

sarria

Os socialistas cuestionan a reforma do campo da Ribela, un dos proxectos do pacto. **Páx. 4**

láncara

A Asociación Cultural Val de Láncara presenta as actividades coas que contará este curso. **Páx. 13**

triacastela

A Cova Eirós permite ampliar o coñecemento sobre os períodos de ocupación humana. **Páx. 14**

o incio

A Casona do Incio será oficialmente do Concello tralo voto unánime da Corporación provincial. **Páx. 15**

paradela

O Concello homenaxeou aos seus maiores nunha xuntanza de centos de avós. **Páx. 18**

Un novo comezo para o colexio público de Sarria



Data e primeira confirmación do Esmorga Fest

O festival que adoita celebrarse en outubro, cambia a data para febreiro con cabeza de cartel. **Páx. 5**

A Deputación de Lugo reclamará achegas á Xunta

A proposta socialista pide que aumente os recursos para a atención ás persoas maiores. **Páx. 12**

A crise da vivenda tamén afecta a Galicia

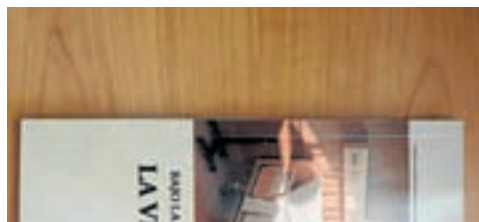
O Observatorio da Vivenda de Galicia sitúa en 595,40 euros mensuais o alugueiro medio en 2025. **Páx. 20**

Novo colectivo Por Vir



O grupo de pandeireteiras nace da Asociación Cultural Pelerínos. **Páx. 7**

Pura, supervivente de Covid



A enfermeira e escritora do Páramo relata o seu ingreso pola Covid-19. **Páx. 17**

Escola DHG Team



A escola ciclista afronta a súa quinta tempada cun novo espazo. **Páx. 23**



CORBAR
MAQUINARIA

INNOVACION,
COMPROMISO
Y GARANTIA



EXTENDEDOR DE SILO
MODELO VIMANZO
CON BOMBOS
GALVANIZADOS



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



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.



CUCHILLA
MAÍZ
MODELO CORISTANCO



ENCONTRARÁS CUALQUIER TIPO
DE RECAMBIO AGRÍCOLA



MAQUINAS Y
RECAMBIOS
LEMKEN

¡CONSÚLTANOS SIN COMPROMISO!

www.corbarsil.com

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

"Loitando, lograremos unha educación pública de calidade"

A directiva da ANPA do CEIP Frei Luís de Granada, repasa a evolución da asociación, as melloras previstas e as necesidades que quedan por atender

A participación das familias na vida dos centros educativos vai moito máis alá da organización de actividades. Así o entende a actual directiva da Anpa Frei Luis de Granada de Sarria, integrada por Tere, Mónica, Ari, Marisé e Cris, que desenvolveu iniciativas culturais, sociais, educativas e de convivencia, ao tempo que trasladou ás distintas administracións as necesidades detectadas no centro.



A asociación conta cunha traxectoria que se remonta a 1980 e que experimentou diferentes cambios ao longo dos últimos anos. "A ANPA Frei Luís de Granada naceu en 1980, co nome de 'APA Colegio Nacional Mixto Frei Luís de Granada'. Hai catro anos, nunha xunta de socios celebrada e aprobada me-

diante votación, decidiuse cambiar o nome e adoptar o que temos na actualidade. Así mesmo, aproveitamos ese momento para actualizar os estatutos e garantir a continuidade da ANPA durante máis tempo. Entre outras modificacións, reduciuse de sete a catro o número mínimo de compoñentes necesarios para formar parte da xunta directiva. Tamén se incorporou a consideración de asociación

previsiblemente a mediados de outubro convocarase unha reunión de socios para constituír unha nova xunta, xa que unicamente continuarán dúas das actuais integrantes. Durante estes catro anos 'Educamos na igualdade', corremos pola leucemia, observamos as estrelas da man do noso exalumno Borja Tosar, percorremos o universo a través dunha viaxe desde o planetario, participamos en feiras de artesanía e de gando, viaxa-

"Temos un abano de culturas que nos permite aprender e enriquecernos, fomentando a convivencia sa"

mos por Galicia para coñecer as nosas tradicións, convertémonos en submarinos, peixes, medusas, pilotos de carreiras, elfos, fadas e meigas dos nosos maravillosos bosques galegos; bailamos, cantamos e tocamos cos nosos avós na residencia, graduámonos en cerimonias inesquecibles, comemos paella todos xuntos, participamos en consellos escolares e procesos de elección, e viaxamos ao pasado



converténdonos en superviventes 'Da Cova de Eirós'; fabricando utensilios, vestimentas e instrumentos que logo foron expostos, pero sobre todo, deuse unha maior visualización da participación das familias dentro e fóra do centro". Co inicio do curso 2026/2027, a comunidade educativa atopouse con cambios no equipo directivo e con novidades nos recursos de apoio educativo. Ao mesmo tempo, poñen o foco nas dificultades que, ao seu xuízo, afronta o profesorado para desenvolver todos os obxectivos formulados pola actual lexislación educativa: "Este curso comezamos con cambios no equipo directivo, co que mantemos un contacto diario e unha comunicación constante. Ademais, e a pesar do que inicialmente aparecía publicado no catálogo de postos, a dirección conseguiu que se asignase ao centro un especialista máis de Pedagogía Terapéutica. En total, actualmente contamos con tres especialistas de PT. Tamén,

incorporouse outro especialista de Audición e Linguaxe, polo que neste momento o centro conta con dous profesionais de AL. Actualmente, ao noso centro acoden 428 alumnas e alumnos, procedentes de 15 nacionalidades diferentes, entre elas Francia, Portugal, Cuba, Colombia, Paquistán, Venezuela ou República Dominicana. Temos un auténtico abano de culturas que nos permite aprender e enriquecernos coas diferentes realidades, fomentando unha convivencia sa, respectuosa e inclusiva. Porén, quizais o máis destacable sexa a dificultade que atopan os docentes á hora de desenvolver o seu labor educativo. A actual lei de educación formula obxectivos moi ambiciosos, pero en moitos aspectos tamén resulta difícil de levar á práctica, porque a realidade é que os centros, os docentes e a comunidade educativa en xeral non sempre dispoñen dos recursos necesarios para poder desenvolverla como se formula sobre o papel".



ARTAI
HORMIGONES

Cl. 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

A REFORMA E OUTRAS NECESIDADES. As deficiencias detectadas no colexio levaron a ANPA e os representantes das familias a reclamar solucións ante distintas administracións. Tras anos de reunións e xestións, a asociación considera que o proxecto que permitirá mellorar o pavillón dará resposta a unha demanda que se arrastra desde hai anos:

"No pavillón existen varias deficiencias técnicas, como por exemplo a entrada de auga polos laterais cando chove e fai vento; pingueiras, e unha proliferación de pombas que forman alí os seus niños. Ademais de todo isto, o pavimento está esvaradío pola condensación da auga, e existen algunhas fendas que impiden levar a cabo o desenvolvemento de certas actividades. Debido a esta problemática, a ANPA, así como as nais e pais representantes do Consello Escolar (nese momento), apoiados polo profesorado, solicitaron unha reunión con tres institucións: A Consellería de educación, a Vicepresidencia da Deputación de Lugo (aínda que eramos coñecedores de que non tiñan competencias, e aínda así acudiu o vicepresidente disposto a colaborar) e o Concello de Sarria (representado polo alcalde e o concelleiro de deportes). No devandito Consello Escolar, todos os alí presentes estiveron de acordo no peche do pavillón sempre e cando "se adaptase á diversidade funcional, o alumnado puidese utilizalo nos recreos cando fixese falta e cumprise cos requisitos da Lei de Arquitectura Pedagóxica", condicións que eran irrefutables por parte da directiva da ANPA e dos representantes de pais e nais reunidos nese momento. Tras anos de reunións, a visita do concelleiro de Educación e a continua comunicación e información por parte do concelleiro de deportes e do alcalde, en aproximadamente 5 meses (desde que comece a



obra), teremos un pavillón en marcha, non unicamente pechado, senón adaptado ás necesidades dos máis pequenos do municipio, xa que non podemos esquecer que neste centro se realizan actividades e campamentos durante todo o ano. Así, algo que comezou hai 4 anos e polo que loitaron persoas anónimas como: María, David, Roberto, Susana, María, Tere, Mónica, Marisé, Ari, Cris (a maioría do profesorado e o equipo directivo), en breve farase realidade. Actualmente, estase tramitando a licenza de obras desde o Concello. Ao tratarse dunha actuación nun centro educativo público, a Consellería de Educación solicitou ao Concello a máxima axilidade na concesión da licenza. No relativo ás cifras e á parte económica, o orzamento total de contratación para o peche do pavillón ascende a 554.734 euros con IVE incluído, xa que, tras unha negociación en Santiago entre Alcaldía, Deportes e a Consellería de Educación, finalmente se contemplaron as melloras requiridas no Consello Escolar. En canto ao tempo de execución, o proxecto contempla un prazo de obras de 5 meses para ter o pavillón totalmente pechado e listo".

"En aproximadamente 5 meses -desde que comece a obra-, teremos un pavillón en marcha pechado e adaptado ás necesidades dos máis pequenos"

Máis alá desta actuación, a ANPA considera que aínda existen outras necesidades relacionadas coas infraestruturas e cos recursos humanos do centro. Entre as cuestións que sitúan como pendentes están a redución das ratios, o incremento do profesorado especializado, a recuperación de liñas e as adaptacións dos patios: "De cara ao futuro queda moito por andar: descenso de ratios, aumento de profesorado especializado, recuperación de liñas, adaptacións nos patios de Infantil e Primaria... Pero os primeiros pasos están dados, e estamos seguras que, se seguimos loitando a través do diálogo e a verdade, lograremos unha educación pública de calidade para o coidado e a formación íntegra do alumnado, porque eles son o futuro, os que moven o mundo; e non podemos deixar que pare".

Entre as cuestións que seguen pendentes aparece tamén a situación das Casas dos Mestres, un espazo cuxa transformación foi formulada en diferentes ocasións. "As Casas dos Mestres son unha auténtica "pataca quente" para calquera institución ou equipo de goberno. Son moitos os custos que implica a súa de-

molición e, posteriormente, a construción dun novo espazo. Hai aproximadamente catro anos, solicitouse no Consello Escolar por unanimidade o seu derrubamento e a construción nese lugar dun parque cuberto. Todo iso quedou recollido e asinado polos diferentes representantes e posteriormente levouse a pleno, onde esta opción saíu adiante por maioría. Porén, aquel acordo non ten carácter vinculante. Esta reforma queda preciosa nos programas electorais; de feito, leva aparecendo neles durante anos. Pero, ata que algunha administración pública decida tomalo realmente en serio, ter os fondos necesarios e levalo a cabo, seguirá sendo unha materia pendente. É triste, pero é a realidade. É outra nova meta que alcanzar pola nosa comunidade educativa".

En canto ao escenario político municipal e á súa posible repercusión na educación, a directiva subliña que a súa posición é manterse á marxe de partidos e pactos. "Cando entras na ANPA, estás representando numerosas familias, con ideoloxías e pensamentos diferentes, por iso desde a ANPA desmarcámonos de calquera partido ou pacto. A nós o que nos importa é que se fagan as cousas, e que se fagan ben, de forma lícita e ética, dándolle o valor que compete á comunidade educativa e sobre todo ao alumnado como principal protagonista do coidado e da aprendizaxe integral. Porén, os representantes institucionais, Carmen José López pola Xunta de Galicia, Efrén Castro pola Vicepresidencia da Deputación de Lugo e Claudio Garrido polo Concello de Sarria estiveron aí sempre que nos puxemos en contacto con eles, ademais de concelleiros tanto do equipo de goberno como da oposición apoiaron os nosos proxectos culturais, sociais, de igualdade, interxeracionais, etc., o que é de agradecer".



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



- Odontología estética
- Odontología preventiva
- Endodoncia
- Prótesis
- Odontopediatría
- Ortodoncia
- Implantología oral
- Cirugía oral
- Periodoncia
- 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

O PSOE cuestiona a renovación da Ribela e pide unha revisión



O Grupo Municipal Socialista de Sarria cuestiona o resultado das obras de renovación do Estadio Municipal da Ribela e reclama ao Concello que encargue unha peritaxe externa e independente antes de recepcionar a actuación. Segundo denuncia o PSOE, a intervención presenta diferentes deficiencias e elementos que, ao seu xuízo, deben ser revisados. A actuación foi presentada pola Xunta e o Concello como unha "renovación integral" da instalación e contou cun investimento total de 737.520,92 euros, dos que 516.264,64 euros corresponden á administración autonómica e 221.256,28 euros ao Concello. Os socialistas critican o estado do terreo de xogo, onde aseguran ter detectado fochancas, zonas afundidas ou irregulares e acabados nas liñas que lles xeran dúbidas sobre a execución. Tamén cuestiona o novo acceso ao terreo de xogo, que describe como unha zona cun acabado moi pulido e cunha pendente considerable, polo que reclama que se comprobe a súa seguridade e funcionalidade.

Outro dos aspectos que sinalan é o sistema de iluminación. Segundo os socialistas, a instalación eléctrica non permite utilizar o novo alumeadado a pleno rendemento, polo que sería necesario reducir a potencia no uso habitual da instalación. O PSOE considera que esta situación debe ser aclarada e pide explicacións sobre a adaptación da infraestrutura eléctrica ás necesidades do novo sistema. Os socialistas tamén apuntan á rede de protección situada no fondo norte, que consideran insuficiente en altura e anchura para cumprir adecuadamente a súa función. Ademais, cuestionan os novos bancos, que dispoñen de 12 asentos fronte ás 15 prazas que, segundo indican, precisa a SD Sarriana. Outra das cuestións denunciadas afecta ás catro porterías laterais de fútbol-8. Segundo o PSOE, estas romperon aos poucos días de comezar a utilizarse e actualmente están suxeitas con bridas de plástico. O grupo municipal reclama que se determine tecnicamente a causa dos danos e que se proceda á súa substitución se fose necesario.

O pleno estivo marcado polo debate sobre a seguridade na vila

A concentración da sociedade sarriana volveu marcar o pleno ordinario de Sarria cun ambiente crítico coa tramitación da planta de residuos sólidos recuperados que Votorantim proxecta en Oural. Veciños e veciñas concentráronse diante da Casa do Concello da man da plataforma Sarria Aire Limpo para expresar a súa oposición ao proxecto e á concesión da licenza necesaria para a súa posta en marcha. Durante a protesta, os participantes portaron carteis nos que se podían ler mensaxes como "Concello cómplice. Sarria non quere emisións tóxicas", en referencia á tramitación municipal vinculada á futura planta da empresa. Sarria Aire Limpo lembra que xa convocou un acto similar en xullo para denunciar publicamente este verán a tramitación da licenza municipal concedida para a instalación. Segundo a Plataforma, o Concello outorgou a licenza sen contar coa autorización previa da Confederación Hidrográfica Miño-Sil, un requisito que, ao seu xuízo, vén establecido pola Lei de Augas, pola Lei do Solo e polos propios informes emitidos pola Confederación. Desde a Plataforma sosteñen que a instalación que Votorantim está a construír en Oural ten como finalidade a produción de combustible sólido recuperado (CSR), un combustible elaborado a partir de residuos e destinado a ser utilizado como combustible na propia fábrica. **CUESTIÓN APROBADA.** Xa no interior da sesión plenaria, todos os grupos aprobaron por unanimidade o Plan Estratéxico de Subvencións 2026-2028 e o convenio entre o Concello e a Asociación Banda de Música de



Sarria, cunha vixencia de catro anos. A seguridade cidadá foi outro dos asuntos abordados. O Partido Popular presentou unha moción para reclamar un reforzo dos medios e efectivos de seguridade no municipio, tanto a través do Ministerio do Interior como mediante medidas de competencia municipal. Entre as propostas incluídas figuraba a transformación do actual cuartel da Garda Civil en Posto Principal, así como o incremento dos efectivos dos corpos de seguridade. A iniciativa saíu adiante por unanimidade, polo que o Concello solicitará ao Ministerio do Interior a creación deste posto en Sarria. A petición xustifícase, entre outros motivos, polo importante número de peregrinos e visitantes que recibe o municipio, así como pola súa condición de cabeceira comarcal, o seu paso polo Camiño Francés e a súa extensión territorial. A conversión do posto actual en Posto Principal permitiría, segundo se expuxo no pleno, incrementar os efectivos dispoñibles e garantir a prestación do servizo durante as 24 horas. A principal discrepancia chegou coa

segunda parte da proposta popular, relativa á creación dunha nova praza xudicial en Sarria. A portavoz do PP, Carmen José López, defendeu a necesidade desta medida ao considerar que o Tribunal de Instancia da localidade presta servizo a unhas 21.000 persoas e soporta unha elevada carga de traballo. A necesidade de reforzar o servizo xudicial foi compartida polo resto dos grupos, aínda que BNG e Camiña consideraron necesario implicar tamén á Xunta na petición, ao corresponderlle á Administración autonómica a dotación dos medios técnicos e humanos necesarios para acompañar a creación da praza. Neste sentido, a concelleira Reyes Abella propuxo solicitar á Xunta que habilite a correspondente partida orzamentaria e dea resposta ás necesidades trasladadas polo xulgado de Sarria. Desde o PP rexeitaron esta modificación ao considerar "ilegal" destinar fondos a unha praza que aínda non foi aprobada polo Goberno central. Os populares defenderon, ademais, que a posición da Xunta respecto desta cuestión xa está clara, ao ter solicitado tamén a creación da nova praza.

