de desenvolvemento.

O Ciclo Mestre Mateo volve a percorrer a provincia de Lugo

A membro da xunta directiva da Academia Galega do Audiovisual, Lucía Regueiro, e a deputada de Cultura da Deputación de Lugo, Iria Castro, presentaron esta mañá unha nova edición do Ciclo Mestre Mateo na provincia, o circuito de cinema galego que achega as producións máis destacadas do audiovisual galego a concellos sen salas comerciais.

Os concellos da A Fonsagrada, Foz, A Pobra do Brollón, Monterroso, Taboada, Meira, Sarria e Vilalba acollerán as proxeccións desta nova edición do ciclo, que continúa achegando o audiovisual galego a vilas sen salas comerciais e reforzando a rede cultural da provincia.

Nesta edición, o público poderá ver un total de oito títulos: 'Sirât', 'As liñas descontinuas', 'Antes de nós', 'San Simón', '360 curvas', 'O son da nova regueifa', 'Deuses de pedra' e 'O silencio herdado'.

O apoio da Deputación foi clave para o éxito da iniciativa nestes catro anos, nos que se levaron a



cabo 232 sesións de cinema, que reuniron un total de 6.010 espectadores e espectadoras. Estes datos consolidan o ciclo como un dos proxectos culturais con maior implantación territorial na provincia de Lugo. Nesta liña, Lucía Regueiro sinalou que "estamos seguros de que a calidade das películas seleccionadas nesta edición 2026 e a resposta do público darán continuidade a estes excelentes resultados de asistencia".

Durante estes anos na provincia de Lugo participaron xa numerosos concellos, cun total de 40 películas proxectadas, 232 sesións de cinema e 6.010 espectadores e espectadoras.

A deputada de Cultura, Iria Castro, valorou "a continuidade deste ciclo que puxemos en marcha da man da Academia Galega en 2022 para achegar o audiovisual en galego a vilas que non contan con salas comerciais".

O Alto do Castro acollerá o 4 de xullo a Romaría dos Catro Cabaleiros

O vindeiro 4 de xullo, o Alto do Castro converterase nun punto de encontro intermunicipal coa celebración da Romaría dos Catro Cabaleiros, unha cita xa consolidada que combina música, gastro-

nomía e actividades de lecer nun ambiente festivo e de convivencia entre concellos da comarca.

O programa arrancará ás 12.30 horas cunha sesión vermú amenizada polo grupo Érbedo, que

dará inicio a unha xornada pensada para o encontro veciñal e o disfrute ao aire libre. Ás 14.00 horas está previsto o tradicional xantar de romaría, no que os asistentes poderán compartir mesa nun ambiente popular e distendido.

Pola tarde, a festa continuará a partir das 18.30 horas cunha actuación musical a cargo do grupo Courelouzara, que poñerá o broche sonoro a unha xornada marcada pola música e a participación.

Ademais da programación musical e gastronómica, ao longo do día haberá xogos populares, sorteos e servizo de bar para todas as persoas asistentes, completando así unha oferta pensada para todas as idades.

A organización conta coa colaboración dos concellos de O Incio, A Pobra do Brollón, Folgoso do Courel e Samos, que se suman a esta celebración tradicional que pon en valor a unión entre territorios veciños e a dinamización do rural.

maderas grandas

MADERAS Y DERIVADOS

PUERTAS

ARMARIOS

COCINAS Y COMPLEMENTOS

TABLEROS Y TARIMAS

San Julián de la Vega s/n, 27614 SARRIA (Lugo)

Tel. 982 533 505 - Fax 982 531 731

www.maderasgrandas.com | info@maderasgrandas.com

FONTANERÍA Y GAS

VILAR VALCARCEL

AEROTERMIA

••

SUELO RADIANTE

••

BIOMASA

••

INSTALACIONES DE CALEFACCIÓN, FONTANERÍA Y GAS

••

JOSÉ LUIS VILAR LOSADA

C/ Portomarín, 17 • C/ Arias de Arbieta s/n

27600 Sarria (Lugo) • Telf/Fax: 982 531 449

Móvil: 659 589 024 • vilavalcarcel@hotmail.com

Láncara, Paradela e Samos xa contan cun novo obradoiro de emprego

A Xunta de Galicia destina 454.500 euros ao financiamento do obradoiro dual de emprego Os Soutos II, unha iniciativa promovida polo Concello de Láncara en colaboración cos Concello de Paradela e Concello de Samos. O programa permitirá formar durante nove meses a unha vintena de persoas desempregadas, combinando aprendizaxe teórica e práctica con experiencia laboral real. O taller ofrecerá formación en dúas especialidades. A primeira delas será 'Actividades auxiliares en conservación e mellora de montes', na que participarán 14 alumnos e alumnas. A segunda corresponde a Operacións auxiliares de acabados ríxidos e urbanización, con seis persoas inscritas. Este tipo de obradoiros teñen como obxectivo mellorar a empregabilidade das persoas participantes mediante unha formación que combina coñecementos teóricos e prácticos coa realización de traballos de utilidade pública nos municipios implicados.



No marco deste proxecto desenvolveranse diversas actuacións de acondicionamento e mellora en espazos públicos de Láncara, Paradela e Samos. No caso de Láncara, os traballos centraranse no acondicionamento do paseo do ferrocarril, unha actuación orientada á mellora deste espazo de uso veciñal.

En Paradela, as intervencións incluírán actuacións nos miradoiros da Adegas dos Penegos, Cabo de Vila e

Santa Marta, ademais de melloras nos exteriores do colexio público e na parcela destinada ao mercado municipal.

Pola súa banda, en Samos, está prevista a renovación de beirarrúas tanto no casco urbano como no núcleo de Castroncán para favorecer a accesibilidade. O programa contempla tamén actuacións de mellora en dúas fontes e traballos de mantemento no CEIP do municipio.

A Xunta executou actuacións de prevención de incendios no distrito forestal IX Lugo-Sarria



A Consellería do Medio Rural está a desenvolver traballos de prevención de incendios forestais en máis de 60 hectáreas pertencentes ao distrito forestal IX Lugo-Sarria. Os traballos céntranse na mellora de cortalumes, faixas auxiliares e pistas forestais nos concellos do Incio, Friol, Lugo e Samos, cun investimento superior aos 400.000 euros. Segundo destacou a responsable autonómica, estas infraestruturas desempeñan un papel fundamental na prevención dos lumes forestais ao facilitar unha mellor preparación e capacidade de resposta fronte ás emerxencias.

A conselleira do Medio Rural, María José Gómez, comprobou os labores de mantemento que se están levando a cabo nun dos puntos de auga situados no Incio. Estas actuacións son habituais nesta época do ano e teñen como obxectivo garantir que estas instalacións estean plenamente operativas de cara á campaña de alto risco de incendios.

María José Gómez lembrou que boa parte das tarefas preventivas corresponden aos propietarios dos terreos e montes. Con todo, subliñou que a Xunta realiza anualmente un importante esforzo mediante actuacións

executadas polo persoal dos distritos forestais e a través de encargos específicos para reforzar estes traballos.

A titular de Medio Rural incidiu en que a prevención continúa a ser unha das principais prioridades do Goberno galego. Nesta liña, destacou que o orzamento destinado a este ámbito experimentou este ano un incremento do 50 % respecto ao exercicio anterior, alcanzando os 75,38 millóns de euros. Estes fondos permitirán impulsar actuacións como o mantemento de áreas cortalumes, a creación de faixas auxiliares, a mellora da rede de pistas forestais e a realización de queimas prescritas.

Ademais, a conselleira puxo en valor as axudas destinadas ás comunidades de montes para desenvolver labores preventivos e os convenios subscritos cos concellos para a dotación de maquinaria, brigadas e motobombas.

A Consellería do Medio Rural tamén ofrece apoio a propietarios e administracións locais mediante o novo convenio para a xestión da biomasa nas faixas secundarias, subscrito coa empresa pública Seaga, cunha dotación anual de 25 millóns de euros.

Medio Ambiente autorizou a construción de dous parques eólicos

O Diario Oficial de Galicia (DOG) publicou dúas resolucións da Consellería de Medio Ambiente e Cambio Climático polas que se concede a autorización administrativa previa e de construción a dous novos parques eólicos promovidos por Naturgy Renovables na provincia de Lugo.

Un dos proxectos corresponde á ampliación do parque eólico Monciro, que se localizará entre os concellos de Castroverde e Pol. A instalación

contará cunha potencia de 6,93 megavatios (MW) e un investimento próximo aos 17 millóns de euros. O proxecto inclúe a instalación de dous aeroxeradores, dous centros de transformación, unha rede colectora soterrada e outras infraestruturas complementarias necesarias para o seu funcionamento.

A segunda iniciativa é o parque eólico Montelora, que se situará nos municipios de Láncara, Baralla, Cas-

troverde e Baleira. Neste caso, a potencia prevista ascende a 25 MW e contará con cinco aeroxeradores. O investimento estimado tamén ronda os 17 millóns de euros.

Coa publicación destas autorizacións no DOG, ambos os dous proxectos avanza na súa tramitación administrativa para a súa futura execución, reforzando a aposta pola xeración de enerxía renovable na provincia de Lugo.



INVISTE EN PARADELA

FAI REALIDADE O TEU PROXECTO: VIVEIRO DE EMPRESAS E POLÍGONO INDUSTRIAL.



O Concello de Paradela programa nove viaxes á praia en xullo e agosto



O Goberno local deu a coñecer a programación das Viaxes á Praia Verán 2026, unha iniciativa que permitirá á veciñanza desfrutar de distintas xornadas en localidades costeiras galegas ao longo dos meses de xullo e agosto.