**PERMUY
GESTIÓN**

CORREDURÍA DE SEGUROS

**¡40 AÑOS DE EXPERIENCIA
ASEGUANDO TU TRANQUILIDAD!**

**Obtén el mejor seguro al mejor precio con
nuestro asesoramiento profesional.**

¡No te pierdas nuestras ofertas de octubre!

**Ven y descubre nuestras promociones especiales en
productos de inversión y seguros de salud y decesos.**

¡TE ESPERAMOS!

Rúa da Liberdade, 86-27400 SARRIA (Lugo)

982 53 01 47

982 53 50 63

610 221 677

O Esmorga Fest 2027 confirma a súa primeira banda: MONO

O Esmorga Fest xa ten datas para a súa XI edición e tamén o primeiro nome do cartel de 2027. O festival celebrase os días 12 e 13 de febreiro en Sarria e contará coa presenza de MONO, unha das formacións instrumentais xaponesas con maior proxección internacional.

A banda actuará en Sarria o venres 12 de febreiro, dentro da xira europea coa que presentará "Snowdrop", o seu novo traballo discográfico. Deste xeito, o Esmorga Fest incorpórase ao percorrido internacional de MONO, que durante varias semanas visitará diferentes cidades e salas do continente.

A ruta europea da formación xaponesa inclúe paradas en Berlín, Dresde, Múnic, Berna, Lyon, Barcelona, Valencia, Madrid, Lisboa, Porto, Sarria, San Sebastián, París, Utrecht, Bruxelas e Londres. MONO chegará a Galicia despois de actuar en Porto o 11 de febreiro



e, tras o concerto do Esmorga Fest o día 12, continuará a súa xira cara a San Sebastián o 13.

A xira europea coa que MONO chegará a Sarria coincide coa presentación de "Snowdrop", o seu décimo terceiro álbum de estudo, publicado en 2026.

Formados en Tokio en 1999, MONO

acumula máis de 25 anos de carreira e actuacións en máis de 60 países. A súa proposta musical móvese entre o rock instrumental, o post-rock e composicións de marcado carácter cinematográfico, con contrastes entre pasaxes delicadas e atmosféricas e momentos de gran intensidade sonora.

Sarria volverá a reunir o atletismo popular coa súa carreira 10K

Sarria acollerá o vindeiro 29 de novembro unha nova edición da carreira popular Sarria 10K, unha cita que volverá reunir atletas de diferentes puntos de Galicia cun programa que combina competición e deporte para todas as idades.

A proba contará cun percorrido principal de 10 quilómetros e outro de 5 quilómetros, ademais dunha andaina e diferentes carreiras destinadas ás categorías escolares. A iniciativa

está organizada pola Vicepresidencia da Deputación de Lugo e o Concello de Sarria, coa colaboración de CC Norte e Running Sarria.

Na pasada edición, arredor de 500 persoas participaron na carreira popular. O percorrido desenvolveuse integramente polo casco urbano de Sarria, cun trazado rápido e unha saída e chegada situadas na rúa da Liberdade, á altura do paseo do Malecón.

Na clasificación absoluta masculina, o triunfo foi para o pontevedrés Jorge Puig Malvar, seguido por Jarno Pousada Troitiño, de Lugo, e Ismael Viéitez Porto, de Pontevedra.

Na categoría feminina, a gañadora foi Luisa González Somoza, de Bóveda. O segundo posto correspondeu a Purificación Anegas Fernández, de Ourense, mentres que Natalia Rivas Suárez, de Sada, completou o podio.

O Máster Sarria Fútbolín regresa con máis de 9.500 euros en premios



O Máster Sarria Fútbolín volverá reunir afeccionados a este deporte os días 30 e 31 de outubro e o 1 de novembro con motivo da súa XIV edición. O evento, organizado por Jony, repartirá este ano máis de 9.500 euros en premios e xa ten abertas as inscricións, cun prezo de 25 euros por xogador.

A competición arrancará o xoves 30 de outubro a partir das 20.00 horas coa proba local de Sarria. A programación continuará ás 22.30 horas coa sección Cego, para a que será necesario aboar unha inscrición de 5 euros por participante.

O venres 31 será a quenda do fútbolín de movemento, que contará con tres categorías: elite, primeira e segunda. As oito primeiras parellas de cada modalidade terán acceso a premios. Na categoría elite, a primeira parella recibirá 1.200 puntos, mentres que o premio para a primeira clasificada de primeira será de 300 puntos e para a de segunda, de 200 puntos.

A programación continuará o sábado 1 de novembro co fútbolín parado, tamén dividido nas categorías eli-

te, primeira e segunda. Neste caso, os premios de referencia serán de 1.000 puntos para a primeira parella de elite, 200 puntos para a primeira de primeira e 100 puntos para a gañadora de segunda.

A xornada do sábado incluírá ademais o fútbolín feminino, unha modalidade que se converteu nun dos principais reclamos do torneo desde a pasada edición. A competición busca así manter e ampliar a participación das mulleres nun evento que cada ano atrae participantes de diferentes puntos e que xa supera o ámbito comarcal.

Nesta categoría repartiranse premios entre as seis primeiras parellas, con cantidades que irán desde os 250 puntos para as gañadoras ata os 50 puntos para a sexta parella clasificada.

A organización destaca o importante impacto de participación que continúa rexistrando o torneo, tanto xogadores e xogadoras como centos de visitantes que acoden ao recinto ao longo da fin de semana, alcanzando o ano pasado arredor de 500 persoas entre participantes e público.



- MOLDURAS
- ESCAYOLA
- ESTANTERÍAS
- TECHOS DESMONTABLES
- RELUCIDOS
- TABIQUERÍA DIVISORIA
- INSONORIZACIÓN
- TRASDOSADOS

ECONÓMICO Y EFICIENTE

PÍDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

NUESTROS NUMEROSOS TRABAJOS EN LA COMARCA DE SARRIA NOS AVALAN



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

A TRADICIÓN DA CASA

EN SARRIA

- Supermercado A Pontevela
- Supermercado Javi (Cruce da Estación)
- Carnicerías Estación
- Alimentación Plaza Galicia

EN LÁNCARA

- Casa Enriqueta

NA POBRA DE SAN XIAO

- Comercial Luseiro

A maxia percorre seis parroquias de Sarria co Encontro Máxico no Rural



A maxia volverá ser protagonista nas parroquias de Sarria os días 17 e 18 de outubro coa celebración da cuarta edición do Encontro Máxico no Rural, unha iniciativa que desde 2024 leva propostas de artes escénicas fóra do núcleo urbano. Nesta ocasión, o programa chegará a seis parroquias do municipio e ofrecerá actividades para todos os públicos ao longo de toda a fin de semana.

A programación forma parte de Sarria Acendida, o proxecto cultural impulsado polo Concello de Sarria e financiado xunto coa Vicepresidencia da Deputación de Lugo. O encontro mantén así o obxectivo co que naceu hai dous anos: facilitar o acceso á cultura nas parroquias e achegar espectáculos de maxia e outras artes escénicas á veciñanza do rural.

O sábado 17 de outubro, a primeira cita será ás 12.00 horas en Corvelle, onde actuarán Marina e Samuel Moreno. A programación continuará pola tarde en San Pedro de Froián, ás 16.30 horas, con Golden Magic

e Marina. A xornada rematará ás 19.00 horas en Farbán, cun espectáculo a cargo de Golden Magic e Samuel Moreno.

As actividades continuarán o domingo 18. Ás 12.00 horas, Biville recibirá ao Bruxo Cabacín e ao Mago Iago. Pola tarde, ás 16.30 horas, será a quenda da Veiga, onde actuarán Roberto Lolo e o Mago Iago. A última sesión terá lugar ás 19.00 horas en Santa María de Vilar, con Bruxo Cabacín e Roberto Lolo.

O cartel desta cuarta edición reúne así a Marina, Samuel Moreno, Golden Magic, Bruxo Cabacín, Mago Iago e Roberto Lolo, que protagonizarán os seis encontros previstos nas parroquias.

A incorporación desta actividade á programación de Sarria Acendida reforza a aposta por descentralizar a oferta cultural do municipio, levando espectáculos tamén a diferentes puntos do territorio. O obxectivo é favorecer o acceso ás artes escénicas e fortalecer a relación entre a cultura, a veciñanza e as parroquias.

'Vermello' e 'A desconfianza' chegarán á provincia de Lugo

Rebuldeira Teatro xa ten en marcha a súa nova tempada de actuacións para este outono coa que leva as súas historias a diferentes escenarios de Galicia. A compañía representará as obras 'Vermello', unha obra ambientada na Guerra Civil, e 'A desconfianza', formada por catro pezas de microteatro.

O 11 de outubro estarán en San Cosme de Barreiros, ás 20.00 horas, e o 17 de outubro será en Taboada ás 19.00 horas. Xa en novembro, irán a Samos o día 7 ás 19.00 horas e a Monforte o 14 de novembro ás 20.00 horas.



Con este calendario, Rebuldeira A compañía combinará así unha montaxe centrada na memoria histórica con outra proposta de microteatro de carácter máis contemporáneo, ofrecendo ao público dous rexistros diferentes ao longo do outono.

PREMIO. A compañía conseguiu o premio ao mellor guión orixinal pola obra 'Vermello' na primeira edición dos Premios FETEAGAL Manuel Lourenzo, un recoñecemento que pon en valor o traballo desenvolvido polo grupo dentro do teatro afeccionado galego.

O galardón chegou despois de que 'Vermello' lograra situarse entre as obras finalistas en dúas das categorías do certame. A produción de Rebuldeira optaba ao premio ao mellor guión orixinal como ao de mellor espectáculo costumista.

Meigas e Tragos ofrece probar as súas actividades de balde durante outubro

O Lar da Asociación Cultural Meigas e Tragos de Sarria abre as súas portas para achegar as súas actividades á veciñanza.

As persoas interesadas en participar nalgunha das propostas da asociación, poderán probar de maneira gratuíta durante o mes de outubro, sen ningún custo.

A maior parte da programación terá lugar os sábados, nos que, durante a mañá, a programación estará centrada no baile infantil, con clases para diferen-

tes grupos de idade: de máis de 12 anos, de 10:50 a 11:45 horas; de 5 a 8 anos, de 11:45 a 12:30 horas; de 2 a 4 anos, de 12:30 a 13:15 horas; e de 9 a 11 anos, de 13:15 a 14:00 horas.

Pola tarde, de 16:00 a 17:00 horas, haberá iniciación ao baile para adultos, percusión infantil e iniciación á gaita. De 17:00 a 18:00 horas desenvolveranse as clases de perfeccionamento de baile para adultos, iniciación á percusión e perfeccionamento de gaita. A partir das 18:00 ho-

ras, a programación continuará co perfeccionamento de percusión e o ensaio xeral mensual, ambos ata as 19:00 horas, así como co baile de adultos en nivel de perfeccionamento, que se prolongará ata as 19:00 horas.

Pola súa parte, os luns contarán con actividades de pandeireta e canto, distribuídas en tres grupos: infantil, de 19:00 a 19:45 horas; iniciación, de 19:45 a 20:30 horas; e perfeccionamento, de 20:30 a 21:15 horas.



OSCAR

ALQUILER DE COCHES

951 12 93 33

OSCAR.ES





Alquiler de Vehículos en Sarria

VEHÍCULOS INDUSTRIALES	TURISMOS	MONOVOLUMEN 6-9 PLAZAS
		
DESDE 36€ /DÍA	DESDE 30€ /DÍA	DESDE 90€ /DÍA

TENEMOS UN COCHE DE ALQUILER PARA CADA NECESIDAD

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

200 KM INCLUIDOS AL DÍA Y SEGURO

Oito mulleres e unha mesma paixón: nace en Sarria o grupo de pandeireteiras Por Vir

O colectivo xorde das aulas da Asociación Cultural Peleriños para dinamizar foliadas e festas na comarca e reivindicar a tradición a partir de pezas recollidas directamente da cultura popular

Sarria conta cun novo grupo de pandeireteiras. Por Vir está formado por oito mulleres vinculadas á Asociación Cultural Peleriños: Beatriz Chaos, Ruth Pérez, Nerea Iglesias, Jessica Blanco, Lucía Rodríguez, Jennifer López, Raquel Seoane e Alba Fernández. A maior parte delas participa nas clases de pandeireta ou baile da asociación e agora dan un paso máis para levar a música tradicional a festas, foliadas e actividades culturais. A idea comezou a tomar forma hai arredor de dous anos, impulsada pola profesora de baile, cantadeira de Cántigas e Frores de Lugo. As integrantes comezaron a reunirse para tocar xuntas e, ao comprobar que había conexión entre elas e que o resultado tiña posibilidades, decidiron continuar cos ensaios e converter o proxecto nun grupo estable. A iniciativa ten tamén un carácter pioneiro na comarca, xa que Por Vir sería o primeiro grupo de pandeireteiras de Sarria. Na provincia de Lugo existen formacións como Cántigas e Frores ou A Volta do Agro, pero son poucas as agrupacións especializadas neste ámbito, polo que as integrantes consideran que existe espazo para unha proposta deste tipo.

MEMORIA E TRADICIÓN. A filosofía de Por Vir está directamente ligada á da Asociación Cultural Peleriños: achegarse á música e ao baile tradicional desde o respecto pola súa realidade histórica. As pezas que traballan parten de recollidas realizadas a mulleres que conservaron estas músicas na súa vida cotiá.

"O obxectivo principal é mostrar que, a pesar de que non calquera persoa pode tocar de forma compe-



Imaxes de Toño de López

tente, se vas a unha asociación con bos mestres, te esforzas, tes talento e complicidade coas compañeiras, podes sacar cousas de calidade que poden representar a un pobo", explica Beatriz Chaos. O grupo busca, polo tanto, evitar engadidos ou modificacións que non formen parte da tradición. As integrantes traballan coas pezas documentadas e realizan a súa propia preparación para levalas ao escenario, pero sen introducir floreos ou coplas alleas ás formas nas que foron recollidas.

Esta maneira de entender a tradición tamén conecta co interese que perciben actualmente por recuperar as foliadas e a participación veciñal.

Nas festas, consideran que a presenza dunha orquestra pode convivir coa música tradicional e que cada vez hai máis persoas dispostas a bailar, tocar e recuperar formas de diversión colectiva que estaban presentes noutras épocas.

PROCESO DE APRENDIZAXE. Para coñecer esas formas musicais, Por Vir segue o mesmo modelo de traballo da asociación e conta con profesorado con experiencia na investigación e recollida da tradición oral. Moitas destas recuperacións realizáronse especialmente a partir dos anos noventa, cando se comezou a recuperar con maior intensidade

unha cultura popular que durante décadas quedara relegada.

Os investigadores percorreron aldeas e falan con persoas que mantiveran estas prácticas na súa vida diaria, observando tamén momentos de encontro nos que se tocaba, se cantaba, se bailaba e se compartía tempo. Ese material é agora unha das referencias para o traballo das oito integrantes.

Manter un grupo destas características require compromiso. Por Vir está formado actualmente por oito mulleres porque reunir máis persoas para ensaiar con regularidade e asumir o proxecto cunha certa profesionalidade resulta complicado.

A preparación implica organizar horarios e renunciar a outras actividades, polo que prefiren consolidar o grupo coas integrantes actuais e continuar medrando pouco a pouco. O obxectivo é seguir participando en festas e actividades culturais, tanto en Sarria como noutros puntos da provincia de Lugo, e manterse abertas ás propostas que poidan xurdir.

O nome do grupo tamén nace directamente da súa historia. As integrantes reúnen para ensaiar na rúa Por Vir, en Sarria, e acabaron escollendo ese nome para identificar a formación. Foi unha decisión na que tamén influíu o vínculo desta rúa coa localidade e o xogo de palabras que permitía o nome.

Por Vir nace así como unha proposta nova, pero cunha base construída ao longo de anos de formación na Asociación Cultural Peleriños. A agrupación considera que Sarria conta cunha importante actividade cultural, aínda que existen dificultades para que as asociacións poidan desenvolver os seus proxectos.