As saídas previstas para o mes de xullo serán o día 2 a San Cibrao, o día 9 a Laxe, o 16 a Boiro, o 23 a Pontedeume e o día 30 a Foz. Xa durante o mes de agosto, as viaxes continuarán o día 6 a Viveiro, o día 13 a Ribeira, o 20 a Ares e o 27 a Miño.

Todas as saídas realizaranse ás 8:30 horas desde diante do Centro Polifuncional Xesús Mato.

No referente aos prezos, as persoas empadroadas no Concello de Paradela deberán aboar 7 euros no caso de ter máis de 14

anos, mentres que as de 14 anos ou menos poderán participar de maneira gratuíta. Para as persoas non empadroadas, o custo será de 12 euros a partir dos 14 anos e de 6 euros para menores desa idade. Desde a organización lembran que a comida correrá por conta das persoas participantes e destacan que esta actividade está cofinanciada polo Concello.

As persoas interesadas en participar deberán realizar a inscrición previamente nas oficinas municipais entre o luns e o mércores anterior a cada saída.

Ademais, non se admitirán inscricións despois das 14:00 horas do día previo á celebración da viaxe. O Concello tamén habilitou o teléfono 982 541 101 para formalizar as anotacións.

A oferta estival baséase nun campamento e a apertura da piscina

O Concello de Paradela volverá impulsar este verán unha nova edición do campamento "Lecer en Paradela", unha iniciativa destinada a nenos e nenas de entre 3 e 12 anos que busca ofrecer alternativas de ocio, deporte e aprendizaxe durante o período estival ao tempo que facilita a conciliación familiar.

O campamento desenvolverase entre o 1 de xullo e o 31 de agosto, en horario de 9.00 a 14.00 horas, e terá como escenario principal o polideportivo do CEIP de Paradela. A organización habilitará un total de 30 prazas, ofrecendo diferentes modalidades de participación por meses completos, quincenas ou semanas co propósito de adaptarse ás necesidades das familias.

Terán prioridade os nenos e nenas empadroados no municipio, aínda que tamén poderán participar menores con vinculación familiar con Paradela. No caso de quedar prazas libres, admitirase a outros participantes seguindo a orde de inscrición.

Durante o desenvolvemento da actividade combinaranse propostas lúdicas, deportivas e educativas



adaptadas ás distintas idades. O programa inclúe actividades tanto nas instalacións escolares como na piscina municipal e noutras localizacións da contorna, co obxectivo de ofrecer unha experiencia dinámica baseada no xogo, a actividade física e a convivencia.

Desde o Concello destacan que esta iniciativa busca converterse nun apoio para as familias durante as vacacións escolares, proporcionando aos menores un espazo de entretemento e aprendizaxe no que tamén se fomenten valores sociais e hábitos saudables.

Ademais desta actividade, a progra-

mación estival no municipio completárase coa apertura da piscina municipal para a nova tempada de verán. As instalacións abrirán ao público o próximo 1 de xullo e permanecerán en funcionamento ata o 31 de agosto. O recinto estará dispoñible todos os días entre as 12.00 e as 20.00 horas, ofrecendo unha alternativa de lecer e descanso durante os meses de maior calor.

Desde o Concello animan á veciñanza a aproveitar este espazo tanto para desfrutar dunha xornada en familia como para compartir tempo con amizades ou gozar dun momento de relax durante o verán.

A Deputación inviste 287.000 euros na estrada entre Pacios e Mosteirovello

A Deputación de Lugo destinará un investimento de 287.702,17 euros á rehabilitación de preto de catro quilómetros da estrada LU-P-4201, no municipio de Pa-

radela, unha vía que conecta as localidades de Pacios e Mosteirovello.

O prazo estimado para a execución das actuacións previstas

será de catro meses e desenvolverase no tramo comprendido entre os puntos quilométricos 4,17 e 8 e permitirá mellorar as condicións de circulación e seguridade nesta infraestrutura viaria.

O proxecto contempla diferentes actuacións orientadas á renovación integral da estrada, entre elas a reapertura de cunetas, a mellora do firme mediante a aplicación de aglomerado en quente e a reposición da sinalización horizontal e vertical.

Ademais dos traballos de acondicionamento da vía, tamén se construíra un paso elevado nas proximidades do CEIP de San Miguel, unha actuación destinada a incrementar a seguridade do tráfico nun punto considerado especialmente sensible pola presenza habitual de escolares.

A deputada Pilar García Porto destacou a importancia desta intervención e lembrou que "con esta actuación damos resposta a unha vella demanda dos veciños e veciñas da zona".

SONDEOS CORDERO
Especialistas en pozos de barrena

Más de 30 anos de experiencia traballando na comarca de Sarria

- Distintos diámetros de perforación desde 125 mm hasta 200.
- Electrobombas solares y eléctricas.
- Hacemos pozos dependiendo de las necesidades de cada cliente.

¡PIDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO!

Tfno.: 629 070 720
Triacastela Lugo

info@casasneiras.com
Tel.: 982 986 084 | 698 163 989

A TRADICIÓN DA CASA

<p>EN SARRIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Supermercado A Pontevela • Supermercado Javi (Cruce da Estación) • Carnicerías Estación • Alimentación Plaza Galicia 	<p>EN LÁNCARA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Casa Enríqueta <p>NA POBRA DE SAN XIAO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comercial Luseiro
---	--

Os nenos e nenas de Láncara desfrutarán de actividades este verán

O Concello de Láncara organiza actividades de verán, unha oferta destinada a nenos e nenas de entre 8 e 17 anos que combina deporte, convivencia e lecer a través de dúas iniciativas: o Mundialito de Fútbol Sala e o Verán Campus Xuvenil. A primeira das propostas desenvolverase entre o 29 de xuño e o 31 de xullo en horario de 09.00 a 14.00 horas. A actividade incluírá adestramentos, un torneo mixto, charlas, reportaxes e unha revista especial dedicada á terceira edición desta iniciativa.

Pola súa banda, o Verán Campus Xuvenil 2026 celebrarase do 3 ao 28 de agosto, tamén en horario de 09.00 a 14.00 horas. O programa inclúe actividades deportivas, sendeirismo, andainas, xogos tradicionais, miniolimpiadas, accións de educación ambiental e charlas, entre outras propostas.

Para os máis pequenos, propoñen un campamento de verán Diver Ma-



ñas 2026, unha iniciativa destinada a nenas e nenos de entre 4 e 10 anos que se desenvolverá entre o 29 de xuño e o 28 de agosto.

Ao longo do verán, os participantes poderán gozar de numerosas actividades adaptadas ás súas idades, entre as que se inclúen talleres creativos, xogos dirixidos, actividades de

tempo libre e xogos de mesa e tradicionais. A iniciativa pretende ofrecer un espazo lúdico e educativo no que os máis pequenos poidan divertirse, compartir experiencias e aprender. O campamento contará cun horario xeral de 10.00 a 14.00 horas e cun horario ampliado de 08.30 a 14.30 horas para aquelas familias que precisen unha maior flexibilidade.

Sete actuacións viarias e a reforma do pavillón centran os novos investimentos

O Goberno local de Láncara pon en marcha de varios proxectos que suporán un investimento próximo aos 650.000 euros. As actuacións foron aprobadas polo goberno municipal e contarán con financiamento do Plan Deputación, de remanentes de programas provinciais, de fondos municipais e dunha axuda da Xunta de Galicia que se atopa pendente de resolución.

O paquete de investimentos inclúe sete intervencións destinadas á mellora da rede viaria e dos espazos públicos en diferentes puntos do municipio. Unha das actuacións previstas será a mellora da estrada de Láncara e dos accesos a Rebordelo, San Paio e Tourelle, cun orzamento de 43.462 euros.

Tamén se acometerá a adecuación do acceso a Crescón, cun investimento de 22.544 euros, co obxectivo de reforzar a seguridade e facilitar a mobilidade dos veciños desta zona. No núcleo da Pobra de San Xiao realízase unha reforma das beirarrúas no tramo comprendido entre a rúa Estación e Benigno Quiroga. Esta actuación contará cunha partida de 61.000 euros e permitirá mellorar a accesibilidade e a comodidade dos peóns.

Outro dos proxectos destacados será a rexeneración do pavimento en Airexe, Neira e San Paio de Neira, cun investimento de 92.634 euros destinado a renovar firmes deteriorados e optimizar as condicións de circulación.

A relación de actuacións complétese coa mellora do firme na vía que comunica Vilaleo co cemiterio, cun importe de 58.468 euros; a adecuación do camiño entre San Pedro, Carracedo e Os Vaos, que contará cun orzamento de 89.027 euros; e o acondicionamento de vías rurais en Vilouzán e Augalevada, a actuación de maior contía económica, con 129.132 euros.

Ademais destes proxectos viarios e urbanos, o Concello ten prevista a remodelación do pavillón polideportivo municipal. Esta intervención contará cun investimento adicional de 150.000 euros e permitirá mellorar as instalacións destinadas á práctica deportiva e ás actividades da veciñanza.

Láncara, protagonista no Congreso de Comunidades amigables coas persoas maiores



O Congreso de Comunidades amigables coas persoas maiores en áreas rurais que tivo lugar en San Sebastián acolleu o caso de Láncara, exposto pola Cooperativa Galega Xuvenil Atoupa, nada en Galicia e vinculada á Universidade da Coruña, que presentaron a súa visión sobre comunidades amigables coas persoas maiores en áreas rurais: reflexións sobre as oportunidades e retos do seu desenvolvemento en Galicia (España).