A REIVINDICACIÓN DE ESPAZOS.

Entre as principais necesidades que sinalan está a falta de espazos públicos para ensaiar e impartir clases. A Casa da Cultura non dispón de salas suficientes para acoller actividades de música e baile, polo que Peleriños ten que buscar alternativas. A asociación mantén tres aulas infantís simultáneas e utiliza o IES Gregorio Fernández, pero consideran necesario contar con espazos destinados ao tecido cultural.

Tamén botan en falta un auditorio no que poder presentar os seus proxectos. Organizaron unha foliada para marcar o inicio do curso coa participación de Por Vir, pero a falta dun lugar adecuado dificulta este tipo de iniciativas, especialmente durante o inverno. Para o grupo, contar con instalacións públicas para as actividades das asociacións permitiría reducir os gastos que implica pagar espazos privados e facilitar as iniciativas culturais como as de Por Vir.



PIZZERIA PAPARAZZI
100% ITALIANI

!!OFERTAS ESPECIALES!!

-50% en la segunda pizza familiar

-25% en la segunda pizza mediana

Martes
Familiar de Jamón a Bacon
8€

Servicio a domicilio
Reservas: 982 012 026

Rúa Diego Pazos, 30 - Balao Sarria

COMIDA PARA LLEVAR

cafe CUBAN bar

1º PREMIO
XV CONCURSO DE TAPAS
TAPICHEO'22

Matías López 100, SARRIA - cafeteriabarcubano@gmail.com
Tfno.: 982 886 580

cafebarcubano

Cultura promove novos obradoiros participativos

A Área de Cultura do Concello de Sarria organiza a actividade 'Obradoiros de Outono', un programa de actividades participativas que forma parte de 'Sarria Acendida' e que se desenvolverá durante os meses de outubro, novembro e decembro. A primeira actividade en comezar será 'Raíces en escena', un obradoiro de teatro infantil, pensado como unha primeira aproximación ás artes escénicas a través do xogo, a expresión corporal, a voz, a improvisación e a creación colectiva. A proposta contará con nove sesións dunha hora e unha xornada final o sábado 12 de decembro. As sesións celebraranse os luns de outubro, novembro e decembro, ás 17:00 horas, na Casa da Cultura. O programa continuará con 'Raíces

de tinta', un obradoiro de escritura creativa impartido por María Casar, que terá lugar os días 15 e 29 de outubro e 12 e 26 de novembro, de 18:00 a 20:00 horas. Pola súa banda, 'Recetas da memoria', da Panadería Pallares, abordará a gastronomía, a tradición e a memoria os días 24 de outubro e 7 de novembro, de 16:30 a 18:30 horas. O obradoiro de fotografía 'Detrás das árbores', con Toño de López, celebrarase os días 28 e 29 de novembro. O sábado desenvolverase de 10:30 a 13:30 e de 15:30 a 17:30 horas, mentres que o domingo será de 10:30 a 13:30 horas. A programación completarase coa xornada comunitaria 'Acender a memoria', a cargo de Outonía S. Coop., con horario por confirmar.

Continúa a V Mostra de teatro Iván Tourón Morais

A V Mostra de Teatro Iván Tourón Morais de Sarria encara a súa recta final tras celebrar varias das funcións previstas desde o mes de setembro. A iniciativa, promovida polo Concello de Sarria en colaboración coa Vicepresidencia da Deputación de Lugo, ofrece espectáculos gratuitos para diferentes públicos na Casa da Cultura. A Mostra continuará agora con dúas últimas propostas. O venres 9 de outubro, ás 17.30 horas, Fantoques Baj representará "Novos lobos", un espectáculo recomendado para maiores de cinco anos.

A programación pecharase o venres 16 de outubro, tamén ás 17.30 horas, con "A máquina do tempo", de Teatro Ghazafellos, dirixida a maiores de catro anos. As funcións para público adulto da Mostra están integradas este ano en Sarria Acendida, o proxecto cultural que reúne diferentes propostas artísticas e culturais ao longo do ano. A programación da Mostra mantén así a aposta por achegar o teatro a públicos de diferentes idades e por dar cabida tanto a compañías profesionais como a iniciativas do tecido cultural local.

Violeta Bernardo incorpora unha nova obra á Rede Museística

A artista de Sarria Violeta Bernardo amplía a súa presenza na Rede Museística Provincial de Lugo coa incorporación de "Pantasma do pasado", unha obra que se expón no Museo Fortaleza San Paio de Narla e que a converte na única autora con pezas nos catro centros que integran a institución. A creación pasa a formar parte das novas incorporacións ás coleccións, nunha iniciativa que busca dar visibilidade a realidades pouco representadas e abordar cuestións como a memoria, a diversidade e a xustiza social. A obra intégrase no proxecto "Soterradas. Vidas e historias na procura da xustiza social", unha proposta que pretende recuperar experiencias silenciadas polas narrativas históricas dominantes e ofrecer unha perspectiva máis ampla sobre as desigualdades. A través da arte contemporánea, a iniciativa busca establecer un diálogo co patrimonio dos museos e achegar



ao público historias e vivencias que tiveron unha presenza limitada nos relatos tradicionais. A incorporación de "Pantasma do pasado" foi presentada no Museo Fortaleza San Paio de Narla, nun acto no que participaron o vicepresidente da Deputación de Lugo, Efrén Castro; a xerente da Rede Museística Provincial, Encarna Lago; as artistas Violeta Bernardo e Ruth Lodeiro,

e a comisaria Sara Pérez Bello. Durante a presentación, Bernardo puxo en valor o labor de Encarna Lago para favorecer a presenza das mulleres nos espazos expositivos da Rede Museística. "As mulleres empezamos a expor desde que está ela", afirmou a artista, en referencia ao papel da xerente na incorporación de creadoras ás coleccións e exposicións dos museos provinciais.

Eugenio López Quiroga, Cheno, Fillo Predilecto a título póstumo

Eugenio López Quiroga, coñecido por todos como Cheno, é xa formalmente Fillo Predilecto de Sarria a título póstumo, despois dunha votación na que todos os partidos políticos da Corporación votaron a favor, recoñecendo a súa traxectoria e á súa contribución ao progreso do municipio, nunha homenaxe que reuniu tamén a numerosos veciños. O acto contou coa participación da

Banda de Sarria, que puxo a banda sonora á homenaxe e interpretou, entre outras pezas, o Himno de Galicia. O recoñecemento culminou así cunha lembranza colectiva a un sarriao que, segundo destacou o Concello, contribuíu ao desenvolvemento da vila. O expediente para o nomeamento como Fillo Predilecto, instruído pola concelleira Reyes Abella, recolle a

súa contribución ao desenvolvemento económico de Sarria e o seu compromiso coa localidade. Pero o recoñecemento foi tamén máis alá da súa traxectoria profesional, destacando o vínculo persoal que mantivo coa vila, coa súa xente e coas súas raíces. O alcalde, Claudio Garrido, definiu a López Quiroga como unha figura "clave" para o municipio.

FONTANERÍA Y GAS
VILAR VALCARCEL

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

AEROTERMIA

SUELO RADIANTE

BIOMASA

INSTALACIONES DE CALEFACCIÓN, FONTANERÍA Y GAS

Tapisa, s.l.

TU FÁBRICA DE SOFÁS A MEDIDA

¡RETAPIZAMOS TU VIEJO SOFÁ!

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

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.restaurant
San Martín de Río Lancia
A Reboleira 27692
Tlf: 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 Aira Padron





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

**A Pulperia
de 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 UNED Sénior celebra doce anos de formación continua en Sarria



A UNED Sénior de Sarria celebrou doce anos de traxectoria na vila no que 40 estudantes recibiron os seus diplomas tras cursar as materias de 'Inglés para Viaxar' e 'Tertulias Literarias'. A cita serviu para pechar esta etapa formativa e mirar cara aos inicios dun programa que se consolidou na vida educativa, social e cultural sarriá.

Durante o acto púxose en valor que dúas estudantes participaran na UNED Sénior desde a súa implantación en Sarria hai doce anos. "Unha constancia que representa o espírito dun programa baseado na curiosidade, na convivencia e na formación ao longo de toda a vida", segundo a directora da UNED de Lugo, Ana Traseira.

A celebración permitiu tamén recuperar a historia dos primeiros pasos da aula Sénior na localidade. Neste percorrido tivo un protagonismo especial Olga López, Olguita, recoñecida como unha das principais impulsoras da iniciativa xunto coa corporación municipal daquela etapa. Traseira estendeu este recoñecemento ás diferentes corporacións municipais que durante

estes anos mantiveron a colaboración, permitindo dar continuidade á iniciativa e fortalecer progresivamente a relación entre a Universidade e o Concello. Traseira dedicou tamén un agradecemento ao Concello de Sarria pola colaboración noutros proxectos, especialmente nas Xornadas Xurídicas de Sarria. A participación da UNED nesta iniciativa permitiu reforzar a súa dimensión académica e contribuír á súa proxección internacional.

Ana Belén Traseira avanzou a intención de incorporar novas materias durante o segundo cuadrimestre deste curso ante a elevada demanda detectada entre o alumnado.

NOVO CURSO. A UNED Sénior regresa a Sarria cunha oferta formativa dirixida a persoas maiores de 55 anos, sen que sexa necesario unha titulación previa. Durante o primeiro cuadrimestre, o alumnado poderá escoller entre 'Tertulias Literarias', os xoves de 17:00 a 19:00 horas, e 'Inglés para o día a día', os martes no mesmo horario. O prazo de matrícula permanecerá aberto ata o 20 de outubro.

O IES Xograr Afonso Gómez repasa a historia da música en galego

O alumnado do IES Xograr Afonso Gómez de Sarria puido coñecer a evolución da música en galego a través da exposición 'Galegoza. A canción en galego', unha mostra impulsada pola Vicepresidencia da Deputación de Lugo e que percorre diferentes centros de secundaria da provincia. A exposición está formada por unha trintena de paneis que repasan a historia da música en galego desde os anos sesenta ata a actualidade, con referencias a estilos como a música tradicional, o pop, o rock, a canción de autor, a electrónica, o hip hop e o rap.

Durante a inauguración, o vicepresidente Efrén Castro participou nun encontro co alumnado, que tamén puido coñecer máis detalles do proxecto da man do seu comisario



e responsable do portal Ábrete de Orellas, Pepe Cunha.

A mostra incorpora códigos QR que permiten acceder a unha lista de reprodución con temas represen-

tativos da evolución da música en galego. Ademais, o alumnado pode participar no sorteo de iPods a través dun cuestionario sobre os contidos da exposición.

Programan dous espectáculos de narración e monicreques

A Casa da Cultura Biblioteca Camilo Gonsar de Sarria acollerá dúas propostas culturais incluídas no programa Ler conta moito da Rede de Bibliotecas de Galicia.

As actividades serán os venres 9 e 16 de outubro, ambas ás 17:30 horas, e estarán dirixidas especialmente ao público familiar. A primeira cita será o venres 9 de outubro con 'Novos lobos', un espectáculo de narración oral e monicreques de Fantoques Baj que aborda a igualdade de xénero desde a perspectiva das novas masculinidades.

A proposta parte da revisión de diferentes contos da literatura popular para adaptalos a unha mirada



contemporánea sobre os roles de xénero. O espectáculo busca achegar ao alumnado ferramentas que contribúan á prevención da violencia de xénero.

A segunda actividade terá lugar o venres 16 de outubro, ás 17:30 horas e no mesmo espazo cun espectáculo familiar da compañía Teatro Ghazafellos.

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

FACENDA FARRUQUÍNO

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

Sarria volverá reunir vehículos clásicos na súa sexta concentración

O Club Clásicos de Sarria organizará o vindeiro 17 de outubro a VI Concentración de Vehículos Clásicos Vila de Sarria. As inscricións xa están abertas á participación das persoas interesadas, cuns prezos que van desde os 40 euros para os socios, de 45 euros para os que non son socios e de 20 euros por neno ou nena menor de 13 anos.

Desde a organización aclaran que a programación aínda non está confirmada e que a irán dando a coñecer a través das súas redes sociais.

Reclaman unha solución definitiva para o barrio da Estación de Oural

O Partido Popular reclama ao Goberno Central e a ADIF unha "solución definitiva" para os problemas que, segundo denuncian, están a afectar ao barrio da Estación de Oural, en Sarria, como consecuencia das obras executadas na estación ferroviaria. Os populares sinalan especialmente as dificultades de acceso peonil e para vehículos de emerxencias e servizos, así como distintos danos ocasionados na contorna. Nun encontro cos veciños, estes puideron expor os problemas de accesibilidade e outras deficiencias derivadas das actuacións ferroviarias.

Entre as cuestións sinaladas polos residentes tamén se atopa o deterioro da fonte e o risco de inundación que, segundo os populares, existe no barrio ao non terse previsto sistemas adecuados para a evacuación das augas pluviais. Para o PP, esta situación está a provocar o illamento da zona e numerosas queixas por parte dos veciños, que foron trasladadas tanto ao Concello como ao Gober-



no de España.

"Esiximos que o Ministerio de Transportes e ADIF asuman as súas responsabilidades e corrixan as deficiencias que afectan á vida diaria dos veciños e melloren a súa accesibilidade antes de ter recepción a obra", reclaman os populares.

Francisco Conde cualificou a situación de "insólita" e asegurou que está a afectar "gravemente á accesibilidade ao barrio da Es-

tación tanto aos peóns como aos vehículos". Pola súa banda, Jaime de Olano criticou o que definiu como "esta nova chapuza do Goberno de Sánchez na provincia", que, segundo sinalou, están a sufrir directamente os residentes do barrio da Estación de Oural.

Consideran que esta situación está a prexudicar os usuarios e a conectividade da provincia de Lugo co resto de Galicia e de España.

A Liga Nacional de Graffiti levou arte a Sarria



A Liga Nacional de Graffiti reuniu en Sarria a dez artistas procedentes de diferentes puntos de España, entre eles Cataluña e Andalucía, que plasmaron en distintos murais referencias ao patrimonio, á cultura e ás tradicións galegas, unha proposta que forma parte do programa 'Sarria Acendida', impulsado polo Concello de Sarria e a Vicepresidencia da Deputación de Lugo.

O vencedor da Liga Nacional de Graffiti foi o artista urbano Danklabara, que se impuxo coa súa obra 'Outra vaca no millo'. O segundo posto foi para Hide Two, cunha creación realizada nas pistas deportivas. O terceiro clasificado foi Konestilo, que realizou un mural dedicado ao Camiño de Santiago, tamén nunha das fachadas do pavillón.

A igrexa de Santa Mariña encara a recta final das obras de conservación

As obras de conservación da igrexa de Santa Mariña de Sarria entran na súa fase final e estarán rematadas, segundo a previsión da Xunta, durante o vindeiro mes de outubro. Os traballos atópanse xa executados preto do 90 %, cun investimento de 546.647 euros.

A intervención céntrase principalmente en frear a entrada de auga

e solucionar diferentes problemas que estaban afectando á conservación do inmoble.

Un dos principais obxectivos das obras é acabar coas entradas de auga que se producían a través da cuberta, da fachada, das fiestras e da torre da igrexa.

Para iso, os traballos inclúen a substitución do material da cuberta de

lousa e a reparación do entaboadado que a sostén. Tamén se están acondicionando os encontros cos paramentos verticais e realizando labores de limpeza da cantería.

A intervención incorpora ademais medidas para mellorar a estanquidade dos muros e da torre mediante o emprego de morteiros de cal tradicional.

A Asociación Cultural Pelerriños inaugurou a súa nova tempada de actividades culturais cunha foliada no Paseo do Malecón. A programación desenvolverase os martes con canto, a pandeireta e o baile tradicional. Na mesma tarde tamén se desenvolverá un club de costura. A programación infantil terá un peso destacado os venres, con música tradicional e baile tradicional para os máis pequenos. A actividade dos venres prolongarase ata as 20.00 horas, cando Ruth Pérez asumirá a sesión de baile tradicional para adultos.

A fin de semana completárase cos instrumentos tradicionais. Os sábados, impartiranse as clases de gaita e percusión.

Á marxe das aulas semanais, Pelerriños prevé organizar durante o curso obradoiros e monográficos sobre diferentes ámbitos. Estas actividades complementarias forman parte tamén das vantaxes reservadas ás persoas socias da asociación.

As persoas interesadas poden solicitar información a través das redes sociais de Pelerriños ou nos teléfonos 620 376 329 e 693 299 292.



INVISTE EN PARADELA

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

200

ANOS



DEPUTACIÓN

Reparten 72 emisoras portátiles nos seis parques de bombeiros

A Deputación de Lugo repartirá 72 novas emisoras de radiocomunicación dixital portátiles entre os seis parques de bombeiros do Consorcio Provincial. Os equipos, que levaban anos sendo solicitados pola institución provincial, foron recollidos este luns por técnicos da Deputación na Estrada e permitirán renovar os dispositivos empregados polos efectivos nas súas intervencións.