Láncara, con arredor de 2.500 habitantes, presenta unha elevada dispersión poboacional e un marcado envellecemento demográfico, xa que o 45,1 % da poboación ten 60 ou máis anos. O diagnóstico de amigabilidade realizouse seguindo as recomendacións metodolóxicas do Protocolo de Vancouver. Desenvolveuse unha metodoloxía mixta, cun perfil sociodemográfico inicial, entrevistas e grupos focais con 27 persoas

maiores e 17 entrevistas a profesionais, persoas cuidadoras e representantes de entidades. A dispersión territorial obrigou a adaptar a metodoloxía, organizando os grupos en tres zonas do municipio.

Os resultados mostran problemas, fortalezas e propostas. Entre os problemas destacan as dificultades de mobilidade nun territorio disperso con transporte público limitado, a falta de cobertura telefónica en zonas rurais e a escaseza de persoal de axuda no fogar e servizos sociosanitarios. Como propostas, recóllese a creación de transporte a demanda, melloras de accesibilidade e iluminación de camiños e máis actividades itinerantes para fomentar a socialización nas parroquias. Como fortalezas, destaca o papel da comunidade, dos pequenos comercios e das asociacións veciñais como "infraestruturas sociais", que favorecen a socialización e os vínculos comunitarios.

1000€ en 60 min

1-31
60x1000

13ª EDICIÓN

XULLO SARRIA

Junta de Galicia | Comercio Gallego

LIMPIEZAS ISABEL

674 467 444
641 171 951

LIMPIEZA DE:

- Comunidades de propietarios
- Post-obra de edificios y locales
- Pisos turísticos y albergues
- Garajes
- Comercios
- Cocinas de restaurantes
- Limpiezas en general

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

isabelimpiezas@gmail.com

O Páramo celebrará a XV Festa da Xuventude o vindeiro 10 de xullo

O Páramo acollerá o vindeiro 10 de xullo a décimo quinta edición da Festa da Xuventude, unha celebración que volverá reunir veciños e visitantes nunha xornada marcada pola gastronomía e a música.

A programación dará comezo ás 21.00 horas cunha churrascada popular organizada no recinto da festa. As persoas interesadas en participar deberán retirar previamente o correspondente ticket no bar habilitado para o evento. O prezo establecido para a cea será de 5 euros.

Tras a cea popular, a música tomará o protagonismo coa actuación do grupo Punto Clave, encargado de amenizar a noite festiva. A programación completárase cunha sesión musical a cargo da discoteca móbil COC Music, que contará coa participación dos DJs Casanova e Miguel de Cendo, prolongando a celebración ata altas horas da madrugada. A Festa da Xuventude chega así á súa décimo quinta edición consolidada como unha das citas festivas destacadas do verán no municipio.

O campamento e as viaxes á praia centran o verán na vila

O Campamento de Verán 2026 desenvolverase entre o 1 de xullo e o 31 de agosto. A iniciativa, destinada a nenos e nenas de entre 3 e 13 anos que teñan autonomía para realizar actividades básicas, terá lugar de luns a venres e excluindo os días festivos, entre as 10.00 e as 14.00 horas, aínda que os horarios de entrada e recollida serán orientativos para facilitar a conciliación familiar e a coordinación co equipo de monitores. O punto de entrega e recollida será no Centro Social do municipio.

O campamento desenvolverase en diferentes espazos municipais como o Polideportivo do Páramo, o Centro Social e o Campo da Feira, e estará coordinado por unha empresa especializada en actividades de tempo libre.

A programación ten como principal finalidade favorecer a conciliación da vida familiar e laboral

durante o período estival, ao tempo que ofrece aos máis pequenos unha alternativa de lecer e convivencia social mediante actividades adaptadas ás súas idades. Os participantes deberán levar auga, bocadillo para media mañá, viseira, roupa cómoda e calzado axeitado. Ademais, os monitores informarán ás familias de calquera necesidade adicional.

VIAJES Á PRAIA. O Concello do Páramo programa viaxes á praia neste verán en xullo, os días 1, 8, 15, 22 e 29, con destinos a Covas, en Viveiro; Miño; Foz; Pontedeume e San Miguel de Reinante; e en agosto, os días 5, 12, 19 e 26, con visitas a Ares, praia urbana de Burela, Tapia de Casariego, en Asturias, e Torno, en San Cibrao. Todas as saídas terán lugar ás 9.00 horas desde o Campo da Feira do Páramo, na Casa Amelia.

Comeza unha nova etapa política coa chegada de Benjamín García

Benjamín García Toirán é o novo alcalde do Páramo, que foi investido nun pleno extraordinario, culminando un relevo que xa se producira na práctica debido á prolongada ausencia de José Luis López por razóns de saúde. A candidatura de García Toirán recibiu os seis votos do Partido Popular, que mantén a maioría absoluta na Corporación municipal. Os tres representantes de Galicia Sempre votaron en contra, polo que o novo rexedor asumiu o bastón de mando co respaldo do seu grupo. Ademais, María Luisa Fernández tomou posesión como nova concelleira do PP. A sanitaria ocupaba o seguinte posto dispoñible na candidatura popular presentada ás eleccións municipais de 2023 e entra na Corporación para cubrir a vacante deixada por José Luis López.

O novo alcalde chega ao cargo cun amplo coñecemento da xestión municipal, xa que exercía as funcións da Alcaldía por substitución durante a enfermidade do anterior rexedor, José Luis López, que fixo efectiva a súa saída da Corporación nun pleno extraordinario celebrado a finais de maio. Así, Toirán asumiu competencias de dirección, xestión e resolución de procedementos administrativos.

A chegada de Benjamín García á Alcaldía dá continuidade á maioría conseguida en 2023 por José Luis López. O anterior rexedor iniciara a súa traxectoria política en 2019 á fronte da agrupación Todo polo Páramo, coa que chegou ao Goberno municipal mediante un acordo co representante socialista.

REUNIÓN CON ALFONSO VILLARES. Nos primeiros días tras asumir o cargo, o delegado territorial da Xunta en Lugo, Alfonso



Villares, reuniuse co rexedor, nun encontro no que analizaron diversas actuacións promovidas a través da colaboración entre a administración autonómica e o Concello. Entre os proxectos abordados figura un convenio asinado a través da Axencia Turismo de Galicia, que prevé un investimento de 93.100 euros destinado a potenciar o atractivo turístico local.

Entre as actuacións previstas inclúese a creación dunha área específica para o estacionamento e pernocta de autocaravanas nunha explanada próxima ao polideportivo municipal. O espazo contará cos servizos necesarios para atender este tipo de visitantes e ampliar a oferta turística do municipio. Tamén avanzaron en actuacións relacionadas coa mellora das infraestruturas viarias locais. Neste ámbito, a Consellería do Medio Rural destinará este ano 48.300 euros ao acondicionamento da vía que comunica Salgueiredo con Santa Andrea. Ademais, está prevista unha achega de 136.800 euros para a rehabilitación da estrada de Grallás, compartida entre O Páramo e Paradela. A estas actuacións súmase unha achega da Consellería de Presidencia, Xustiza e Deportes por valor de

34.100 euros destinada á pavimentación dos accesos a San Mamede da Ribeira.

ENCONTRO CON SENADORES. Paralelamente, os senadores populares José Manuel Balseiro e Juan Serrano tamén mantiveron unha reunión de traballo co novo alcalde, na que abordaron outro dos asuntos que o Concello considera prioritarios: as deficiencias nas telecomunicacións.

Segundo trasladou o rexedor, o municipio continúa presentando importantes problemas de cobertura móbil e a rede de fibra óptica aínda non alcanza a totalidade dos núcleos de poboación. Desde o PP lucense consideran que estas limitacións seguen afectando a veciños, empresas e administracións locais do rural e condicionan numerosas actividades da vida diaria.

Os populares tamén cuestionaron os datos facilitados polo Goberno central sobre os niveis de cobertura existentes na provincia ao considerar que a realidade que se vive no Páramo non coincide coas cifras que sitúan a cobertura 5G no 99,4 % da poboación lucense. Os senadores comprometéronse a trasladar a situación concreta do municipio á Cámara Alta.

Peluquería Isolina

Tu peluquería de confianza desde 1987

Avda de Castilla, 19 - Triacastela 617 403 579

CERVECERÍA PUB
El mejor ambiente todos los días hasta las 3 de la mañana

TAPAS CASERAS
y elaboradas de 19:30 a 23:00 h

LA MEJOR SESIÓN VERMÚ
sábados y domingos desde las 13:00 h

Disponemos de servicio de retransmisión de fútbol con los mejores partidos de Liga y Champions así como del resto de eventos deportivos

Rúa Da Liberdade, 126, 27600 Sarria

Avanzan en proxectos de emprego, infraestruturas e dinamización rural

O delegado territorial da Xunta en Lugo, Alfonso Villares, reuniuse co alcalde do O Incio, Héctor Corujo, dentro do programa de visitas institucionais que está a desenvolver polos distintos concellos da provincia. No encontro abordáronse algunhas das principais actuacións impulsadas grazas á colaboración entre a Administración autonómica e a local. Entre elas destaca a posta en marcha dun novo obradoiro dual de emprego destinado á formación de 20 persoas desempregadas dos municipios do Incio, Bóveda e A Pobra do Brollón. Esta iniciativa contará cun investimento de 454.500 euros por parte da Consellería de Emprego, Comercio e Emigración. No ámbito das infraestruturas tamén se destacou a cooperación entre ambas administracións para impulsar melloras de servizos en Trascastro e no núcleo rural de Eirexalba. O proxecto dispón dun orzamento de 100.000 euros procedentes da Consellería do Medio Rural, a través da convocatoria de axudas de 2026 destinada a reforzar servizos básicos locais que fa-



vorezan a dinamización económica e contribúan a fixar poboación nas zonas rurais.