Os novos terminais empregan tecnoloxía dixital TETRA e están integrados na Rede Dixital de Emerxencias e Seguridade de Galicia (RESGAL), á que o Consorcio se incorporou en 2016. Uns dispositivos que supoñen unha mellora nas comunicacións dos bombeiros, ao ofrecer maior seguridade e fiabilidade, facilitar a coordinación entre os equipos e permitir establecer grupos de comunicación específicos para cada operativo.

Esta renovación actualiza os medios de comunicación dos parques de bombeiros do Consorcio provincial -Barreiros, Vilalba, Sarria, Monforte de Lemos, Viveiro e Chantada-

da-e dá resposta a unha demanda que a Deputación viña trasladando desde hai anos no marco do acordo asinado coa Axencia Galega de Emerxencias (AXEGA).

Coincidindo coa renovación dos equipos, este luns comeza ademais unha nova acción formativa dirixida a todo o cadro de persoal do Consorcio, de todas as categorías profesionais, sobre apertura de portas en edificios e vehículos. A formación, impartida pola empresa Fuego y Mar, desenvolverase en distintas xornadas durante setembro e outubro e combinará contidos teóricos e prácticos.

O curso, de 7 horas, permitirá aos profesionais perfeccionar as técnicas para comprobar e abrir portas mediante métodos non destrutivos e forzados, así como practicar a intervención en diferentes escenarios e tipos de portas utilizando as ferramentas específicas. A formación desenvolverase en Santiago.

A Deputación de Lugo mantén ademais aberto o proceso selectivo para cubrir 37 prazas de bombeiro-condutor.

O pleno reclama á Xunta recursos para maiores, colexios e gandeiros

O pleno da Deputación provincial de Lugo aprobou unha iniciativa do grupo socialista para instar á Xunta de Galicia a que aumente os recursos para a atención ás persoas maiores na provincia de Lugo, de acordo co marco competencial das administracións públicas. A proposta saíu adiante cos votos a favor do PSdeG, do BNG e do deputado non adscrito, e cos votos en contra do PP.

Durante a defensa da moción, o deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera, pediu á Xunta que revise o plan de residencias que acaba de anunciar, que non inclúe ningunha na capital lucense, e onde case a metade das prazas serán privadas. Rivera afeoulle aos populares que a Xunta aposte por un modelo que consistirá en adxudicar a construción e a xestión das residencias a empresas privadas e a concertar despois o 60% das prazas. O resto, insistiu, serán privadas. Lembrou que o 33,7% da poboación da provincia supera os 60 anos.

Pola súa banda, o BNG asegurou que “o PP está en contra de que a Xunta de Galicia asuma as súas competencias e financie o coidado de maiores desta provincia, sexan da Deputación ou de titularidade municipal”,



sinalou Efrén Castro. “Abandonan as residencias da Deputación e abandonan as residencias de concellos da súa cor política. Os concellos, e especialmente os pequenos, non teñen financiamento para asumir os custos dunha praza pública, e vostedes lávanse as mans”, dixo.

O Pleno aprobou tamén unha proposta promovida polo BNG que demanda á Xunta de Galicia máis recursos para a educación pública na provincia. A iniciativa, aprobada cos votos do BNG e do PSdeG, reclama dotar os colexios e institutos de persoal suficiente e necesario, con especialistas en cada unha das mate-

rias, e atender a demanda de obras necesarias en diferentes centros da provincia.

Tamén se aprobou unha moción que urxe á Xunta de Galicia a adoptar medidas extraordinarias para compensar os danos provocados pola seca no sector primario. No debate da moción, o deputado Daniel García deu eco ás dificultades das ganderías que tiveron que recorrer a reservas de forraxe ou á compra de alimentación pola caída da produción de forraxe e reclamou ao goberno galego unha liña extraordinaria de axudas directas para compensar o aumento dos custos.

Entregados os VII Premios á Excelencia Turística a 4 iniciativas

O Pazo de San Marcos acolleu a gala de entrega dos VII Premios de Turismo, galardóns que entrega o Consello Provincial de Turismo, impulsado e presidido pola Deputación.

Nesta edición foron distinguidas catro iniciativas que contribúen á promoción de distintas partes do territorio da provincia e do seu pa-

trimonio material e inmaterial. Son o Festival do Viño da Ribeira Sacra de Monforte de Lemos, o Encontro Internacional de Torneiros da Madeira de Xermade, a Festa da Enfariñada de Trabada e o proxecto Santaballa, Territorio de Memoria e Sostibilidade, de Vilalba.

A entrega do premio a cada unha das candidaturas consistiu nun di-

ploma e nunha figura de cerámica de Gundivós. Foron entregados pola vicepresidenta do Consello e deputada provincial, Pilar García Porto.

A mandataria destacou a “ampla variedade de recursos que ten a provincia, en múltiples lugares e cun completo calendario de actividades ao longo de todo o ano”.

Finaliza o proceso de estabilización de persoal nos centros de maiores

A Xunta de Goberno autorizou o nomeamento de 16 traballadores como persoal fixo das residencias de maiores da rede provincial, unha medida que supón unha mellora tanto en materia de emprego e que redundará tamén na prestación do servizo ás persoas usuarias destes centros.

A Deputación finaliza deste xeito o proceso de estabilización do persoal das súas residencias, que dan emprego directo a 230 persoas.

Os procesos leváronse a cabo por concurso-oposición. Catro prazas de fisioterapeuta, correspondían ás ofertas de emprego público dos anos 2023 e 2024; cinco prazas de terapeuta ocupacional pertencían ás ofertas de emprego público dos anos 2023, 2024 e 2025 e sete prazas de enfermería formaban parte das ofertas de emprego público de 2023 e 2025.

Á marxe das residencias, a xunta de goberno autorizou así mesmo o nomeamento de cinco auxiliares e catro porteiros. Nos dous casos son para cubrir prazas correspondentes ás ofertas de emprego de 2023. No primeiro caso foi por oposición e no segundo, por concurso-oposición.

Outros acordos adoptados polo órgano provincial este venres permitirán continuar reforzando o cadro de persoal da Deputación. Por unha banda, aprobáronse a convocatoria e as bases para elaborar unha listaxe de técnico superior de márketing e publicidade para prestar servizos de carácter temporal. Tamén se aprobaron a convocatoria e as bases para cubrir unha praza de oficial de taller de libro (encargado da restauración de libros e documentos). Neste caso está reservada á promoción interna vertical.



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

As Escolas Deportivas Municipais comezan neste mes de outubro

O Concello de Láncara abriu o prazo de inscrición para participar nas Escolas Deportivas Municipais durante o curso 2026/2027, cunha oferta de actividades extraescolares que inclúe atletismo, fútbol sala, pádel e bádminton para nenos e nenas de diferentes idades.

A programación establece atletismo a partir dos 7 anos, fútbol sala desde os 6 e pádel ou bádminton para participantes a partir dos 8 anos. As actividades deste primeiro bloque comezarán o martes 13 de outubro.

A oferta ampliarase a partir de xaneiro de 2027 con novas propostas destinadas aos máis pequenos. Incorporarase fútbol sala na modalidade de biberón e iniciación para nenos e nenas de 4 e 5 anos, así como pádel de iniciación para idades comprendidas entre os 6 e os 7 anos.

Os horarios concretos aínda non están definidos. O Concello publicará unha vez remate o prazo de inscrición e se coñeza o número de



participantes en cada disciplina. Para constituír os grupos será necesario alcanzar un mínimo de persoas anotadas e, a partir das formacións finalmente creadas, organizaranse os correspondentes horarios.

En canto aos prezos, a tarifa anual, correspondente ao período de outubro a xuño, será de 60 euros, mentres que a denominada tarifa mini,

para as actividades que se desenvolverán entre xaneiro e xuño, terá un custo de 40 euros.

As familias interesadas poden formalizar a inscrición presencialmente na Biblioteca Municipal ou a través da sede electrónica do Concello de Láncara. Para ampliar información tamén están dispoñibles os teléfonos 982 543 066 e 630 671 177.

Láncara traballa na modificación do PXOM trala revisión catastral

O goberno de Láncara está a traballar nunha modificación do Plan Xeral de Ordenación Municipal (PXOM) co obxectivo de revisar a cualificación de diferentes parcelas do municipio, despois de que a recente actualización catastral provocase un incremento do Imposto sobre Bens Inmóveis (IBI) para numerosos propietarios. Nos últimos días, varios veciños recibiron comunicacións nas que se lles reclama o pagamento de cantidades pendentes correspondentes aos exercicios comprendidos entre 2020 e 2023.

O asunto abordouse no pleno, no que a portavoz do PP, Olga Capón, solicitou ao executivo municipal que busque medidas para aliviar o impacto económico sobre as persoas afectadas. Pola súa banda, o goberno local relaciona a situación coa revisión dos valores catastrais impulsada durante o mandato de Mariano Rajoy e coa planificación urbanística recollida no PXOM aprobado en 2013, cando o municipio estaba gobernado polo PP con Eladio Capón como alcalde. Segundo explicou o executivo, aquel documento ampliou a superficie de terreos rurais que podían adquirir a condición de edificables, o que repercutiu na súa valoración catastral e, en consecuencia, na tri-

butación dos propietarios.

O tenente de alcalde, Pablo Rivera, lembrou que o PSOE se opuxera no seu momento á aprobación do plan urbanístico, ao considerar que a súa aplicación podía ter consecuencias negativas para o municipio. Como exemplo, sinalou que nalgúns lugares a extensión do solo urbano chegou a triplicarse en comparación coa ordenación anterior.

O alcalde, Darío Piñeiro, tamén cuestionou a clasificación asignada a determinadas parcelas e criticou as diferenzas detectadas entre a cualificación urbanística e as condicións reais dalgúns terreos. O rexedor atribuíu a actualización catastral á solicitude realizada polo anterior goberno municipal e incidiu nas consecuencias que está a ter para parte da veciñanza.

SONDEOS CORDERO
Especialistas en pozos de barrena

Más de 30 anos de experiencia traballando en la 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

A Asociación Cultural Val de Láncara comeza o curso con actividades



A Asociación Cultural Val de Láncara anima a todas as persoas interesadas na música e na tradición galega a achegarse ás actividades que organiza os sábados pola tarde na antiga escola de Láncara.

A programación ofrece diferentes propostas vinculadas á cultura e ao folclore galego, entre elas canto e pandeireta, percusión, baile e gaita. Deste xeito, a asociación reúne nun mesmo espazo distintas disciplinas musicais e artísticas relacionadas coa tradición galega. As actividades están abertas ás persoas que queiran coñecer ou iniciarse nestas disciplinas e formar parte da proposta cultural da asociación.

Para obter máis información sobre os horarios ou o funcionamento das actividades, a Asociación Cultural Val de Láncara pon a disposición das persoas interesadas o teléfono 686 645 830.

Por outro lado, a Asociación pon en marcha unha nova actividade de zumba e ximnasia de mante-

mento, unha proposta destinada a fomentar o exercicio físico e ofrecer unha alternativa deportiva semanal.

As sesións serán os xoves en horario de 16.30 a 17.30 horas na antiga escola de Láncara.

A iniciativa combinará exercicios de ximnasia de mantemento con zumba, unha disciplina baseada na realización de diferentes movementos e coreografías ao ritmo da música. A proposta busca facilitar a práctica regular de actividade física nun formato dinámico e en grupo.

O prezo establecido é de 15 euros para as persoas socias da Asociación Cultural Val de Láncara e de 20 euros para as non socias.

As persoas interesadas en participar xa poden inscribirse a través do teléfono 691 175 650.

A actividade conta coa colaboración do Concello de Láncara e permitirá incorporar unha nova proposta á programación local a partir do mes de outubro, mantendo as clases semanalmente cada xoves.

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

O PSOE denuncia atrasos nos plenos e falta de transparencia do Goberno



O Grupo Municipal Socialista de Triacastela presentou unha queixa formal no Concello para denunciar o "incumprimento do calendario de plenos ordinarios e as dificultades reiteradas para acceder á documentación municipal". O voceiro socialista, Miguel Ángel Fernández, considera que estas situacións están a dificultar o labor de fiscalización da oposición e reclama á alcaldesa que adopte medidas para corrixilas. Segundo explica, ata o momento de presentar o escrito só se celebraran dous plenos ordinarios durante 2026, nos meses de abril e agosto, a pesar de que a Corporación acordara que estas sesións tivesen lugar cada dous meses, o último xoves dos meses pares. Fernández asegura que a periodicidade aplicada "non se axusta ao réxime de sesións ordinarias aprobado pola Corporación". Os socialistas tamén denuncian problemas para acceder á documentación dos asuntos incluídos nas sesións plenarias. Segundo indican, nalgúns casos a información non se facilita coa suficiente antelación ou remítese en formatos que dificultan a súa lectura e análise, o que, na súa opinión, limita as funcións de estudo, debate, fiscalización e control dos concelleiros.

O grupo sinala que esta situación xa afectou aos plenos celebrados en abril e agosto. No primeiro caso, determinados asuntos quedaron sobre a mesa ante a imposibilidade de estudalos e debatelos pola falta de documentación, mentres que en agosto tampouco se entregou toda a información necesaria en condicións adecuadas. Ademais, no momento de presentar a queixa permanecían pendentes de entrega varias actas da Xunta de Goberno Local solicitadas polos socialistas. O PSdeG tamén cuestiona a situación dos orzamentos municipais. Segundo denuncia, desde o inicio do actual mandato non lle consta a aprobación dun novo orzamento. Aínda que, segundo os socialistas, a alcaldesa sinala que as contas están prorrogadas, o grupo asegura que non recibiu a documentación solicitada sobre a prórroga, os créditos vixentes e as modificacións orzamentarias realizadas. Ante esta situación, Miguel Ángel Fernández reclama que se cumpra o calendario establecido para os plenos e que os grupos municipais dispoñan da documentación completa e lexible desde o momento da convocatoria. Tamén pide que se entregue a información que continúa pendente.

As escavacións deste verán en Cova Eirós revelan novos achados

As escavacións realizadas este verán na Cova de Eirós, no lugar de Cancelo, en Triacastela, e nas cavidades do Monte Penedo permitiron ampliar o coñecemento sobre os períodos de ocupación humana destes espazos e confirmar o seu uso como lugares de enterramento. Entre os principais achados da campaña de 2026 destaca a identificación dun novo nivel de ocupación neandertal na Cova de Eirós e o descubrimento na Gruta dos Bloques dos restos dun neno de entre 6 e 8 anos enterrado durante a Idade do Bronce. Os traballos foron desenvolvidos por investigadores do grupo de Estudos para a Prehistoria do Noroeste, Arqueoloxía, Antigüidade e Territorio da Universidade de Santiago de Compostela (USC), do Institut Català de Paleocologia Humana i Evolució Social-CERCA de Tarragona, da Universitat Rovira i Virgili e da Universidade de Oviedo, ao abeiro do convenio coa Consellería de Cultura, Lingua e Xuventude da Xunta de Galicia. Na Cova de Eirós, a intervención permitiu recuperar novos materiais arqueolóxicos e paleontolóxicos relacionados coas ocupacións paleolíticas do sector da entrada. Os traballos continuaron no nivel 4, correspondente ao Paleolítico medio, que achega información sobre os grupos neandertais que habitaron as Serras Orientais hai máis de 45.000 anos. Este nivel presenta unha elevada



cantidade e densidade de restos arqueolóxicos, entre eles lascas, raspadeiras e residuos derivados da fabricación de ferramentas, ademais de restos de animais cazados e consumidos, como cervos, cabalos e bisontes. A abundancia de materiais apunta ao uso da cavidade como campamento durante estadias relativamente prolongadas. Durante as últimas campañas tamén se está a escavar un fogar cuxo foco está protexido e delimitado por pedras, xunto con concentracións de carbóns e restos queimados. Estes elementos reforzan a interpretación do nivel 4 como un espazo de ocupación de longa duración. A campaña de 2026 permitiu ademais iniciar a escavación dun novo nivel do Paleolítico medio, o nivel 5, que confirma a existencia de ocupacións neandertais máis antigas

na Cova de Eirós. A diferenza do nivel superior, presenta unha menor concentración de artefactos, entre os que destacan ferramentas elaboradas con cuarzos locais. "O novo nivel podería corresponderse cos restos deixados por estes grupos durante estadias de curta duración desenvolvidas na entrada da Cova de Eirós", explican os investigadores. Pola súa parte, as intervencións nas cavidades do Monte Penedo, situadas xunto á Cova de Eirós, achegaron novos indicios sobre o uso funerario destes espazos durante a Idade do Bronce. Na Gruta dos Bloques recuperáronse máis de 50 restos óseos, principalmente costelas e falanxes, aínda que tamén apareceron restos das extremidades, como un fémur e un úmero.