Durante a xuntanza tamén se revisou a situación das principais liñas específicas de axudas municipais convocadas anualmente pola Consellería de Presidencia, Xustiza e Deportes. Neste sentido, lembraron que o pasado ano O Incio recibiu 35.000 euros da orde destinada á mellora de infraestruturas, fondos que se empregaron no acondicio-

namento dos camiños municipais da Veiga e A Cruz do Incio.

Por outra banda, Villares destacou que o Goberno galego financiará durante este verán no municipio o campo de voluntariado Territorio Sonoro, unha iniciativa de carácter artístico e cultural que desenvolverá actividades orientadas á promoción e valorización do patrimonio local. O programa está dirixido a mozos e mozas con idades comprendidas entre os 18 e os 30 anos.

O Festival Tremeterra celebrará a súa V edición os días 28 e 29 de agosto

O Festival Tremeterra celebrará os vindeiros 28 e 29 de agosto a súa quinta edición en Eirexalba, no Incio, convertendo o municipio nun punto de encontro para as persoas afeccionadas á cultura *sound system*.

A programación combinará actuacións musicais con obradoiros, debates abertos, espazos de convivencia, zona de comida e área de acampada, cun formato que busca unir música e natureza nun ambiente saudable e pensado para persoas de todas as idades, incluídas familias que cada ano participan nesta cita.

Os organizadores xa avanzaron parte do cartel desta edición. O primeiro día estarán presentes Dub Mono HiFi e Echo Fomics, mentres que a programación incluírá tamén a actuación de Dub Dynasty by Alpha Steppa e Alpha & Omega, unha proposta que reunirá dúas xeracións de referentes históricos do dub británico.

Entre os nomes confirmados figuran tamén Marian, integrante de La Comadre Sound System e unha das figuras destacadas da escena colombiana; Numa Crew, colectivo italiano influenciado polos sons británicos do jungle, grime e

drum'n'bass; Rain Selectress, chegada desde Colombia; o produtor francés Stepper One; e Ananda of Akasha, considerado o primeiro sound system feminino de música dub en Galicia.

O festival contará ademais con Echo Phonics, Joe Yorke, OKO UK, Inner Echo Music, Wends, Sati Selecta, Spiritual Rockers, Ital Roots, Dapatch, Irie Nanara e Souljah Warrior, entre outros artistas.

CARPINTERÍA METÁLICA



- CARPINTERÍA DE ALUMINIO Y PVC
- PUERTAS, VENTANAS DE ALUMINIO
- VENTANAS DE PVC
- CIERRES EXTERIORES DE ALUMINIO LACADO
- PUERTAS MOTORIZADAS SECCIONALES Y DE CORREDERA
- MAMPARAS DE BAÑO Y MOSQUITERAS



CAMIÑO FRANCÉS

C/ Camiño Francés, 41 Sarria (Lugo)
Tel.: 672 149 386 / 982 009 270
caminofrances.aluminios@gmail.com

O Concello organiza o seu Campus de Verán e Ludoteca para os nenos



O Concello do Incio puxo en marcha unha nova edición do Campus de Verán e a Ludoteca, unha iniciativa enmarcada dentro do seu plan de conciliación familiar e laboral que se desenvolverá durante os meses de xullo e agosto.

O Campus está dirixido a nenos e nenas de 4 a 16 anos, mentres que a Ludoteca vai dirixido a nenos e nenas de 18 meses a 3 anos. A proposta está dirixida á infancia e combinará actividades bilingües con deportes, música e ritmo, ademais de talleres centrados na resolución de conflitos e na adquisición de habilidades sociais. O obxectivo é ofrecer unha alternativa de lecer educativo durante o período estival ao tempo que se facilita a conciliación das familias do municipio.

As actividades desenvolveranse en horario de 9.00 a 15.00 horas e permitirá aos participantes disfrutar de diferentes actividades adaptadas ás súas idades nun ambiente lúdico e formativo.

Esta iniciativa enmárcase dentro das medidas impulsadas polo Concello para favorecer a conciliación da vida familiar e laboral durante o período estival, ofrecendo ás familias un recurso co que facilitar a organización diaria durante as vacacións escolares. Ademais de prestar apoio ás nais e pais, o programa busca proporcionar aos máis pequenos un espazo de convivencia e aprendizaxe a través de actividades adaptadas ás diferentes idades, combinando o lecer co desenvolvemento de capacidades persoais e sociais.

CLASES IMPARTIDAS POR UN:
Multimedallista nacional
Bicampeón de España absoluto
Bronce Europeo 2019
Campeón de Europa por equipos en 2021
Mundialista en 3 ocasiónes, 2018, 2022 y 2023





Escuela de TAEKWONDO
SARRIA

MEJORA DE CONDICIÓN FÍSICA
AMISTAD TRABAJO EN EQUIPO DISCIPLINA
CONFIANZA AMBICIÓN HUMILDAD RESPETO

@AC_TAEKWONDO AC TAEKWONDO 664 765 985

triacastela

Promoven a ludoteca de verán e os cursos de natación no municipio



O Concello de Triacastela promove a ludoteca de verán e os cursos de natación que se desenvolverán durante os meses de xullo e agosto, unha iniciativa dirixida á infancia e ás familias do municipio co obxectivo de ofrecer alternativas de ocio e facilitar a conciliación durante as vacacións escolares.

A ludoteca de verán desenvolverase en horario de 9.30 a 14.00 horas e contará cun total de 20 prazas dispoñibles. O servizo terá un custo de 25 euros por neno e nena ao mes e está pensado como un espazo de encontro, convivencia e participación en actividades adaptadas ás diferentes idades.

Por outra banda, tamén permanece aberto o período de matrícula para os cursos de natación que se celebrarán na piscina de Sarria ao longo dos meses de xullo e agosto. A saída desde Triacastela realizárase ás 11.45 horas e cada sesión terá unha duración de media hora.

No caso desta actividade, as

tarifas establecidas son de 26,61 euros por neno para un mes completo, mentres que o segundo fillo e os seguintes membros da mesma unidade familiar terán un prezo reducido de 17,94 euros.

Para as inscricións por quincenas, o custo será de 13,34 euros por participante e de 8,89 euros para o segundo menor e seguintes.

As dúas iniciativas contarán cun máximo de 20 prazas e para a súa asignación terán prioridade os nenos escolarizados no colexio de Triacastela, seguidos dos menores empadroados no municipio.

Posteriormente, as vacantes cubriranse co resto de solicitudes ata completar a capacidade dispoñible.

Desde o Concello destacan que estas propostas buscan ofrecer actividades para os máis pequenos durante o verán ao tempo que proporcionan ás familias recursos que axuden a compatibilizar a vida laboral e familiar durante os meses estivais.

samos

Samos prepara tres días de música polas festas de San Bieito

Samos celebrará os vindeiros días 10, 11 e 12 de xullo as festas patronais de San Bieito cun amplo programa de actividades pensado para todos os públicos e no que a música, a tradición e a convivencia volverán ser os grandes protagonistas.

A programación arrancará o venres 10 de xullo coa tradicional prefesta, que dará comezo ás 22.00 horas coa actuación do grupo galego Panosedan, encargado de abrir unha fin de semana festiva no municipio.

Xa o sábado 11 de xullo celebrárase unha das xornadas centrais das festas. Ás 21.30 horas terá lugar unha pancetada popular, unha cita pensada para compartir unha velada entre veciños e visitantes. A continuación, a animación correrá a cargo das formacións Charanga Louband e Bicoia, que percorrerán a localidade enchendo as rúas de música e ambiente festivo. A noite rematará coa sesión musical do DJ Casanova.

O domingo 12 de xullo arrancará ás 11.30 horas cun pasarrúas a cargo de EGS Ars Nova, seguido dunha misa prevista para as 12.00 horas. Ás 13.30 horas terá lugar un concerto da mesma agrupación durante a sesión vermú.



Xa pola tarde, ás 17.00 horas, desenvolverase un obradoiro dirixido ao público infantil con diferentes actividades para os máis pequenos. A continuación, ás 19.00 horas, subirase ao escenario Uxía Senlle nun concerto que contará coa colaboración de Rocío Souto, coñecida pola súa participación como recanteira no programa Luar.

As festas pecharanse cunha gran verbena protagonizada pola Los Players, que actuará desde as 22.00 ata as 03.00 horas para poñer o broche final a tres días de celebracións.

O Concello aposta así por unha programación que combina música

en directo, tradición e actividades de lecer co obxectivo de converter as festas de San Bieito nun punto de encontro para veciños e visitantes.

Estas celebracións supoñen a continuidade dunha tradición recuperada polo Concello de Samos tras o cambio de goberno municipal. Desde a administración local destacan que as festas de San Bieito levaban varios anos sen celebrarse, polo que a súa recuperación converteuse nunha das apostas para revitalizar a vida social e cultural do municipio e devolver ao calendario local unha das súas citas festivas máis representativas.

Impulsan 'Memoria viva', un obradoiro para persoas maiores

O Concello de Samos pon en marcha a partir de xullo unha nova iniciativa social baixo o nome de 'Memoria viva', un espazo pensado para lembrar, conversar e compartir experiencias vitais dirixido a persoas maiores de 60 anos.

A actividade desenvolverase todos os mércores, en horario de 11.30 a 13.00 horas, desde o 1 de xullo ata o 26 de agosto, nas vivendas comunitarias da capitalidade.

Trátase dunha proposta totalmente gratuíta e aberta á par-

ticipación de calquera persoa interesada, que busca fomentar a socialización e o benestar emocional das persoas maiores do municipio.

'Memoria viva' preséntase como un obradoiro participativo no que se traballarán lembranzas da infancia, festas parroquiais, antigos oficios, músicas de época e historias persoais que forman parte da memoria colectiva da veciñanza.