A XIV Feira de Artesanía e Produtos da Zona foi todo un éxito de participación

A XIV Feira de Artesanía e Produtos da Zona de Triacastela reuniu na vila artesanía, produtos locais e diferentes actividades nunha xornada marcada polo ambiente festivo e pola posta en valor do municipio e das súas tradicións. Entre os momentos máis destacados estivo a participación do alumnado do CEIP Eduardo Cella Vila de Triacastela, encargado de ofrecer o discurso inaugural baixo o título "O tesouro de Triacastela". Os 19 nenos e nenas do centro realizaron unha lectura coral na que narraron a historia de dous pequenos veciños da vila que emprenden a procura dun tesouro agochado. Ao longo da súa aventura percorren diferen-

tes aldeas do municipio, entre elas Santalla de Alfoz, A Balsa, Cancelo, Lamas, Santa María do Monte, Toldaos e Vilavella, ata regresar á escola, onde descubren que o verdadeiro tesouro de Triacastela está nas súas persoas, tanto nas que xa estiveron como nas que viven actualmente e nas que virán no futuro. No seu discurso, o alumnado reivindicou tamén o valor da feira como un espazo para coñecer os produtos da terra e recoñecer o traballo das persoas que manteñen vivos os oficios e tradicións locais. "Detrás de cada produto hai unha historia, unhas mans... unha persoa que mantén viva a tradición", sinalaron, ao tempo

que expresaron o seu desexo de formar parte dese legado e coidallo para as próximas xeracións. A programación incluíu tamén a actuación da Louband e outras propostas destinadas a dinamizar a xornada. Ademais, a veciña Yolanda Carballo presentou na Biblioteca Camilo José Cella o seu libro "Entre néboas e raiolas de luz", mentres que este mesmo espazo acolleu a presentación da novela "Quando el Camino mata", de Pepe López Sandes. A organización da feira aproveitou tamén a xornada para realizar unha homenaxe a Pili, á que trasladou os seus mellores desexos para unha pronta recuperación.

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)

A Casona do Incio xa é do Concello por voto unánime na Deputación

A Casona do Incio será cedida ao Concello para facilitar a recuperación deste inmoble emblemático, que leva máis de vinte anos á espera dunha solución. O pleno da Deputación de Lugo aprobou por unanimidade a transferencia do edificio, tras a solicitude formal presentada polo Concello do Incio o pasado 24 de xullo.

A cesión permitirá ao municipio avanzar no proxecto para recuperar a Casona e a súa contorna como un espazo público destinado ao ocio e ao deporte, conectado coa Praza da Cruz.

A presidenta da Deputación, Carmela López, explicou durante a sesión plenaria que visitou O Incio o pasado 11 de agosto, cando mantivo unha reunión coa corporación municipal e comprobou persoalmente o estado do inmoble.

"Naquel momento comprométeme a estudar todas as posibilidades e así o fixemos, con rigor e cos correspondentes informes técnicos e xurídicos", sinalou López.



Xunto coa cesión, a Deputación colaborará economicamente coa recuperación do inmoble cunha achega de 250.000 euros, en cumprimento do compromiso expresado pola presidenta durante a sesión plenaria.

O obxectivo da actuación é recuperar tanto a Casona como o seu contorno e dotalos dun novo uso público vinculado ao ocio e ao deporte. A intervención permitirá

ademais conectar este espazo coa Praza da Cruz, integrándoo na contorna urbana do municipio.

A aprobación da cesión contou co apoio unánime de todos os grupos políticos con representación na corporación provincial. Desde a Deputación destacan que a actuación responde ao interese público e permite avanzar nunha solución para un inmoble que leva décadas pendente de recuperación.

Organizan unha xornada de baile tradicional



A Escola de Música e Baile Tradicional do Concello do Incio celebrará o vindeiro 17 de outubro a xornada de portas abertas "Bailar o Patrimonio", unha proposta coa que se pretende achegar a música e o baile tradicional á veciñanza a través de obradoiros, actuacións e unha foliada. A actividade desenvolverase no antigo mercado e será totalmente gratuíta e aberta a todas as persoas que queiran participar, independentemente da súa experiencia previa.

A programación comezará ás 16.30 horas cun obradoiro de iniciación á pandeireta impartido por Ruth Pérez. Será a primeira das actividades dunha tarde dedicada á divulgación e á práctica da cultura tradicional.

Ás 18.00 horas será a quenda do baile cun obradoiro aberto a todos os niveis, tamén a cargo de Ruth Pérez. A sesión centrarase especialmente no repertorio tradicional da montaña de Lugo, ofrecendo aos participantes a oportunidade de coñecer e practicar diferentes bailes.

A música tomará o protagonismo a partir das 20.00 horas, coa actuación do grupo de pandeireteiras Por Vir. A programación continuará ás 21.30 horas con petiscos e unha foliada libre, coa que se pechará a xornada nun ambiente de encontro e participación.

A organización anima á veciñanza a achegarse ao antigo mercado e participar na iniciativa.

Achegan a música ás novas xeracións con clases para Infantil, Primaria e ESO

A ANPA do CEIP Ricardo Gasset, en colaboración co Concello do Incio, pon en marcha novas clases de música dirixidas ao alumnado de Infantil, Primaria e ESO. A iniciativa, que busca achegar a música ás novas xeracións do municipio, estará impartida pola Banda de Música da Comarca de Sarria.

As clases comezarán o xoves 8 de outubro e desenvolveranse semanalmente pola tarde. O alumnado de Infantil e Primaria terá as sesións de 16.30 a 17.30 horas, mentres que as destinadas a ESO serán de 17.30 a 18.30 horas.

A proposta pretende ofrecer aos máis novos a oportunidade de ter un primeiro contacto coa formación musical nun ambiente compartido con outros compañeiros, ao tempo que coñecen e se achegan á cultura galega a través da música.

A actividade tamén permitirá que os participantes descubran se teñen interese por continuar a súa formación musical e, eventualmente, facer dela unha afección ou mesmo unha posible vía profesional, seguindo o exemplo doutros artistas vinculados á zona, como Lucía Pérez ou Vizcaíno.

O Concello amplía a súa oferta de actividades



O Concello do Incio promove para este curso unha nova programación de actividades deportivas, culturais e extraescolares, con propostas de pilates, ximnasia de mantemento, zumba, baile e música tradicional, ademais de clases de inglés e patinaxe para escolares.

Entre as actividades deportivas, as clases de pilates impartiranse os luns e xoves ás 17.00 horas en Val do Mao e os martes ás 17.30 horas e os xoves ás 18.30 horas en Vila de Mouros. A ximnasia de mantemento terá lugar os luns e venres ás 11.00 horas, mentres que as sesións de zumba serán os martes ás 20.00 horas e os venres ás 19.00 horas.

A oferta tamén inclúe aulas de baile e música tradicional. Os xoves haberá baile infantil, de 17.30 a 18.15 horas no colexio, e baile para adultos, de 18.30 a 19.30 horas no Mercado Gandeiro.

Os venres estarán dedicados á música, con percusión para rapazada de 19.00 a 20.00 horas no baixo multiusos do Concello

e para adultos de 20.00 a 21.00 horas no Mercado Gandeiro. Tamén haberá clases de gaita para rapazada de 20.00 a 21.00 horas no baixo multiusos e para adultos de 21.00 a 22.00 horas no Mercado Gandeiro.

No ámbito das actividades extraescolares, o Concello ofrece patinaxe para alumnado de secundaria os luns de 16.30 a 17.30 horas e clases de inglés os martes de 17.30 a 18.30 horas para ESO e os mércores, no mesmo horario, para alumnado de Bacharelato.

Ademais, en Vila de Mouros impartiranse clases de inglés con profesor nativo os mércores. Para Primaria serán de 16.00 a 17.00 horas, para Infantil de 17.00 a 17.45 horas e para ESO de 18.00 a 19.00 horas.

No caso das actividades deportivas e das aulas de baile e música tradicional, o prezo será de 10 euros por actividade e mes, con pagamento trimestral. Para as familias con máis dun neno, o prezo será de 5 euros.

LIMPIEZAS ISABEL

674 467 444
641 171 951

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

isabelimpiezas@gmail.com

LIMPIEZA DE:

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

samos

Samos propón rutas guiadas para descubrir a súa historia

O Concello de Samos pon en marcha este outono unha nova proposta para achegar a historia e o patrimonio local a veciños e visitantes. Trátase dunha serie de itinerarios circulares guiados que partirán da Capela do Ciprés e percorreren diferentes enclaves de interese da localidade.

A iniciativa desenvolverase todos os sábados e domingos ata o 25 de outubro, cun horario aproximado de 13.00 a 13.45 horas. Para participar será necesario realizar unha inscrición previa a través da Oficina de Turismo do Concello de Samos.

A Capela do Ciprés será o punto de partida dun itinerario pensado para coñecer diferentes espazos ligados á historia e á identidade de Samos. Tras visitar a contorna da capela, o percorrido continuará polo Paseo do Malecón, o acueduto, a Horta da Farmacia e



a Cerca Monástica.

A ruta seguirá posteriormente por Outeiro e Casa Manxarín antes de achegarse á Torre do Reloxo. Desde este último punto, os participantes regresarán novamente ata a zona da Oficina de Turismo, completando así un

percorrido circular.

Con estas rutas, Samos busca ofrecer unha maneira diferente de coñecer o municipio, combinando o paseo cunha aproximación guiada ao patrimonio histórico, arquitectónico e cultural da vila e á contorna do mosteiro.

A Furgoteca visitará as parroquias de Samos o 6 e o 21 de outubro

A Furgoteca volverá percorrer distintas parroquias de Samos. O 6 de outubro estará en San Román de 10:50 a 11:05 horas e, despois, irá ata a igrexa de San Martiño de Louzada, onde estará de 11:10 a 11:25 horas. En Samos fará parada entre as 11:40 e as 12:40 horas. A ruta continuará por San Cristovo de Lóuzara, de 13:00 a 13:20 horas, e por San Martiño do Real, de 13:40 a 13:55 horas. Durante a tarde, o servizo fará paradas en Lusío, entre as 14:05 e as 14:20 horas, e en Renche, de 14:30 a 14:45 horas, e en Castroncán, de 15:00 a 15:30 horas. A segunda visita terá lugar o 21, cando estará na Casa Niño Faragulla de 11:00 a 11:20 horas, no CEIP de Samos entre as 11:30 e as 13:00 horas, e en Samos, ás 13:15 e 15:30 horas.

Friolfe celebra a súa III Festa da Xuventude cunha ruta cabalar



A parroquia de Friolfe, no Páramo, celebrará o sábado 24 de outubro a terceira edición da Festa da Xuventude e Ruta Cabalar.

A programación arrancará ás 10.30 horas coa saída da ruta cabalar. Os participantes contarán con pinchos a metade do percorrido antes de regresar ao recinto da celebración.

A partir das 14.00 horas comezará a sesión vermú coa Charanga Eravisto, como paso previo á comida prevista para as 15.00 horas. O menú estará composto por empanada, xamón cocido, churrasco mixto, criollo con patacas, sobremesa e café, ademais de bebida. O prezo da comida será de 30 euros para os adultos e 15 euros para os menores de 13 anos. O prazo de inscrición tanto para a ruta como para o xantar perma-

necerá aberto ata o 20 de outubro.

Ás 17.00 horas, cando comezará o tardeo coa Charanga Eravisto, DJ Goteo e Adolfo Valiño, prolongando o ambiente festivo durante a tarde.

Ás 21.00 horas haberá unha cea a base de pinchos de empanada e panceta, neste caso coa bebida non incluída. Unha hora e media máis tarde, ás 22.30 horas, arrancará a verbena coas orquestras La Fórmula e Cinema, que serán as encargadas de protagonizar a noite.

A celebración contará tamén cunha gran sesión de fogos artificiais ás 00.30 horas. Para completar a oferta, a organización instalará colchóns e camas elásticas de acceso gratuito e o campo da festa estará cuberto cunha carpa.

O Páramo busca mellorar o saneamento e o abastecemento

A mellora das infraestruturas de saneamento e a redución das perdas na rede municipal de abastecemento centraron a reunión entre a con-

selleira de Medio Ambiente e Cambio Climático, Ángeles Vázquez, e o alcalde do Páramo, Benjamín García. Durante o encontro abordouse o estado das sete depuradoras compactas soterradas do municipio e as posibles actuacións para mellorar o seu funcionamento. Entre as vías de financiamento figura a liña anual de axudas de Augas de Galicia para renovar ou instalar sistemas autónomos de depuración.

Tamén se analizou a rede de abastecemento e a necesidade de reducir as perdas de auga. O Páramo xa conta cunha auditoría que permite identificar o volume de auga perdido, coñecer o estado das infraestruturas e establecer prioridades para futuras intervencións destinadas a mellorar a eficiencia da rede.

A Asociación de Comerciantes e Artesáns organiza unha excursión e o Concurso de Tapas

A Asociación de Comerciantes e Artesáns de Samos prepara dúas novas actividades para o mes de outubro que combinarán cultura, gastronomía e convivencia.

A primeira será unha viaxe a Xixón o próximo 17 de outubro. A saída desde Samos está prevista para as 8.00 horas e, durante a xornada, as persoas participantes poderán visitar o Museo do Pobo de Asturias e o Museo do Ferrocarril de Asturias, ademais de coñecer diferentes espazos da cidade asturiana.

A asociación tamén organiza

unha nova edición do Concurso de Tapas de Samos, que se celebrará os días 24 e 25 de outubro coa participación de cinco establecementos hostaleiros.

Cada local presentará dúas propostas, unha tradicional e outra innovadora, que poderán ser degustadas polo público durante esa fin de semana. As persoas participantes poderán votar as súas tapas favoritas en cada categoría e entrar así no sorteo de cinco ceas para dúas persoas, ofrecidas polos establecementos participantes.

Peluquería Isolina

Tu peluquería de confianza desde 1987

Avda de Castilla, 19 - Triacastela 617 403 579

Vázquez Autos

pelayo Agente Exclusivo

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

"A vida deume unha segunda oportunidade trala COVID"

Pura López, enfermeira e escritora, relata na súa obra como foi vivir a COVID, poñendo en valor o traballo dos sanitarios e criticando o trato que recibiron

Jessica Fernández

En pouco máis de 150 páxinas, Pura López consegue estremecernos cunha narración en primeira persoa do que sufriu durante un mes prostrada pola COVID nunha cama de hospital. A enfermeira de profesión nunca pensou que algo así podía pasarlle a ela, pero con 71 anos a enfermidade chegou sen avisar como un catarro calquera e levouna ata o límite, pensando incluso que ía morrer.

No seu segundo libro, baixo o nome de 'Bajo la sombra de la Pandemia - La vida en pausa', Pura López sostén que é unha obra -ao igual que a primeira, 'La niña que quería ser pájaro'- autobiográfica, cuxa misión é "homenaxear a todas as persoas do ámbito sanitario que se xogaron a vida por nós du-

Porén, Pura López non ten rancor cara aos sanitarios, dos que di que a trataron "de marabilla", senón que critica un sistema sanitario colapsado que, ademais, non mellorou desde ese momento. A enfermeira denuncia que "a situación vivida entre 2020 e 2021 foi caótica: os sanitarios estaban desbordados, non sabían como afrontar a situación, faltaban recursos, medios e persoal", pero incide en que "a cousa non só non mellorou, senón que empeorou", sostendo que, "se volveuse haber unha pandemia, estaríamos menos preparados".

O DEFICIENTE SISTEMA SANITARIO.

Pura López sempre se sentiu orgullosa da súa profesión. Despois de moitos anos de formación en Enfermería, Psiquiatría, e de Matrona, exerceu no ámbito da neuroloxía, no de dixestivo e rematou a súa vida en partos. Como ela, di, moitos profesionais da sanidade fórmense nun país "onde tiñamos unha das mellores sanidades públicas do mundo", destaca. Porén, durante a pandemia viuse como se desvanecía. "Houbo unha gran falta de sanitarios, á vez que foi a época na que menos persoas de baixa estiveron. Todos implicáronse para botar unha man e implicáronse incluso persoalmente, xa que moitos traballadores dos hospitais se infectaron. Arriscaron a vida por salvar a doutros. E iso era iso porque tamén faltaban recursos: reutilizábanse mascarar, guantes e incluso os traxes", explica. O libro de Pura conta isto dunha maneira crítica, xa que, ademais, os sanitarios sufrían de forma dobre: estaban expostos ao virus e tiñan medo e, á vez, sufrían o trato da sociedade, que a pesar de aplaudir todos os días pola ventá, apartábanse deles pola rúa. A autora conta que unha amiga sanitaria contáballe que os veciños do seu edificio, cando a vían coller o ascensor, eles afastábanse e ían polas escaleiras.