O obxectivo é manter a mente activa nun ambiente dinámico e de convivencia.

A iniciativa contará coa dirección de Miriam López Mata, quen, como alumna en prácticas de Educación Social da Universidade de Vigo, será a encargada de desenvolver actividades de estimulación cognitiva dirixidas ás persoas participantes.

V.A.
Vazquez Autos

pelayo
Agente Exclusivo

Rúa Matias López, 126
27600 - SARRIA (Lugo)
Tel. / Fax: 982 530 707
Móvil: 669 199 533
vazquezautos@hotmail.com

MESÓN ATENEO
PARRILLA - COCIDOS POR ENCARGA - MENÚ DEL DÍA

RESTAURANTE

Ctra. General - Oural
(Sarria)

Tel.: 982 546 767
982 546 768

Samos: María Jesús López

“Cumprimos case todo o programa presentado en 2023”



Así que, mentres estea en política, quero facer o meu traballo e dedicar os meus esforzos e o meu tempo a que as cousas saian ben, sen marcar-me máis obxectivos alén de cumprir coas miñas responsabilidades.

E se renova na Alcaldía cales son as principais actuacións previstas?

Seguir axudando á veciñanza e continuar acadando os máximos recursos posibles para seguir facendo melloras; non só en infraestruturas, tamén en melloras integrais. E intentar levar a cabo proxectos máis ambiciosos para poder dispoñer de máis servizos no concello, aínda que a maior parte deles non sexan da nosa competencia. Pero imos seguir tentando conseguir todo o que sexa beneficioso para Samos, para a veciñanza e para a dinamización do concello.

Cales son as principais liñas do seu programa?

Aínda non temos elaborado o programa, pero acabamos de cumprir tres anos de mandato e xa executamos practicamente a totalidade do programa co que nos presentamos en 2023. Durante este tempo puxemos en marcha medidas de mellora de servizos, conseguimos recuperar as festas e a feira mensual despois de máis de 60 anos, así como trouxemos o Rally San Froilán. Melloramos o ámbito administrativo,

A primeira alcaldesa de Samos quere seguir mellorando a vida da veciñanza do seu municipio e aspira a conseguir proxectos ambiciosos



Explíquenos como se iniciou na política e como se vinculou ao seu partido.

O meu avó era do Bloque e sempre ía nas listas en Samos. A primeira vez que me presenteí, encabezaba a lista e el pechábaa. Xa de pequena ía con el ás manifestacións en defensa da gandería e da agricultura. Pero, co tempo, medras, vas estudar fóra e eu acabei desvinculada. Porén, en 2019 propuxéronme ir nas listas porque o BNG non estaba nun bo momento e a min dábame pena que se perdesse todo o traballo de tantos anos, en especial o do meu avó, e ademais non estaba nada satisfeita coa xestión do anterior rexedor, polo que finalmente puxéronme como cabeza de lista.

Como deu o salto o recibiu o impulso para ser alcaldesa?

Presenteime en 2019 e entrei na oposición como concelleira e, catro anos despois, volvemos presentarnos e conseguimos gobernar.

Que sacrificios supón formar parte do Goberno do Concello?

Tes que poñer en pausa a túa carreira profesional; require moitas horas e traballo, ademais de estar exposto, porque antes eras un veciño máis e agora es representante dun concello, polo que todo o que fas e dis se mira con moita máis lupa. É unha responsabilidade moi grande, xa que son moitas as decisións que tomas e que inflúen en moita xente.

E beneficios?

É un traballo moi gratificante, porque podes mellorar a vida da veciñanza e facer moitas cousas que lles afectan.

Como equilibra a vida pública e a privada?

Pasas de ser unha veciña a ser unha persoa recoñecida á que a veciñanza traslada as súas queixas. O trato nun concello como Samos é moi próximo. Nalgúns casos xa non se trata só de veciños, senón de amigos, xente á que lle tes moito aprecio. Iso fai que, en xeral, se leve ben.

Cales son os seus obxectivos a nivel político?

O meu obxectivo mentres estea na política é intentar facelo o mellor posible. A miña idea é repetir na Alcaldía e, como iso xa me ocupa bastante, non me marco máis metas.

deportivo e turístico, poñendo en valor o que temos para dalo a coñecer.

Cales considera que son as principais necesidades no seu concello?

A cobertura é deficiente e precisamos que se nos instale fibra óptica. En canto aos servizos, hai unha lista moi ampla de necesidades, pero sen financiamento da Xunta non podemos ampliálas.

De que proxectos se sente máis orgullosa?

Dos servizos de conciliación, que para min son algo básico e necesidades históricas e vitais para as persoas que viven aquí. Tamén poder acceder á túa casa e ao teu pobo en condicións dignas, iso é fundamental. O importante é conseguir facer esas cousas, recuperar a vida e a actividade en Samos, ver como se dinamiza, como florecen os negocios, como se recupera poboación e chega xente nova. Todo iso facilita que o concello teña vida.

Que lle gustaría que os veciños visen en vostede como alcaldesa?

Como unha persoa próxima, traballadora e implicada na mellora da vida da veciñanza e do concello.

Como é a súa relación coa oposición?

Pois a oposición non é moi construtiva. Incluso considero que é prexudicial.

DATOS

HABITANTES: 1158.

PARROQUIAS: 24.

EXTENSIÓN: 136'77 km2.

PARTIDO XUDICIAL: Sarria.

CORPORACIÓN: 3 concelleiros do BNG, 2 do PSOE e 4 do PP.

ALCALDESA: María Jesús López.

VOCEIRO PSOE. José Manuel López Préstamo.

VOCEIRO PP: Miguel Gallego.

EN CLAVE PERSOAL

• Idade, estado civil e familiar

41, solteira e sen fillos

• Profesión e formación

Licenciada en ADE e traballaba en banca

• E se non o fose, que lle gustaría ser?

Empresaria

• Que quería ser de maior?

Quería traballar nunha oficina

• Que fai para desconectar?

Pasar tempo coa miña xente

• Unha virtude e un defecto

Son unha persoa razoable e xusta, pero perfeccionista

• Un consello para compartir

Hai que desfrutar o momento, respectar e ser boa persoa

• Un libro, unha película ou/e un grupo de música/cantante

'O tombo de Samos'; 'Antes de nós'; e Tanxugueiras

• Unha afección

Dedico o meu tempo á boa xente

• Un lugar que visitar

Samos

• Unha comida e unha bebida

Un caldo e auga fresquiña

• Unha personaxe admirada

Rosalía e o meu avó

• Unha posesión prezada

Recordos de persoas que non están

• Un desexo

Que me vaia ben a min e aos do meu entorno

• Algo para esquecer

Gústame aprender do que sucede

• Que é o que máis valora nunha persoa?

Os valores como persoa, a lealdade, honestidade, bondade...

• Un desafío pendente

Tenme moi ocupada ser alcaldesa, pero o Camiño de Santiago

• Onde se ve en cinco anos?

En Samos, dunha maneira ou

PINTOR

PINTURAS HOGAR

LATAS

tel.: 659 76 79 36

PINTURAS - BARNICES

PERSIANAS

PAPEL PINTADO

TARIMA FLOTANTE

659 767 936

HOGAR

CORTINAS - STORES

RIELES

ALFOMBRAS

EDREDONES

C/ Benigno Quiroga, 93-95, bj - **982 533 497**

SARRIA (Lugo)

LOMA SARRIA s.l.
viviendas

Rúa do Peregrino 37, Bajo - Sarria (Lugo)
615 40 23 93 - 653 990 040
info@lomasarria.com

Proxectos que transforman Sarria

DEPUTACIÓN

Presentan o proxecto dunha aula móbil para a formación no forestal



A Deputación de Lugo reforza o seu compromiso co sector forestal cun proxecto pioneiro que achega a formación ao propio lugar de traballo. O anuncio realizouno o deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, durante a Asemblea Xeral de Lugomadera, celebrada en Vilalba. Para poder desenvolver este proxecto con este colectivo, que reúne a 270 asociados e asociadas, a institución provincial asinará un convenio coa asociación para a adquisición e acondicionamento dunha unidade móbil de formación, unha aula sobre rodas que permitirá achegar a capacitación profesional directamente ás explotacións e aproveitamentos forestais da provincia. O investimento total ascende a máis de 65.000 euros dos que a Deputación achega 60.000 euros.

O proxecto parte dunha idea “tan sinxela como innovadora”, detallou Rivera, cando explicou que se trata de “levar a formación ata onde están os profesionais. Fronte aos modelos tradicionais, que esixen desprazamentos a centros especializados, esta aula itinerante permitirá impartir formación directamente no monte, facilitando o acceso á actualización de coñecementos e á formación continua sen que a distancia ou a dispersión territorial supoñan unha dificultade engadida”.

A unidade móbil contará con aula portátil, ferramentas demostrativas e material audiovisual, e ofrecerá contidos adaptados ás necesidades reais do sector. As accións formativas abrangerán desde operacións forestais básicas, como apeo, desbroce ou poda, ata aspectos normativos, ambientais e preventivos. A seguridade e a saúde laboral terán un papel destacado, con formación específica sobre o uso correcto dos equipos de protección e a aplicación de técnicas de traballo seguro.

Ademais, a iniciativa incorporará unha campaña de sensibilización para promover boas prácticas na conservación da rede viaria provincial. Neste marco elaborárase e distribuirase un manual de boas prácticas dirixido ás empresas e profesionais do sector, que incluírá recomendacións técnicas e medidas preventivas para as operacións de corta, desembosque, carga e transporte de madeira, co obxectivo de minimizar o impacto sobre as infraestruturas viarias e contribuír á seguridade dos seus usuarios.

Rivera destacou que esta actuación é un exemplo da colaboración entre a administración pública e o tecido produtivo para dar resposta a necesidades reais e contribuír ao fortalecemento dun sector clave para o desenvolvemento económico.

Esixen que se retire o decreto que pecha os ambulatorios os sábados

O Pleno da Deputación aprobou á Xunta a retirada do decreto que modifica a organización da atención primaria os sábados en horario de mañá. Unha medida que supón, na práctica, o peche de centros de saúde, unha maior presión asistencial sobre os Puntos de Atención Continuada (PAC) e un novo retroceso da sanidade pública no rural.

Así se acordou tras unha moción socialista aprobada co apoio do BNG e o deputado non adscrito, e cos únicos votos en contra do PP.

“Estamos ante un novo golpe á sanidade pública e á atención de proximidade”, valorou a presidenta da institución provincial, Carmela López, antes de entrar á sesión plenaria. “Falta planificación, sabemos que a poboación se triplica en moitísimas comarcas e non é aceptable que a solución aos problemas estruturais da atención primaria pase por cerrar consultas e trasladar toda a presión aos PAC”, engadiu.

Na defensa da iniciativa, o deputado de Recursos Sostibles, Francisco Cajoto, denunciou que o decreto foi aprobado sen diálogo cos profesionais sanitarios e que concentra a atención nos PAC sen reforzar os cadros de persoal nin os recursos dispoñibles. Tamén advertiu de que modifica de maneira unilateral as condicións laborais dos profesionais e agrava a sobrecarga dun servizo que xa sofre unha importante falta de persoal. Cajoto lembrou que a medida foi rexeitada polos propios profesionais sanitarios e puxo como exemplo as dificultades de acceso á atención urxente en concellos como Friol, onde a veciñanza debe desprazarse a Lugo, Guitiriz, Palas de Rei, Outeiro de Rei ou Guntín. Ademais, sinalou que, segundo o Consello de Contas, un de cada tres profesionais do sistema sanitario galego ten un contrato eventual, unha porcentaxe que ascende ao 40 % no caso do per-



soal de enfermaría.

Coa aprobación da moción, a Deputación insta á Xunta a retirar o decreto, recuperar o modelo anterior de atención sanitaria os sábados e evitar o peche de centros de saúde e a ampliación forzosa dos horarios nos PAC. Tamén reclama a creación dun grupo de traballo cos profesionais para avaliar as necesidades do servizo, reforzar a atención sanitaria no rural e poñer en marcha un plan específico para atender o incremento de poboación durante os meses de verán.

SERVIZOS SOCIAIS. A Deputación tamén demandará á Xunta un plan estratéxico de servizos sociais e a transparencia no seu financiamento e no do sistema galego de dependencia. A medida quedou tamén aprobada tras unha moción socialista que saíu adiante cos votos a favor do PSdeG, BNG e o deputado non adscrito e os votos en contra do PP.

O deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, sinalou que o envellecemento da poboación, a dispersión xeográfica ou a maior lonxevidade das persoas están a incrementar as necesidades asistenciais das persoas maiores e dependentes de toda Galicia. Unha situación que se ve agravada polas

“importantes” carencias en materia de planificación, coordinación e financiamento como evidencian as cifras oficiais. A iniciativa aprobada inclúe instar á Xunta a elaborar e aprobar o Plan Estratéxico de Servizos Sociais de Galicia previsto por Lei; presentar un informe detallado e público sobre as achegas económicas destinadas ao financiamento do sistema de dependencia en Lugo entre o 2012 e o 2025; a que reforce o financiamento do Servizo de Axuda no Fogar; e a desenvolver unha planificación real e coordinada de prazas residenciais e recursos sociais.

Ademais, o Pleno provincial sacou adiante, por unanimidade, unha Declaración Institucional reafirmando o seu compromiso cos dereitos do colectivo LGTBI, con motivo do Día Internacional do Orgullo, un texto que denuncia a persistencia da discriminación e a violencia e chama a reforzar as políticas públicas de igualdade, protección, educación e convivencia inclusiva.

REXEITADAS AS PROPOSTAS DO PP.

O pleno rexeitou as dúas iniciativas presentadas polo Grupo Provincial Popular, centradas na defensa xurídica de José Tomé e na ampliación do Museo Provincial do Mar de San Cibrao. No primeiro debate, PSOE e BNG negaron que exista acordo algún para asumir esa defensa. Carmela López explicou que o único existente é unha póliza de responsabilidade civil que cobre a todos os deputados provinciais e Efrén. Castro afirmou que “non hai nin un só euro da Deputación” destinado a pagar a defensa de Tomé e acusou ao PP de construír unha moción baseada en “mentiras”. Con respecto á segunda, o BNG reafirmou o seu compromiso co Museo do Mar e emprazou á Xunta de Galicia e ao Concello de Cervo a un acordo institucional coa Deputación para financiar a tres bandas un proxecto de ampliación do edificio.

STIHL
HAZLO COMO UN PRO
RMA 443
CONTÁCTESE DE BATERÍA
789 €
Ferretería Sarria
Pedro Saco 33, Sarria
Telf. 982 532 202

OFISA ASESORIA
Fiscal - Contable - Laboral
Teléfono: 982 53 36 50 . www.ofisa-asesoria.es

COLABORACIÓN

O Kung Fu como pedagogía do coidado de si

UNHA VISIÓN CONTEMPORÁNEA DO AUTOCULTIVO



José Manuel Nunes

Nas últimas décadas, a investigación académica comezou a estudar as artes marciais chinesas desde unha perspectiva pedagóxica: a da formación integral da persoa. Neste contexto, o Kung Fu aparece non só como unha práctica física, senón tamén como un proceso continuo de autocultivo capaz de influír na saúde, nas relacións sociais e na maneira en que os individuos se relacionan co mundo que os rodea.

Un dos traballos máis influentes nesta liña é o desenvolvido polos investigadores Lorenzo Pedrini e George Jennings. No artigo *Cultivating Health in Martial Arts and Combat Sports Pedagogies: A Theoretical Framework on the Care of the Self* (2021), os autores propoñen analizar as artes marciais a través do concepto do-coidado de si- formulado polo filósofo francés Michel Foucault. Segundo esta perspectiva, a saúde non debe entenderse unicamente como ausencia de enfermidade, senón como un proceso dinámico de desenvolvemento persoal construído mediante prácticas conscientes e sostidas no tempo.

A noción foucaultiana de-coidado de si- refírese ao conxunto de técnicas, hábitos e exercicios que unha persoa emprega para transformarse e mellorar, para cultivar cada vez unha mellor versión de si. Pedrini e Jennings observan que moitas artes marciais tradicionais comparten esta lóxica: a repetición disciplinada dos movementos, a atención á respiración, a regulación das emocións e o respecto polos demais constitúen formas concretas de traballo sobre un mesmo.

Desde esta óptica, o practicante non busca exclusivamente adquirir habilidades técnicas. O proceso de aprendizaxe convértese nun camiño de desenvolvemento persoal no que o corpo deixa de ser un simple instrumento para converterse nun espazo

activo de reflexión, experiencia e transformación.

As dimensións do autocultivo

No seu marco teórico, Pedrini e Jennings identifican catro dimensións fundamentais que permiten comprender o potencial educativo das artes marciais. A primeira é o cultivo persoal. Esta dimensión inclúe aspectos relacionados coa saúde física, a coordinación mo-

cial. Os valores adquiridos durante o adestramento poden trasladarse á vida cotiá. Non garante o éxito laboral, non promete tempos mellores, pero conceptos como responsabilidade, autocontrol, perseveranza ou respecto aparecen con frecuencia nos códigos éticos asociados ás tradicións marciais chinesas que si constrúen cada vez esa mellor versión de un mesmo. Finalmente, os autores describen unha cuarta dimensión: o cultivo

ñecementos teóricos, experiencias sensoriais e aprendizaxes prácticas nun único proceso.

Os investigadores Neil Clapton e Syd Hiskey, no artigo *Radically Embodied Compassion: The Potential Role of Traditional Martial Arts in Compassion Cultivation* (2020), argumentan que determinadas prácticas marciais tradicionais poden favorecer o desenvolvemento de capacidades relacionadas coa compaixón, a empatía e a regulación

to ao traballo de historiadores como Tang Hao (1897-1959), considerado un dos pioneiros da investigación crítica neste ámbito. Fronte ás narracións lendarias que durante séculos dominaron parte da literatura marcial, Tang Hao impulsou unha aproximación baseada na análise documental e na verificación histórica.

Esta liña de investigación foi continuada por especialistas contemporáneos como Kai Filipiak, quen estudou a transformación das artes marciais chinesas durante os procesos de modernización do século XX. Os seus traballos mostran como moitas prácticas tradicionais pasaron progresivamente de ser sistemas orientados á preparación militar ou á defensa persoal a formar parte de programas de educación física, saúde pública e desenvolvemento cultural.

A consecuencia desta mutación é que, na actualidade, o Kung Fu pode ser interpretado simultaneamente como patrimonio cultural, actividade física, práctica educativa e ferramenta de desenvolvemento persoal.

Finalmente, o que todo isto quere dicir é que a investigación académica contemporánea suxire que as artes marciais chinesas constitúen moito máis que un conxunto de técnicas de combate. A través do concepto de-coidado de si-, formulado por Michel Foucault e aplicado ao ámbito marcial por autores como Pedrini e Jennings, resulta posible comprender estas prácticas como procesos de autocultivo que integran dimensións físicas, psicolóxicas, sociais e mesmo ecolóxicas.