Esa situación de maltrato cara aos sanitarios, sumado ás malas condicións salariais e a falta de médicos, que fan asumir aos que están máis carga de traballo fixeron que "moitos marcharan do país, empeorando aínda máis a sanidade pública", explica Pura. "Agora, non hai médicos. Nos centros de atención primaria non hai médicos de garda, como moito unha vez á semana. E tamén as enfermeiras están asumindo funcións dos médicos que non deberían

porque non están formadas para iso. Tamén aumentaron as listas de espera: para un resultado agora hai que esperar un mes e medio e antes en 15 días tíñalo. O peor é que isto non é cuestión dunha comunidade autónoma concreta, pasa en todas en todo o Estado. Eu teño unha amiga que paga 700 euros mensuais xunto co seu marido por un seguro privado. Quen se pode permitir iso?", denuncia a autora.

Tal e como recoñece Pura, está mal para todos: para os que van á sanidade pública como os que traballan nela. "Aos sanitarios trátaselles moi mal. Non pode ser que un profesional con 6 anos de carreira máis un ano de MIR, como mínimo, empece cobrando o salario mínimo e máis se lle toca a especialidade en cidades

"A situación vivida durante a pandemia da COVID foi caótica; o sistema sanitario non estaba preparado. Agora, non mellorou, é peor que antes"

como Madrid ou Barcelona, onde non hai unha vivenda a un prezo asumible. Para poder sobrevivir, teñen que facer moitísimas horas de garda, porque non teñen outra opción. O problema é que despois de 24 horas de garda, están cansados, e iso repercute no paciente", declara. E engade que "tampouco é normal que, por falta de sanitarios, os médicos teñan que atender a un paciente en 5 minutos".

En definitiva, o libro é unha crítica ao sistema, unha homenaxe aos sanitarios e un recordo á familia e aos amigos, "xa que houbo moitísima xente pendente de min. Sentín todo o seu cariño e forza, por iso non quería deixar este mundo", explica.

O DÍA QUE PURA ÍA MORRER.

Ademais da crítica ao sistema e a unha homenaxe aos sanitarios, o libro pon en valor á familia e aos amigos, "xa que houbo moitísima xente pendente de min. Sentín todo o seu cariño e forza, por iso non quería deixar este mundo", sostén.



Así, o segundo libro de Pura comeza co momento que ela considera "o peor da súa vida". Tal e como relata, "houbo un día dos que estiven ingresada no que os médicos pensaban que ía morrer e chamaron ás miñas fillas para despedirse de min. Eu escoitaba pero non podía dicir nada, xa que estaba entubada, foi horroroso. Lembro que cando marcharon, quedei mirando cara arriba e sentín unha forza que tiraba de min, que me quería levar, pero eu non quería marchar. Lembro que tiveron un diálogo interno pedíndolle a esa forza que me deixara quedar, que tiña que ver medrar aos meus netos. Así, resistínme a perder ás persoas que quería". Despois dese momento, foise recuperando pouco a pouco, sufrindo a sede que lle daba o osíxeno e "chupando as gasas que me poñían na cara de forma desesperada", recoñece.

A pesar de todo, está "agradecida" pola oportunidade de seguir neste mundo e da segunda oportunidade que está vivindo. "A recuperación foi dura, xa que estiven 28 días encamada sen poder andar, pero non me quedaron secuelas. O que fixen é volver á miña casa, fronte ao mar, que é o que máis me gusta, e ía levantándome de vez en cando para cami-

ñar un pouco, porque me cansaba. Co paso do tempo e o moito que me coidaron, fun mellorando e empecei a dar paseos, ata que puiden volver a bailar, que é o que me gusta. O que peor levo agora é a parte mental. Collín medo á morte, porque a sensación irme asustoume moitísimo".

"Tiven un diálogo interno pedíndolle a esa forza que me deixara quedar, que tiña que ver medrar aos meus netos"

Con todo, Pura, como muller forte e valente que é, pon por diante o positivo, como todo o cariño que se levou desa etapa por parte dos sanitarios e das súas persoas achegadas, así como os momentos nos que pensaba historias de persoas que lle marcaran durante a súa vida. "Os pensamentos que me viñeron á mente no hospital servíronme para reflexionar sobre a miña vida e a dos demais, e tamén para valorar este camiño que temos a sorte de poder vivir", conclúe Pura.

"Vin persoas despedirse dos seus seres queridos a través do móbil dunha enfermeira. Iso era tristísimo"

rante a pandemia", sostén. A súa é unha historia como moitas outras, pero con final feliz, porque está aquí para contalo. "A vida deume unha segunda oportunidade e decidín aproveitala", destaca a autora do Páramo, que vive en Cataluña, onde desempeñou o seu labor profesional e desenvolveu a súa vida persoal.

López destaca que o seu foi "sorte", xa que a COVID se levou moitas persoas que nin se puideron despedir das súas familias. "Vin persoas despedirse dos seus seres queridos a través do móbil dunha enfermeira. Iso era tristísimo. Eu tiveron sorte porque a miña filla era enfermeira, entón camuflábase e viña verme, iso foi a miña salvación", recoñece. Ademais, Pura, ao pasar dos 70 anos, formaba parte do grupo de persoas que quedaban fóra da opción de coidados intensivos, debido á falta de camas nos hospitais. "A miña filla púxose como louca e protestou tanto que ao final tiveron que buscar un sitio para min. Se non fora por iso, quizais non estaríamos falando agora", declara.

STIHL
HAZLO COMO UN PRO
RMA 443
CONTACTO DE BATERÍA
789 €

Ferretería Sarriá
Pedro Saco 33, Sarriá
Telf. 982 532 202

Continúa a mellora de espazos no municipio



O Obradoiro Dual de Emprego Os Soutos II continúa desenvolvendo en Paradela diferentes actuacións de acondicionamento, limpeza e mellora de espazos públicos do municipio. As persoas participantes no programa están a levar a cabo tarefas en distintos puntos de Paradela co obxectivo de contribuír ao mantemento dos espazos e á posta en valor do entorno municipal. Os traballos están a facerse visibles en diferentes zonas do

concello e forman parte das actuacións prácticas desenvolvidas no marco do obradoiro, que permiten ás persoas participantes adquirir experiencia mentres colaboran na mellora e conservación dos espazos públicos. Desde o Concello destacan o esforzo, a dedicación e o compromiso das persoas que participan no Obradoiro Dual de Emprego Os Soutos II e agradecen o traballo que están a desenvolver para contribuír ao coidado e mellora de Paradela.

A Asociación de Mulleres propón unha excursión a Portugal

A Asociación de Mulleres de Paradela organiza unha excursión de dous días a Portugal, que terá lugar os próximos 24 e 25 de outubro. A viaxe permitirá coñecer diferentes puntos do país veciño, con visitas a Vilanova de Cerveira, Braga e Guimarães. A saída está prevista para as 07:00 horas do día 24 de outubro desde o mercado gandeiro de Paradela. Durante a primeira xornada, o itinerario inclúe unha parada no mercadillo de Vilanova de Cerveira e un xantar no Restaurante Dom Julio. Pola tarde, o grupo desprazarase ata Braga, onde realizará unha visita

antes de instalarse nun hotel de tres estrelas situado aos pés do Monte do Bom Jesus. A segunda xornada, o 25 de outubro, estará dedicada a Guimarães. O programa contempla unha visita ao castelo da cidade e ao Santuario da Penha, ao que se accederá en teleférico. As persoas interesadas en participar nesta excursión poderán inscribirse ata o 15 de outubro. Para obter máis información ou formalizar a inscrición, poden contactar con Rocio, no teléfono 649 24 04 66, ou con Mila, no 669 84 95 18.

Castro de Rei de Lemos celebrou con éxito as festas na honra da Virxe do Rosario

A parroquia de Castro de Rei de Lemos, en Paradela, celebrou os días 2, 3 e 4 de outubro as súas festas na honra da Virxe do Rosario, que resultaron todo un éxito e contaron cunha gran participación veciñal ao longo das tres xornadas. A programación combinou tradición, música e diferentes propostas para ofrecer un completo programa festivo. As celebracións comezaron o venres 2 de outubro coa actuación do Mago Lago. A continuación, tivo lugar unha verbena amenizada pola orquestra Trópis, á que se sumou a actuación do DJ Kike Varela. O sábado 3 de outubro comezou coa misa solemne ás 13:30 horas, seguida da procesión e da sesión vermú coa orquestra M-3 Show. Pola noite, a mesma formación foi a encargada de poñer música á verbena, que contou tamén co concerto de Ortiga. Ás 00:00 horas tivo lugar unha gran sesión de fogos de artificio, que contribuíu a incrementar o ambiente festivo. As celebracións remataron o domingo 4 de outubro coa misa solemne ás 13:30 horas, seguida da procesión e da sesión vermú coa orquestra Acordes. Pola noite, a verbena correu a cargo das orquestras Acordes e Olympus, poñendo o punto final a tres días de festas.

O Concello entrega dúas novas cestas de benvida



O Concello de Paradela entregou dúas cestas de benvida por nacemento previstas na ordenanza municipal de axudas á natalidade e á adopción. A alcaldesa, Montse Mulet Sar, fixo entrega deste obsequio a familias do municipio con motivo do nacemento das súas fillas. A primeira foi para Javier González e Lucía López, pais de Claudia González López, veciña de O Foilebar. Esta corresponde á terceira solicitude por nacemento cursada no Concello de Paradela ao longo de 2026. A segunda cesta foi entregada a Xosé Ignacio Mosquera e Laura Armesto polo nacemento da súa filla Daniela Mosquera Armesto, veciña de A Parrocha. Neste caso, trátase da cuarta solicitude por nacemento rexistrada no municipio neste ano.

As cestas inclúen produtos de primeira necesidade e están valoradas en 200 euros. Esta prestación forma parte das axudas reguladas pola ordenanza aprobada polo Concello en decembro de 2023, que tamén contempla unha achega económica directa de 1.000 euros por nacemento ou adopción. Esta cantidade abóase en dous prazos: o 75 % no momento da solicitude e o 25 % restante unha vez acreditada a residencia efectiva durante un ano desde o nacemento. O obxectivo destas medidas é fomentar a natalidade e a adopción e contribuír á fixación de poboación no termo municipal. Desde o Concello felicitaron ás familias polo nacemento das súas fillas e desexáronlles felicidade nesta nova etapa.

Paradela celebrou unha multitudinaria Festa dos Avós con música e agasallos

O Concello de Paradela reuniu a centos de persoas na tradicional Festa dos Avós, que este ano alcanzou a súa trixésimo primeira edición. A celebración converteuse nun punto de encontro para as persoas maiores do municipio, cunha xornada marcada pola convivencia e o recoñecemento ao seu papel na sociedade. A programación incluíu un xantar de confraternidade, música a cargo da Banda de Música de Paradela e a entrega de agasallos ás persoas participantes, nunha xornada pensada para compartir e celebrar entre veciños e familias. Na celebración participou tamén o xerente do Consorcio Galego de Servizos de Igualdade e Benestar, Perfecto Rodríguez, que puxo en valor a importancia deste tipo de encontros, nos que se recoñece a contribución das persoas maiores á mellora da sociedade.



LOMA SARRIA s.l.

NÁN

Rúa do Peregrino 37, Bajo - Sarria (Lugo)

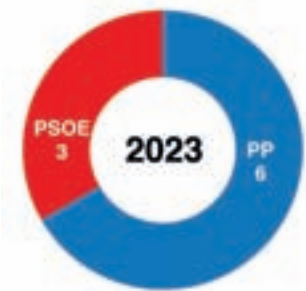
615 40 23 93 - 653 990 040

info@lomasarria.com

Proyectos que transforman Sarria

PARADELA: Montserrat Mulet

“O meu obxectivo é conseguir a Alcaldía como candidata”



DATOS

HABITANTES: 1.557.**PARROQUIAS:** 18.**EXTENSIÓN:** 121,12 km².**PARTIDO XUDICIAL:** Sarria.**CORPORACIÓN:** 5 concelleiros do PP e 4 concelleiros do PSOE.**ALCALDESA:** Montserrat Mulet.**VOCEIRO PSOE:** Iván Castro.

A rexedora do municipio leva ligada á política municipal 35 anos, pero só case dous á fronte do Concello de Paradelas, esperando poder seguir nese camiño

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

Comecei na política no ano 1991, como concelleira do PP no Concello de Paradelas. Eu comezara a traballar como médica en 1989 e propuxéron-me formar parte daquela candidatura de 1991. Xa nas sobremesas da miña casa, á miña avoa encantáballes falar de política e a min aquelas conversas sempre me atraeron moito e lémbroas con moito cariño.

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

Desde o ano 1991 fun concelleira, excepto do ano 1999 ao 2003, e estiven como concelleira ata xaneiro de 2024, cando asumín a Alcaldía tras decidir o alcalde electo, don José Manuel Mato Díaz, alcalde decano da provincia de Lugo, presentarse ao Parlamento de Galicia.

A nivel persoal, que sacrificios supón formar parte do Goberno do Concello?

Estar na política é unha decisión

libre, ningún cho impón. A miña profesión xa é vocacional e a política enténdoa da mesma maneira. Para min ten que gustarte e tes que estar disposta a que hai cousas que tes que sacrificar. Gústame o servizo público e estar coa xente. E, desde logo, desde os concellos pequenos é onde máis proximidade se ten coa xente e onde a política é máis próxima.

E beneficios?

Quero poder contribuír a mellorar a calidade de vida dos veciños de Paradelas e intentar dar solución aos problemas que van xurdindo no día a día, aínda que ás veces non se pode solucionar todo. Escolitas as persoas e eu creo que esa é unha das vantaxes que temos nos concellos pequenos: a proximidade, que sempre poden acudir a ti en calquera momento, chamarte en calquera momento e falar contigo.

Como equilibra a vida pública e a privada?

Todo isto é posible co apoio incondicional que me presta a miña familia e coa colaboración dos meus compañeiros de corporación. Sen eles sería moi difícil poder compaxinar a miña profesión de médica e a Alcaldía. Co equipo co que estamos no Concello de Paradelas tomamos as decisións.

Cales son os seus obxectivos a nivel político?

Os meus obxectivos a nivel político son, primeiro, presentarme ás eleccións municipais do 23 de maio de 2027 e conseguir a Alcaldía de Paradelas, se os veciños e as veciñas me outorgan a súa confianza, por suposto. Ademais, afrontaríase esas eleccións sendo eu a candidata. Nas veces anteriores sempre ía arroupada nunha lista, pero o candidato era outra persoa, era José Manuel Mato. Neste caso, gustaríame afrontar o reto. E o segundo obxectivo é estar onde poida ser útil ao Partido Popular. Onde crean que podo axudar, aí estarei apoiando..

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

As prioridades seguen sendo a mellora das infraestruturas, sobre todo das vías locais e intermunicipais, para non illarnos, porque, para non



estar illados, temos que estar ben comunicados. Despois, seguir desenvolvendo o polígono industrial, potenciando a incorporación de máis empresas, o apoio ás políticas sociais, o apoio á vivenda e, por suposto, o apoio ao sector agrogandeiro, que é o principal pilar deste concello. Por suposto, seguir apostando polas enerxías renovables e polas novas tecnoloxías. Ademais, seguir potenciando o turismo. E, sobre todo, seguir coidando da paisaxe que temos, que é preciosa. Agardemos que por fin poidamos contar coas famosas pasarelas neste 2027 e ter esa ruta do Loio a plena disposición da xente, que é un dos nosos atractivos do concello. Estas, ademais, son as liñas principais do noso programa.

Cales considera que son as principais necesidades no seu concello?

As necesidades que temos están relacionadas coa Deputación, que a nós obviounos. Dáanos o que marca o Plan Único e, fóra de aí, foise contestando que non, que non, que non. E iso que temos aquí un deputado provincial que non loitou polos intereses deste concello.

De que proxectos se sente máis orgullosa?

O impulso da conciliación familiar.

Tiñamos un servizo de madrugadores e nós ampliamos nesta lexislatura o servizo de conciliación polas tardes. Ampliamos o horario e a duración do campamento de verán e as trinta prazas este ano estiveron cubertas. Poñer en marcha un servizo de conciliación supón un desembolso, pero se ti ás familias lles ofreces postos de traballo, vivenda e conciliación, eu creo que no rural somos capaces de traer e asentir poboación. Tamén temos o programa de Redes que Coidan para as persoas maiores, que se vai desenvolver ata finais de 2027. E volvemos contar tamén cun obradoiro de emprego, que levabamos máis de vinte anos sen ter. Eu creo que algo fixemos a maiores do que tiñamos pensado no programa, é dicir, algo que desde que me incorporei á Alcaldía xa fixe-mos.

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

Eu creo que me consideran unha persoa próxima. Levo aquí desde o ano 1989 e síntome unha máis deles.

Como é a súa relación coa oposición?

Como dicía Felipe González, sen acritude.

EN CLAVE PERSOAL

- **Idade, estado civil e familiar**
62, viúva e dúas fillas
- **Profesión e formación**
Médico de atención primaria y licenciada en medicina
- **E se non o fose, que lle gustaría ser?**
Arqueóloga
- **Que quería ser de maior?**
Médico
- **Que fai para desconectar?**
Lendo, indo ao cine, encaixe de bolillos
- **Unha virtude e un defecto**
Son ordenada e a sinceridade
- **Un consello para compartir**
Vive e deixa vivir
- **Un libro, unha película ou/e un grupo de música/cantante**
'Filomeno, a mi pesar', de Gonzalo Torrente Ballester; 'Con faldas y a lo loco'; e Dire Straits e Diana Navarro
- **Unha afección**

- Esquiar e nadar
- **Un lugar que visitar**
As pirámides de Exipto
- **Unha comida e unha bebida**
Xamón e un Mencía
- **Unha personaxe admirada**
A miña nai por apoiarnos sempre e o meu pai pola cultura de traballo e o esforzo
- **Unha posesión prezada**
A liberdade
- **Un desexo**
Poder seguir traballando
- **Algo para esquecer**
Dos erros que se cometen sempre se aprende
- **Que é o que máis valora nunha persoa?**
A lealdade
- **Un desafío pendente**
Tocar a batería
- **Onde se ve en cinco anos?**
A vida ensinome que non debo facer plans a longo prazo



COMARCA

O PSdeG esixiu á Xunta que rectifique o seu plan de residencias



O PSdeG reclamou á Xunta que revise o seu plan de residencias e incremente a oferta pública na provincia de Lugo. A secretaria de Organización do partido, Lara Méndez, o deputado provincial Pablo Rivera e a concelleira de Lugo Ana Abelleira criticaron que só catro dos 25 centros previstos no novo plan autonómico estean na provincia e cuestionaron os criterios empregados para a súa distribución.

Os socialistas tamén alertaron da presenza de iniciativa privada no modelo da Xunta. Segundo Pablo Rivera, 30 das 54 residencias da provincia son privadas e a Administración autonómica leva máis de 17 anos sen construír un centro de titularidade e xestión integramente públicas. O PSdeG reivindicou fronte a este modelo a rede provincial de residencias da Deputación de Lugo, que conta con nove centros en funcionamento e outros oito pendentes de apertura. Rivera destacou que a

súa distribución atende a criterios como o envellecemento, o despoamento e a dispersión xeográfica, e defendeu un sistema no que as persoas maiores paguen segundo os seus recursos.

A Xunta, pola súa parte, rexeitou as críticas do PSdeG e comparou o novo plan co modelo impulsado pola Deputación durante a etapa de José Ramón Gómez Besteiro. O Goberno galego sostén que aquel proxecto beneficiou exclusivamente a concellos gobernados polo PSOE e o BNG e cuestiona tamén o funcionamento económico da rede provincial.

A Xunta defende as actuacións realizadas nos últimos anos na provincia, entre elas as 120 prazas da residencia impulsada pola Fundación Amancio Ortega, 60 prazas públicas en Antas de Ulla e outras 80 en Abadín e Riotorto. Ademais, sinala que o novo proxecto permitirá crear outras 260 prazas no Corgo, O Páramo, O Saviñao e Folgoso do Courel.

O 13 comeza o programa piloto de vacinación fronte á gripe

A Xunta iniciará o vindeiro día 13 de outubro o programa piloto de vacinación fronte á gripe en 75 colexios, co obxectivo de chegar a 26.536 rapaces. Ao igual que o pasado ano, poderase administrar a vacina intranasal, sen picada, ao alumnado de entre 3 e 11 anos. Polo que respecta á área sanitaria de Lugo, A Mariña e Monforte de Lemos, os colexios que participarán son 12. En concreto da cidade de Lugo, o CEIP Luis Pimentel e o CPR Plurilingüe San José. Ademais, tamén participarán o CEIP Purilingüe

Vista Alegre de Burela, o CEIP Xoán de Requeixo de Chantada, o CPI Plurilingüe Virxe do Monte de Cospeito, o CPI Plurilingüe Dr. López Suárez de Friol, o CEIP Lagostelle de Guitiriz, o CPR Real Colegio Padres Escolapios de Monforte de Lemos, o CEIP Plurilingüe de Monterroso, o CPR Plurilingüe Ntra. Sra. de la Asunción de Sarria, o EEI de Vilalba e o CPR Plurilingüe Landro de Viveiro. O pasado ano, a Consellería de Sanidade puxo en marcha este proxecto piloto en 50 centros educativos, acaando unha participación do 51 %.

Vivendas baleiras e alugueiros á alza: as dúas caras da crise habitacional

A vivenda converteuse nun dos grandes problemas sociais e económicos de Galicia, unha situación que moi denunciada, sobre todo ao comezo do curso lectivo coa volta dos estudantes ás cidades onde cursan a súa formación. O paradoxo aparece xa no primeiro dato: a comunidade conta con máis de 506.370 vivendas baleiras, segundo os datos oficiais do Censo de Poboación e Vivendas do Instituto Nacional de Estadística (INE), pero atopar un piso ou unha casa a un prezo asumible resulta cada vez máis complicado para unha parte importante da poboación.

A existencia de centos de miles de inmobles sen ocupar non significa, porén, que todo ese parque residencial estea dispoñible para entrar de inmediato no mercado. Galicia ten unha característica territorial que condiciona calquera análise: unha enorme dispersión de vivendas por aldeas e pequenos núcleos, á que se suma o baleirado demográfico sufrido durante décadas. "A xente marchou e deixou atrás as súas vivendas, e isto pasou en maior medida que noutros espazos do Estado", sinalan desde unha inmobiliaria.



Unha casa baleira pode estar nun lugar sen demanda residencial, precisar unha rehabilitación integral, utilizarse como segunda residencia ou simplemente pertencer a unha persoa que non quere poñela en alugueiro. A cuestión, polo tanto, non consiste unicamente en saber cantas vivendas están pechadas, senón cantas poderían chegar efectivamente ao mercado e en que condicións. Mentres tanto, o prezo do alugueiro non deixou de medrar. Os datos máis recentes do Observatorio da Vivenda de Galicia sitúan en 595,40 euros mensuais o alugueiro medio

rexistrado en 2025, cun prezo de 5,8 euros por metro cadrado. Un ano antes, a media era de 553,70 euros, polo que o incremento interanual foi do 7,5 %. Nos municipios máis pequenos, en 2025 era de 390,20 euros nos concellos de menos de 5.000 habitantes, de 476,20 nos que tiñan entre 5.001 e 20.000, de 553 euros nos de entre 20.001 e 50.000 e de 653,40 nos de máis de 50.000 habitantes. Pero un prezo máis baixo non significa necesariamente que sexa fácil atopar unha vivenda. Nalgúns territorios, o problema é precisamente a escaseza de oferta.

Entra en vigor a reforma do Regulamento de Circulación da DXT

A mobilidade en España conta desde o 1 de outubro con novas normas tras a entrada en vigor do Real Decreto 518/2026, que actualiza o Regulamento Xeral de Circulación. A reforma incorpora cambios que afectan aos usuarios da vía e busca reforzar a seguridade, especialmente dos colectivos máis vulnerables. Un dos principais cambios para os condutores é a obriga de formar un corredor de emerxencia en autoestradas e autovías cando o tráfico estea detido ou avance moi lentamente. Os vehículos deberán desprazarse cara aos extremos da calzada para facilitar o paso dos servizos de emerxencia. Tamén se endurecen as condicións para adiantar bicicletas, ciclomotores, patinetes, peóns e vehículos inmovilizados. Deberá manterse unha distancia lateral mínima de 1,5 metros e, no caso dos ciclistas en vías interurbanas, será necesario reducir

a velocidade polo menos 20 km/h respecto ao límite e cambiar completamente de carril cando exista máis dun por sentido. Os motoristas tamén deberán cumprir novas obrigas. Condutores e pasaxeiros terán que utilizar calzado pechado que cubra completamente o pé, mentres que nas vías interurbanas serán obrigatorias as luvas de protección. As motocicletas deberán contar ademais cun chaleco reflectante para utilizar en caso de ter que abandonar o vehículo na estrada. No caso das bicicletas, o casco pasa a ser obrigatorio nas vías interurbanas sen as excepcións que existían anteriormente. Nas cidades seguirá sendo obrigatorio para os menores de 16 anos e para as persoas que utilicen a bicicleta profesionalmente. Os patinetes eléctricos tamén incorporan novas condicións. A idade mínima para conducilos queda establecida nos 15 anos e será obrigatorio

utilizar un casco homologado. Ademais, non poderán circular por beirarrúas, autoestradas, autovías nin vías interurbanas, salvo nos espazos expresamente autorizados. A reforma reforza igualmente a protección dos peóns. Nas vías interurbanas, durante a noite ou en condicións de pouca visibilidade, deberán utilizar elementos luminosos ou reflectantes visibles a 150 metros. Nas cidades, as beirarrúas quedan reservadas para os peóns e tamén se regulan os chamados camiños escolares seguros. Outra das novidades afecta ás autocaravanas, xa que se establecen por primeira vez a escala estatal unhas condicións comúns para diferenciar o estacionamento da acampada. O incumprimento das novas normas poderá implicar sancións económicas e, en adiantamentos a ciclistas, a perda de ata seis puntos do permiso de conducir.

A Banda de Música da Comarca de Sarria pon en marcha unha escola

A Banda de Música da Comarca de Sarria (BMCS) vén de poñer en marcha a ERIMCA (Escolas Rurais Integradas de Música da Comarca de Sarria), un novo proxecto educativo co que reorganiza a súa oferta formativa e amplía as oportunidades de aprendizaxe musical na contorna. A iniciativa, que comezará a funcionar no curso 2026-2027, nace co obxectivo de achegar a música á veciñanza de todas as idades, especialmente á rapazada, e impulsar a práctica instrumental nos concellos da comarca. A nova escola integrará as diferentes actividades formativas que xa desenvolvía a asociación, como os obradoiros de Vento Madeira e de Dirección de Banda, e incorporará novas propostas educativas. O proxecto concíbese como unha rede de escolas e iniciativas individuais nos centros educativos da comarca, integradas nunha estrutura común que permita desenvolver un proxecto musical colectivo.



A primeira fase da ERIMCA chegará a cinco centros educativos: o CEIP Plurilingüe do Páramo, o CEIP de Samos, o CEIP Eduardo Cela Vila de Triacastela, o CEIP Ricardo Gasset de Cruz do Incio e o CPI Ramón Piñeiro da Pobra de San Xiao, en Láncara. Nestes colexios impartiranse actividades extraescolares dirixidas ao alumnado de Educación Infantil, Primaria e Secundaria, a través de clases gru-

pais nas que os participantes poderán coñecer e experimentar cos distintos instrumentos que conforman as bandas de música. A intención da asociación é ampliar progresivamente a iniciativa a outros centros educativos da comarca. Ademais, a escola ofrecerá clases de formación instrumental en horario de tarde, abertas a persoas de calquera idade.

A Fundación Juana de Vega inicia en Galicia as visitas de Vilas en Flor

Os espazos verdes de 40 concellos galegos serán avaliados durante as próximas semanas dentro da edición de 2026 de Vilas en Flor, o programa que recoñece a xestión sostible, a conservación da paisaxe, a educación ambiental e a implicación cidadá no coidado da contorna. As visitas comezaron o 1 de outubro e prolongaranse durante tres semanas. O xurado analizará sobre o terreo o traballo realizado por cada municipio durante o último ano e poderá conceder entre unha e cinco Flores de Honra a cada participante. A edición pecharase coa gala anual de entrega das Flores de Honra, que este ano terá lugar en Salceda de Caselas.

Na provincia de Lugo participan Sarria e Chantada. A primeira será visitada polo xurado o 16 de outubro, na mesma xornada na que

se avaliarán A Pobra de Trives, San Xoán de Río, Manzaneda, Oza-Ce-suras e Curtis. Chantada, pola súa banda, figura no calendario do 9 de outubro. Sarria afronta esta nova edición despois de recibir dúas Flores de Honra en 2025, mentres que Chantada conseguiu manter o máximo recoñecemento con catro Flores de Honra.

O equipo de expertos voluntarios avaliará o coidado do patrimonio vexetal e paisaxístico, o respecto polo medio ambiente, a sustentabilidade, o uso social dos espazos verdes e as posibles conexións destes recursos coa actividade turística. Vilas en Flor pretende así impulsar unha visión dos espazos verdes que os integre na planificación dos municipios, na calidade de vida da veciñanza e na conservación da paisaxe.

A filosofía do bambú no Kung Fu de Foshan

UNHA LECCIÓN DE RESILIENCIA



José Manuel Nunes

A análise académica dos sistemas marciais do Sur da China esixe mergullarse na complexa historia social do delta do Río das Perlas. Durante os séculos XVIII e XIX, a próspera cidade de Foshan consolidouse como núcleo das disciplinas marciais locais. Neste contorno fundamentalmente urbano e gremial, os métodos de combate respondían a imperiosas necesidades de autodefensa, cohesión comunitaria e resistencia popular —a Revolución dos Bóxers, entre outras—. Nas variadas escolas xestadas na rexión —como o Wing Chun ou o Hung Gar— destaca un elemento conceptual e simbólico de carácter transversal: a relación filosófica e pedagóxica coa figura do bambú. Investigadores da historia social e

da cultura física do Sur de China, como Benjamin N. Judkins e Nielsen nas súas monografía para a State University of New York Press, sinalan que o contexto artesanal do delta vinculou estreitamente a práctica cotiá coa ética do combatente. No ámbito das ferramentas marciais destaca a célebre «vara de seis puntas e medio» (Luk Dim Boon Kwun), ferramenta de combate definitiva se perfeccionou empregando madeiras densas para acadar unha maior firmeza estrutural, porén memoria colectiva asociou as súas orixes ás perugas de bambú empregadas para a navegación de batuxos polos ríos, como a embarcación da compañía de ópera chinesa do Xunco Vermello.

Máis alá da cultura material, o bambú transcendeu como a principal alegoría técnica, estratéxica e existencial. Na tradición do pensamento asiático, esta planta representa o ideal do home virtuoso: un ser profundamente enraizado na terra, pero dotado da

humildade necesaria para ceder ante as forzas que o superan. As crónicas tradicionais narran como os antigos mestres observaban a capacidade da cana para inclinarse baixo o vendaval sen chegar a quebrarse. Dita lección de vida inspirou a xestión da distancia e o equilibrio nas estreitas e ategadas rúas de Foshan, ensinando ao practicante a redirixir a presión do adversario mediante a fluidez e a evasión intelixente, en lugar de opoñerlle unha resistencia puramente muscular, consolidándose nos sistema de Kung Fu sureño concpetos de estímulo reacción polivalentes, máis que a definición e concretación de técnicas especializadas, o mesmo que acontecía co Tode ou o Kempo na illa de Okinawa, antes de ser colonizada e incorporada a Xapón.

En última instancia, a metáfora do bambú terminou por vertebrar unha dimensión ética e humana aplicable a calquera individuo, independentemente do seu interese polas artes de combate. Fronte á



rixidez da árbore robusta, cuxa soberbia expón á fractura inevitable cando sobrevén a tormenta, a sabedoría do Sur de China propónnos abrazar a conduta da flexibilidade consciente a imitación do bambú: unha disposición vital capaz de ceder temporalmente ante a presión ou adversidade da vida. A verdadeira fortaleza humana

non reside na rixidez inquebrantábel nin no exercicio da forza bruta, senón na capacidade de dobrarse con elegancia ante a adversidade para recuperar a verticalidade cun impulso renovado. Quen aprende a dobrar o seu ego coa docilidade do bambú fronte ao vento, xamais poderá ser destruído polas tempestades da existencia.

SARRIAXA

Para calquera suxestión, información ou comentario non dubide en poñerse en contacto con nós.

Edición: PORTAS COMUNICACIÓN S.L.
Dirección: Diego E. García Puente
Teléfono: 661 464 323
E-mail: redaccion@sarriaxa.com
Impresión: Tameiga Publicacións S.L.
Dep. Legal: LU 57-2021

Teléfono 661 464 323

redaccion@sarriaxa.com

Os artigos de opinión publicados reflicten unicamente posturas persoais dos seus autores. O contido dos artigos será responsabilidade do seu autor. Este medio non se responsabiliza das opinións e ideas incluídas no mesmo.

DEPORTES

O Club Rítmica Atalaia celebra en Sarria o seu III Campus de Nadal



O Club Rítmica Atalaia de Sarria prepara unha nova edición do seu Campus de Nadal, unha proposta que alcanza este ano a súa terceira edición e que volverá reunir durante varios días a deportistas arredor da ximnasia rítmica.