Aínda que moitas das súas posibles aplicacións para a saúde continúan sendo obxecto de estudo, existe un consenso crecente en considerar que a práctica marcial ofrece un espazo singular para a educación do corpo, a formación do carácter e a construción de relacións sociais significativas. Nesta capacidade para unir tradición, aprendizaxe e desenvolvemento humano reside, probablemente, unha das razóns fundamentais da súa vixencia no século XXI.



triz, a disciplina, a capacidade de concentración e a autorregulación emocional. A práctica continuada esixe atención, constancia e unha observación permanente do propio corpo, favorecendo procesos de autoconhecimento que van máis alá do exercicio físico convencional.

A segunda é o cultivo compartido. Ningunha arte marcial tradicional é cultivada en illamento. A aprendizaxe require a interacción constante con compañeiros, Mestres e alumnos. A cooperación, a confianza mutua e o respecto polas normas colectivas forman parte esencial do proceso pedagóxico. O progreso individual depende, en boa medida, da existencia dunha comunidade de práctica.

A terceira dimensión é o cultivo so-

colóxico. Esta perspectiva considera a relación entre a persoa e o seu entorno. Moitas tradicións chinesas conciben o ser humano como parte dun sistema máis amplo no que corpo, sociedade e natureza atópanse interconectados. A práctica desenvolvida ao aire libre, a observación dos ciclos naturais ou a procura do equilibrio constitúen elementos presentes en diversas escolas históricas, da arte marcial antiga.

O corpo como espazo de aprendizaxe

A importancia do corpo na formación humana foi estudada por numerosos investigadores das ciencias sociais. Neste contexto, as artes marciais resultan especialmente interesantes porque integran co-

emocional. Os autores non presentan estas conclusións como feitos fisiolóxicos demostrados de maneira definitiva, senón como unha proposta teórica fundamentada na relación existente entre atención corporal, movemento consciente e desenvolvemento ético.

Esta visión liga cunha longa tradición filosófica asiática na que o perfeccionamento técnico non pode separarse do perfeccionamento moral. O dominio do corpo e o dominio da mente aparecen como aspectos complementarios dun mesmo proceso formativo.

Un legado histórico que continúa evolucionando

A comprensión moderna das artes marciais chinesas tamén debe moi-

DEPORTES

A SD Sarriana inicia o camiño para preparar unha nova tempada



A Sociedade Deportiva Sarriana afronta unha nova etapa deportiva e institucional tras confirmarse a continuidade de Manuel Sangil como presidente durante os próximos catro anos. Sangil, que asumiu a presidencia no ano 2018, encadea así un novo mandato nun momento de transición para o club, que vén de pechar unha tempada marcada polo descenso do primeiro equipo a Terceira RFEF.

No apartado deportivo, a SD Sarriana confirmou a incorporación de Alberto Mariano como novo adestrador do primeiro equipo, converténdose na primeira peza do novo proxecto. O técnico conta cunha ampla experiencia no fútbol autonómico galego, tras dirixir equipos como Estradense, Compostela, Arzúa, Villalonga ou

Noia, entre outros, o que avala o seu coñecemento da categoría e do fútbol rexional.

En canto ao cadro de xogadores, a Sarriana confirmou varias continuidade e incorporacións. Entre as renovacións destaca a de Carlos Dono, que sobe desde o filial para integrarse de forma plena no primeiro equipo tras debutar na pasada campaña co conxunto sénior.

Tamén continuarán Keko e Jacobo, considerados pezas importantes na historia recente do club. Xunto a eles seguirá Arona, futbolista xa consolidado na identidade do equipo.

No capítulo de fichaxes, o club incorpora a Álvaro Uriarte, Iago López e Adri Rodríguez, completando así as primeiras incorporacións da SD Sarriana.

A SD Paradela presenta o novo corpo técnico para a tempada

A SD Paradela anunciou a composición do seu novo corpo técnico para a tempada 2026/27, unha etapa que estará encabezada por dúas figuras estreitamente ligadas ao club e ao municipio. A entidade deportiva aposta por un proxecto liderado por persoas da casa, coa intención de reforzar a identidade e os valores da entidade.

Á fronte do equipo como primeiro adestrador situarase Senén López García, veciño de Paradela e unha persoa moi vinculada á historia do club. Xunto a el estará Martín López Vázquez como segundo adestrador. Desde a entidade destacaron que ambos coñecen de primeira man o significado e a responsabilidade que implica representar o escudo da SD Paradela.

Por outra banda, o club anunciou varias renovacións para a vindeira tempada. Os catro capitáns seguirán ligados á entidade, sendo estes Hugo Pérez e David Losada, dous futbolistas da casa nados en Paradela, e Diego Castro e Eros López, xogadores con raíces en Samos.

Á continuidade do bloque súmanse tamén Álex González "Canteiras", Andrés López, Manuel López "Páramo", José A. López, Rubén Torres, Álex Fernández e Juan "Díaz". No capítulo de novidades, o club anunciou o regreso de Víctor Pérez, que volverá vestir as cores do equipo tras a súa anterior etapa na entidade. Ademais, o SD Paradela confirmou a incorporación de Brian Lorenzo, un reforzo que chega para formar parte do novo proxecto.

Noa López Tallón xogará na UAlbany Women's Basketball

A xogadora de baloncesto de Sarria, Noa López Tallón, vén de comprometerse oficialmente coa prestixiosa Universidade de Albany, onde formará parte do equipo feminino de baloncesto UAlbany Great Danes grazas a unha bolsa deportiva que lle permitirá estudar e competir en Nova York. Trátase dun novo paso adiante na carreira dunha deportista que continúa a consolidarse tras anos de progresión no baloncesto formativo e competitivo.

O seu percorrido internacional xa viña marcado desde 2023, cando destacou coas seleccións de base de España ao proclamarse campioa nun torneo celebrado en Abu Dabi coa Selección Española sub-15, no que tamén foi designada MVP nun encontro ante Alemaña. Ademais, nesa competición destacou como a xogadora con maior número de asistencias do torneo, nun campio-



nato no que o equipo gañou todos os partidos da fase de grupos e rematou coroándose campión tras vencer na final a Líbano.

Ao longo da súa formación deportiva, Noa pasou por diferentes disciplinas e clubs, comezando no Club Xirandela, pasando polo fútbol sala

no Colexio da Asunción, o fútbol campo na SD Sarriana e no PM, e consolidándose no baloncesto en equipos como o CB Sarria, Estudiantes de Lugo, BBKA de Ferrol e o Club Ensino de Lugo, onde foi desenvolvendo o seu xogo ata dar o salto internacional.

O Infantil feminino do Club Baloncesto Sarria ascende a Liga Galega

O equipo Infantil feminino Maderas Grandas do Club Baloncesto Sarria conseguiu alcanzar o principal obxectivo marcado para esta tempada ao lograr o ascenso á Liga Galega, culminando así un curso no que o traballo e a dedicación foron constantes.

O conxunto pecha a campaña facendo realidade unha meta pola que loitou ao longo de toda a tempada e que non foi sinxela de acadar.

O equipo demostrou durante o ano que o esforzo diario, a implicación e a paixón polo baloncesto son elementos fundamentais para superar retos deportivos. O adestrador do equipo, Adrián López Armesto, destacou o papel fundamental das xogadoras ao longo de toda a tempada e puxo en valor o seu compromiso, esforzo e constancia para acadar o ascenso.

Segundo explicou, tratouse dunha campaña especialmente esixente, con encontros complicados fronte a equipos de gran nivel, aínda que as xogadoras foron quen de competir semana a semana ata chegar á fase de ascenso.

Adrián salientou que o equipo



conta cunha moi boa xeración de xogadoras e que o traballo se foi construíndo progresivamente, partido a partido. Subliñou ademais que a asistencia aos adestramentos e o compromiso das xogadoras foron claves para acadar o obxectivo.

Tamén puxo o foco na dificultade de compaxinar o deporte coa etapa académica, especialmente esixente nesta idade, aínda que valorou positivamente a responsabilidade amosada polo grupo. Outro dos aspectos destacados foi o feito de que o equipo respectou as lesións ao longo da

tempada, o que contribuíu a manter a continuidade do traballo e do rendemento.

O adestrador indicou finalmente que as xogadoras tiñan moi claro o obxectivo do ascenso e cualificou o conseguido como un éxito moi importante tanto para o equipo como para o Club Baloncesto Sarria.

Tamén trasladou o seu agradecemento ás familias e aos afeccionados que acompañaron e apoiaron ao equipo ao longo da tempada, tanto nos encontros disputados na casa como nos celebrados fóra.

“Correr un rally esixe ter respecto polo deporte e intentar facelo o mellor posible”

Óscar Alvaredo, piloto de rally con ampla experiencia no automobilismo galego repasa a súa traxectoria, a evolución da seguridade nos rallies e a crecente paixón polo motor en Galicia

Jessica Fernández

Como comezou a competir en rallies?

Comecei a competir en rally a principios dos anos 2000, sendo o campionato galego de Rallyes a miña primeira experiencia cun Fiat Cinquecento. Así, competín en copas de promoción con coches pequenos e rallies soltos, ata que naceu a miña filla e deixei de competir durante case 12 anos. Decidín volver, vendo un Rally de San Froilán. Así, volví co que era o meu copiloto e empezamos a competir cun Renault Twingo R2 e en probas do campionato de España, onde íamos quedando bastante ben nas nosas categorías, así como, o campionato completo de Castela e León, no que quedamos terceiros absolutos. Cando nos chamou a escudería Toyota Breogán decidimos facer o programa con eles, para min foi unha boa oportunidade, porque como piloto ‘semioficial’ nunca tivera esta oportunidade ata este ano.

Como é ser piloto de rally?

Ten que gustarme moito e tamén aprender a levar decepcións. Eu disfruto o rally unha vez que

remata, porque é moita adrenalina e medo, incluso; xa non por mancarse, senón por intentar non romper o coche, porque os gastos son elevados. Competir en rally consiste en ter respecto e competir contra un mesmo; é unha superación persoal constante.

Variou a normativa nestes anos?

Si, sobre todo en canto á seguridade. Hoxe en día, antes de empezar o tramo, o xefe de seguridade fai unha revisión exhaustiva da posición que ocupa o público e limita moito a zona de visión do espectador. Tamén aumentou a seguridade dos coches, incorporando equipos de extinción de incendios, mellorando a roupa, os arneses, Hans... Incluso parece que os coches corren menos ca antes, xa que agora é máis técnico. Aínda que os coches corren máis, a sensación de carreiras é menor. Non son coches, eu creo, tan chamativos para o público, como antes, motores atmosféricos, que soaban moi bonito e chamaban máis a atención. Os de agora, en canto a son, son menos chamativos, pero a verdade é que son máis efectivos.



Para facer un bo tempo en rally, é máis importante a elección do coche ou a destreza do piloto?

A destreza é moi importante, así como, a relación co copiloto, (esta figura, é importantísima) e se a este binomio lle sumas un bo coche, máis posibilidades tes de facer bos resultados. A diferenza

dun coche a outro é moi notable segundo a marca e compoñentes. Toyota e Skoda, son auténticos coches de carreiras.

Que ten o rally que enganxa tanto?

En xeral, en Galicia, o deporte de motor está moi estendido, igual que en Asturias ou Cantabria,

onde tamén hai moita cultura do rally. Os tramos están cheos de xente e hai moito espectáculo. Cando era pequeno, sempre pedía que me levasen ver os rallies, e igual ca min, todos os meus amigos. Parecía que iría menos, pero cada vez hai máis paixón polo motor, aumentando non só o público, senón tamén os pilotos. En contraposición, parece que a afección pola Fórmula 1 diminúe. En cambio, hai moitísimo interese polo rally, en España é o deporte estrela no ámbito do motor.

Sarria, concretamente, ten unha gran devoción polo motor.

Si, en Sarria temos a escudería de Sarria Motor, onde están sobre 50 persoas entre pilotos e copilotos. Por outra parte, a escudería Sarria Motor organiza o Slalom Concello de Sarria, que entra dentro do campionato galego de Slalom, unha cita moi interesante.

Como axudan as institucións a promover este deporte?

Grazas á Deputación de Lugo, aos concellos de Sarria e Samos, e á Xunta de Galicia, o Rally de San Froilán do pasado ano, tivo dous tramos na comarca de Sarria, un o tramo de Goián, que é moi mítico, e o estreado tramo de Samos, en Estraxiz, que foi un tramo moi decisivo. Que o Rally San Froilán estea en Sarria paréceme algo moi bo para a comarca. Algunha vez estivo no debate público a posibilidade de organizar o rally comarca de Sarria, pero non saíu adiante.

A AC Taekwondo Sarria pecha a tempada como campioa absoluta

A AC Taekwondo Sarria puxo o peche á súa tempada tras proclamarse campioa absoluta do III Open TKD Praia Nazaré.

O club regresou cun balance de 10 medallas de ouro, 4 pratas e 7 bronce. As medallas de ouro foron para Carla Rodríguez en sub-9 feminino; Martín Varela en sub-9 masculino; a parella formada por Martín Varela e Carla Rodríguez; Aylén Pumarega en sub-11 feminino; Ginés Díaz en sub-11 masculino; a parella integrada por Aylén Pumarega e Ginés Díaz; Mateo Fernández en categoría júnior masculina; Alex Losada en sénior 1 masculino; a parella cadete formada por Hugo Sánchez e Abi Martínez; Iria Gasamáns en sub-40 feminino e Miguel López en máis de 51 masculino.

As catro medallas de prata chegaron da man de Mauro García en sub-9 masculino; o trío integrado por Claudia Fernández, Uriel Gutiérrez e Cleopatra Celeiro; Brais Lombardero en categoría cadete-



adulto e Ruby Solana en sub-30 Kup feminino.

Pola súa parte, os bronce foron acadados por Sergio Castro en sub-9 masculino; Cloe Núñez en sub-9 feminino; Claudia Fernández en sub-14 feminino; Uriel Gutiérrez en sub-17; a parella formada por Uriel Gutiérrez e Samuel Maron en sub-17; Hugo Sánchez en cadete-adulto e Rubén Varela en sub-50 masculino, ademais da parella formada por Rubén Varela e Verónica Quiroga.

Desde o club tamén quixeron felicitar aos seus compañeiros do club DOHO polos resultados obtidos, con medallas de ouro para Abi Muñoz en categoría cadete-adulto e Manuel Muñoz en PARA-TKD, así como pratas para Ángel Sánchez en sénior 2 e Mónica Bernardo en sub-60 feminino.

A entidade tamén destacou o esforzo dos deportistas que non conseguiron subir ao podio pero contribuíron ao bo papel do equipo.

Gussy acada unha medalla de bronce na Liga Nacional de pool



O billarista sarriao Juan Pedro Durán, máis coñecido como Gussy, acadou en Sevilla unha nova medalla a nivel nacional. Nesta ocasión fíxoo na modalidade de pool e por equipos, formando parte do combinado que representaba á Academia de Billar Poolroom de Lugo. A competición celebrouse en Sevilla entre os días 7 e 14 de xuño, nas instalacións do Club X Unites Sevilla, onde se disputou a fase final da 1ª Liga Nacional de Equipos. Ata alí chegou clasificado o equipo integrado por Diego Rey, Pablo Rey,

César Vilarín e o propio Juan Pedro Durán.

Unha vez na fase final, os lucenses demostraron o seu nivel competitivo e lograron subir ao podio, acadando a medalla de bronce. Este resultado outórgalles ademais a categoría de equipo Máster para a próxima tempada, distinción reservada unicamente aos catro mellores equipos do ano. Para o xogador de Sarria, esta non é unha medalla máis, senón que “ten un sabor especial ao habela conseguido ao lado de amigos”.

DE RUTA EN RUTA

A ruta das lagoas de Begonte

Este itinerario sinxelo duns seis quilómetros permite descubrir un espazo natural de gran valor ambiental

No corazón da Terra Chá agóchase un recuncho no que a auga, a vexetación e a tranquilidade crean un escenario perfecto para desconectar e gozar da natureza. As lagoas de Begonte constitúen un dos espazos naturais máis destacados desta zona lucense, cunha ruta accesible e de baixa dificultade que permite descubrir unha paisaxe marcada pola riqueza ecolóxica e pola presenza dun importante ecosistema húmido. O percorrido, duns seis quilómetros aproximadamente, convértese nunha proposta ideal para realizar en familia ou para quen busque unha andaina sen excesiva esixencia física. O punto de partida sitúase nas proximidades do Club Fluvial de Begonte. Dende ese lugar, tomando a estrada N-VI en dirección a Baamonde, aparece poucos quilómetros despois a sinalización cara á Lagoa de Riocaldo, punto de acceso a este espazo natural.

A ruta inicia o seu trazado entre camiños que permiten contemplar xa unha primeira lagoa,

cuxas augas acompañan aos visitantes durante boa parte do percorrido. O itinerario continúa entre pistas e pequenas estradas locais ata aproximarse ao curso do río Ladra, un dos elementos naturais máis destacados da comarca. O paso baixo a ponte da autovía ofrece ademais unha ampla panorámica da contorna, unha imaxe que permite apreciar a combinación entre os espazos acuáticos e a paisaxe característica da Terra Chá.

O camiño conduce posteriormente ata as Lagoas do Pedroso, outro dos puntos destacados desta andaina. Na volta, a ruta continúa entre diferentes lagoas e zonas húmidas que permiten descubrir novos recunchos naturais, pasando incluso entre algunhas das masas de auga máis coñecidas de Riocaldo.

Ademais do atractivo paisaxístico, este espazo destaca pola súa importancia ambiental. A Terra Chá conta cun dos complexos húmidos máis relevantes de Galicia, considerado un verdadeiro refuxio para numerosas especies vexetais e animais. As lagoas situadas entre as parroquias de Begonte e Pacios, nas proximidades do río Ladra, forman parte deste conxunto natural de grande valor ecolóxico.

A orixe de moitas destas lagoas está relacionada coa antiga actividade mineira da zona, especialmente coa extracción de materiais como area e arxila. Co paso do tempo, aqueles espazos transformáronse nun ecosistema que hoxe alberga unha importante diversidade biolóxica e



que forma parte da Rede Natura 2000 como Lugar de Interese Comunitario.

Entre a fauna que habita este enclave destacan diferentes aves acuáticas como garzas, cormoráns ou patos, especialmente visibles durante determinadas épocas do ano. A contorna tamén serve de hábitat para mamíferos como corzos ou xabaríns, convertendo este espazo nun auténtico santuario natural onde a vida silvestre comparte protagonismo coa calma da paisaxe.

A ruta das lagoas de Begonte ofrece así unha oportunidade para coñecer un dos tesouros naturais da Terra Chá, un lugar no que a natureza se converte na auténtica protagonista de cada paso.



DATOS



1 hora e media



6 quilómetros



Dificultade sinxela



Pili Madeira
FLORISTAS

bicarelo

Rúa da Liberdade, 137
27600 Sarria (Lugo)

982 530 015 / 633 226 988
floristeria@servimadeira.es
www.floristeriamadeira.es



MADEIRA

SERVICIOS FUNERARIOS

Funerarias
Tanatorios
Seguros



Desde 1945

Diego Pazos, 34 27600 SARRIA - Lugo
Teléfono y fax 982 53 00 15

funeraria@servimadeira.es www.tanatoriomadeira.es