O III Campus de Nadal celebrarase do 20 ao 23 de decembro en Sarria e contará nesta ocasión coa participación de Jacqueline e Leti Batista, que compartirán coas participantes a súa experiencia e coñecementos no ámbito da ximnasia.

Dentro da programación está prevista unha masterclass o 20 de de-

cembro, que servirá para inaugurar esta nova edición da actividade e ofrecer ás participantes a oportunidade de aprender directamente das dúas invitadas.

Desde o Club Rítmica Atalaia destacan a ilusión por recuperar esta proposta e volver ofrecer un espazo de convivencia, aprendizaxe e práctica deportiva durante as vacacións de Nadal.

A actividade desenvolverase en Sarria entre o 20 e o 23 de decembro, cun programa centrado na formación e na práctica da ximnasia rítmica.

Elena López debutou no rally-raid cun 3º posto



A piloto de Samos Elena López asinou un destacado debut no rally-raid ao subir ao podio na súa primeira competición nesta modalidade.

López rematou terceira no VI Cierzo Rally Ejército de Tierra, en Zaragoza e puntuable para o Campionato de España de Rallyes Todo Terreo, nunha proba que lle serviu para poñer a proba por primeira vez en competición todo o aprendido co roadbook.

A samanense afronta así unha nova etapa deportiva despois de deixar

atrás o enduro para centrarse no rally-raid ou rally de navegación, disciplina na que ten previsto competir o próximo ano no Campionato de España.

"Ni nos meus mellores soños. Todo era novo para min", explicou López, que destacou a diferenza entre adestrar cun roadbook e enfrontarse a unha carreira de 360 quilómetros na que debe xestionar waypoints, límites de velocidade, controis horarios, navegación e pilotaxe

O campo da Ribela, onde xoga a SD Sarriana, estrea un videomarcador

O campo de fútbol da Ribela, en Sarria, dispón desde esta semana dun novo videomarcador financiado coa colaboración da Vicepresidencia da Deputación de Lugo, que destinou 40.000 euros á súa adquisición mediante un convenio co Concello, titular das instalacións.

O equipamento estreouse durante un adestramento da Sarriana e incorpora unha pantalla LED, un ordenador de control e un software multimedia adaptado ás esixencias técnicas e regulamentarias das competicións federadas.

O vicepresidente da Deputación de Lugo, Efrén Castro, destacou a importancia da instalación tanto no ámbito deportivo como no social.

"O novo equipamento dá pulo ao campo da Ribela, que é unha das instalacións deportivas de referencia en Sarria pola dimensión deportiva e social da Sarriana", sinalou Castro.

A colaboración entre a Vicepresidencia da Deputación e o Concello de Sarria esténdese tamén ás instalacións deportivas exteriores do Chanto, onde está prevista unha actuación de mellora cun investimento provincial de 273.000 euros.

O proxecto contempla a renovación do pavimento das pistas de fútbol, tenis e pádel, así como do mobiliario urbano da contorna, co obxectivo



de mellorar as condicións de uso deste espazo deportivo.

NOVA ESCOLA DE PORTEIROS. A SD Sarriana pon en marcha unha nova proposta deportiva destinada aos porteiros e porteiras de todas as categorías.

Trátase da Escola de Porteiros César Pirot, unha iniciativa centrada no adestramento específico e no desenvolvemento integral dos gardametas.

A escola ofrecerá adestramentos específicos para porteiros, con traballo orientado á mellora da técnica e da comprensión táctica, así como ao desenvolvemento mental necesario para afrontar as diferentes situacións que se producen baixo paus.

A proposta inclúe tamén un traballo baseado na disciplina, a evolución e o acompañamento de expertos, buscando que os participantes poidan progresar independentemente da súa categoría ou nivel.

A actividade terá un prezo mensual de 25 euros e estará aberta a porteiros e porteiras de todas as categorías.

A organización destaca ademais a importancia de combinar o traballo e o esforzo coa experiencia competitiva, nunha formación pensada para preparar os gardametas de cara ao futuro.

As persoas interesadas en recibir información ou formalizar a inscrición poden contactar con César (692 400 628) ou Álex (682 930 763).

A AC Taekwondo Sarria valora o seu paso polo Mundial en Corea do Sur

O AC Taekwondo Sarria participou no Campionato do Mundo de Chuncheon 2026, en Corea do Sur, unha cita internacional na que o club sarriano estivo representado por tres deportistas.

A entidade destacou a experiencia adquirida nun torneo que lles permitiu competir na considerada como berce do taekwondo.

Álex foi un dos representantes do club na modalidade individual masculina de menores de 30 anos.

O deportista superou dúas eliminatorias, impoñéndose na rolda de 64 a un rival de Mauricio e na de 32 a un representante de Austria.

O seu percorrido rematou nos oitavos de final, onde quedou eliminado fronte a Francia.

Ademais da súa participación individual, Álex competiu na modalidade de trío xunto a Carlos e Marco.

O equipo superou a rolda de 32 ante Gran Bretaña e avanzou ata os oita-



vos de final, fase na que caeu fronte ao combinado de Irán.

Pola súa parte, Brais Lombardero participou no trío cadete xunto a Julián e Hugo, chegando aos oitavos de final, onde o equipo quedou eliminado ante Australia.

E Mateo Fernández competiu xunto a Alberto e Guillem.

Neste caso, o trío disputou a rolda de 32, na que

non puido superar ao equipo dos Estados Unidos.

Desde a AC Taekwondo Sarria valoraron positivamente o paso dos seus deportistas polo Mundial, máis alá dos resultados acadados.

O club considera que foi "unha experiencia moi enriquecedora" que lles permitirá continuar medrando dentro desta disciplina.

“Na Escola do DHG Team, o máis importante é que os nenos e nenas se divirtan”

A escola ciclista, creada en 2021 para garantir o relevo xeracional do club, afronta a súa quinta tempada cun espazo cuberto de 800 metros cadrados e un programa que combina deporte, seguridade e valores

Jessica Fernández

Cinco anos despois da súa posta en marcha, a Escola Ciclista DHG Team de Sarria afronta unha nova tempada cun obxectivo que vai moito máis alá de ensinar a montar en bicicleta. O proxecto, nacido en 2021 dentro do club máster de ciclismo da comarca, continúa medrando e xa reúne arredor de 80 nenos e nenas de entre 5 e 18 anos, aos que pretende achegar ao deporte desde a diversión, a seguridade e a convivencia.

A principal novidade deste curso estará nas instalacións. "Antes, cando facía mal tempo, adestrabamos no mercado gandeiro do campo da feira, pero quedábanos un pouco limitado de espazo", explica David, un dos monitores da escola e profesional do ciclismo vinculado ao club. Para esta nova tempada, o DHG Team contará cunha nave de aproximadamente 800 metros cadrados situada na antiga Manosa, nas proximidades da Ribela, que permitirá desenvolver as sesións durante os meses de inverno con maiores posibilidades. A nova nave permitirá comezar xa en outubro utilizando unhas instalacións pensadas especialmente para que os máis pequenos poidan continuar coa actividade cando a climatología non acompañe.

O exterior seguirá sendo unha parte fundamental dos adestramentos sempre que as condicións o permitan. Porén, a chegada do outono e do inverno fai especialmente necesario contar cun espazo cuberto, sobre todo para os participantes máis pequenos. "Contamos con que este ano a nave nova sexa un plus máis chulo para eles", sinala David.

UNHA ESCOLA NACIDA PARA GARANTIR O RELEVO XERACIONAL. A creación da escola tivo a súa orixe na necesidade do DHG Team. O club, con anos de experiencia no ciclismo e na organización de eventos como o DHU Vila de Sarria, que se celebra cada mes de xullo, observou en 2021 que a idade media dos seus integrantes era cada vez máis elevada. "Para seguir mantendo todo o que organizabamos, necesitabamos un relevo xeracional", explica David. Así naceu unha escola pensada para achegar o ciclismo ás novas xeracións e, ao mesmo tempo, garantir a continuidade dun club que non só participa en competicións, senón que tamén impulsa actividades e eventos deportivos na comarca.

Cinco persoas vinculadas ao club

encárganse actualmente da formación. Os nenos e nenas distribúense principalmente por idades e non tanto polo nivel deportivo, xa que o obxectivo é que cada participante vaia evolucionando progresivamente segundo as súas capacidades e necesidades.

A experiencia acumulada durante estes anos tamén permitiu aos propios monitores coñecer mellor aos participantes. A escola foi aumentando pouco a pouco tanto no número de nenos e nenas como no de técnicos, e esa evolución permitiu comprender mellor que motiva aos máis pequenos e como adap-

nenas gañen seguridade. Para iso, traballan con bicicletas, pero tamén con colchonetas e obstáculos que lles permiten experimentar diferentes movementos e situacións sen medo. Aprenden a pedalear correctamente, frear, controlar a bicicleta, levantar o pé do pedal antes dunha curva ou afrontar unha caída sen entrar en pánico. A idea é que entendan que perder o equilibrio forma parte da aprendizaxe e que poden afrontar determinadas situacións con seguridade. "A través dos exercicios básicos dámoslles seguridade sobre a bicicleta e imos ensinándolles cou-

NUTRICIÓN, SEGURIDADE E COMPAÑEIRISMO. Para o DHG Team, a formación deportiva debe ir acompañada doutras aprendizaxes. Por iso, ao longo do curso tamén se programan actividades complementarias e charlas relacionadas con aspectos que inflúen directamente no desenvolvemento dos deportistas.

Un exemplo será a participación de Eva Castro, campioa de España e referente no ciclismo, que ofrecerá algunha charla durante a tempada para animar especialmente ás nenas a achegarse a este deporte. A escola recoñece que actualmente



tar os exercicios para que cada un avance ao seu ritmo.

As inscricións permanecen abertas durante todo o curso, polo que novos nenos e nenas poden incorporarse ao longo da tempada. Con todo, outubro é o momento clave para comezar, xa que permite aos participantes adquirir desde o principio unha rutina e familiarizarse progresivamente coa dinámica da escola.

APRENDER A PEDALEAR, A CAER E A PERDER O MEDO. Unha das particularidades do DHG Team é que a formación non se limita a ensinar técnica ciclista. Para os máis pequenos, os adestramentos desenvólvense polas tardes durante a semana e poden prolongarse ata tres horas, aínda que boa parte das sesións se basean no xogo. O propósito inicial é que os nenos e

asas que ao principio poden parecer difíciles, pero amosámoslles como poden facelas con garantías, con seguridade e pasándoo ben", explica David.

Nos grupos de maior idade, os adestramentos dos sábados pola mañá teñen outro enfoque. Os participantes que xa teñen maior soltura sobre a bicicleta comezan a traballar aspectos máis técnicos, como o cambio de marchas, e poden iniciar unha preparación orientada á competición se así o desexan. A escola está especializada en BTT e ofrece unha formación ampla que incorpora diferentes disciplinas do ciclismo, entre elas o XC, o Enduro e o DH. O propósito é que os participantes non se limiten a unha única modalidade, senón que adquiran unha base variada que lles permita desenvolver diferentes habilidades sobre a bicicleta.

hai máis nenos que nenas entre os seus integrantes e quere seguir traballando para aumentar a presenza feminina.

As charlas tamén abordarán cuestións como a preparación, a concentración, a xestión da frustración ou a maneira de afrontar tanto o éxito como as dificultades. A nutrición e a condición física terán igualmente o seu espazo, ao considerar que o desenvolvemento corporal e a alimentación son elementos importantes na práctica deportiva. A educación tamén se traslada á rúa. Os responsables da escola traballan cos participantes o respecto polas normas de tráfico e circulación para que adquiran hábitos seguros máis alá dos adestramentos. Pero hai un elemento que David sitúa por riba de todos os demais: que os nenos disfruten. "Para nós, o máis importante é que se divir-

tan e que se vexan como compañeiros", asegura.

O ciclismo pode parecer un deporte individual, especialmente cando chega o momento da competición, pero no DHG Team pretenden que os participantes entendan que forman parte dun grupo. Nas carreiras viaxan xuntos na mesma furgoneta e comparten unha experiencia que vai máis alá do resultado deportivo. "Queremos que o club teña unha continuidade, que eles poidan seguir levando o club e organizando eventos", explica David, que sitúa así o relevo xeracional non só na práctica deportiva, senón tamén na propia organización do club.

O esforzo é outro dos valores fundamentais. O ciclismo pode implicar moitas horas sobre a bicicleta, esixe preparación física e mental e, nalgúns casos, obriga a afrontar condicións meteorolóxicas pouco favorables. Por iso, a escola busca que os participantes aprendan a esforzarse sen perder de vista o carácter lúdico da actividade.

Esa combinación entre esforzo e diversión ten unha das súas prin-

“Imos ensinándolles cousas que ao principio poden parecer difíciles, pero amosámoslles como poden facelas con garantías, con seguridade e pasándoo ben”

cipais expresións no Mini DHU Vila de Sarria, a versión infantil do evento que o propio club organiza cada ano. Segundo explica David, nesta última edición “batemos récords de inscricións e o evento medrou moito máis grazas aos nenos”.

A escola tamén mantén actividades con outros centros e entidades da vila. Entre elas están as realizadas cada ano co IES Xograr de Sarria, con rutas como a que leva aos participantes ata a Pobra de San Xiao. Son propostas que permiten sacar o ciclismo do espazo estritamente deportivo e reforzar a súa presenza na vida da localidade. Cinco anos despois de iniciar este camiño, o DHG Team afronta así unha nova etapa cun número crecente de participantes, novos espazos e a mesma idea coa que naceu o proxecto: formar futuros ciclistas, pero tamén persoas capaces de gozar do deporte, compartir experiencias e, algún día, tomar o relevo dun club que leva anos facendo do ciclismo unha parte da vida deportiva de Sarria.

DE RUTA EN RUTA

Ruta Baldraga-Baralla

Ofrece un percorrido sinxelo, con saída e chegada na praza do Concello e un trazado que permite descubrir a contorna natural

A ruta é un itinerario circular de 2 quilómetros que parte da praza do Concello, atravesa a zona de Baldraga e regresa ao centro da vila, combinando pequenos tramos de estrada e camiños entre hortas e zonas de vexetación. O percorrido pode realizarse andando ou en bicicleta e está pensado para completar nun paseo tranquilo. A ruta comeza na parte superior da praza do Concello. Coa fonte situada fronte ao camiñante, hai que tomar o camiño da dereita, pasando por diante do bar Vilarpunteiro. Desde aí comeza o tramo que conduce cara a Gundían e Vilarpunteiro. Durante os primeiros metros hai que continuar pola mesma estrada, mesmo cando aparezan bifurcacións. En caso de dúbida, a indicación é optar polo ramal da dereita. O itinerario permite ir deixando atrás as últimas casas da vila e avanzar cara a unha contorna máis aberta. Tras pasar a última vivenda situada á dereita aparece un cruzamento que conduce cara a Constantin. Neste punto non hai que desviarse: aproximadamente 50 metros máis adiante, nunha curva cara á esquerda, o per-

corrido abandona a estrada principal para entrar nun camiño situado á dereita. É aquí, tras uns 700 metros de ruta, cando comeza un pequeno tramo en subida. Ao rematar esta costa aparece unha bifurcación á esquerda que non se debe tomar. O itinerario continúa polo camiño principal, atravesando zonas de hortas e abrindo pouco a pouco diferentes perspectivas sobre Baralla. Un dos atractivos deste paseo aparece precisamente neste tramo. A medida que se avanza, o camiño ofrece vistas da vila de Baralla e de Arroxo, coa autovía e a súa ponte como elementos visibles na paisaxe. Ao fondo, as montañas que rodean o municipio completan un escenario no que destacan as masas de castiñeiros e carballos. Cando se levan percorridos aproximadamente 1.100 metros, aparece unha nova bifurcación. Neste caso hai que escoller o camiño da dereita, concretamente o principal dos dous ramais que aparecen nesa dirección, que corresponde ao segundo que se atopa durante o percorrido. A partir deste punto comeza o descenso cara á vila. O camiño desemboca finalmente nas rúas de Baralla, deixando atrás a zona máis rural do itinerario. Xa no núcleo urbano, cómpre continuar cara á dereita. Na seguinte intersección hai que volver virar á dereita e, tras percorrer uns poucos metros, a ruta conduce de novo á praza do Concello, onde se completa o percorrido circular. Máis alá dos seus dous quilómetros, a ruta permite achegarse á paisaxe que rodea Baralla e observar a variedade de especies que habitan no



municipio. A contorna conta cunha importante presenza de fauna, polo que, dependendo da época e das condicións, o paseo pode converterse tamén nunha oportunidade para observar animais. Entre as especies presentes figuran aves como a aguia culebreira, o ferreiriño capuchino, o falcón peregrino, o avión roqueiro, o arxilón cincento, o peto real ou a garza real. Nos espazos naturais do municipio tamén se poden atopar mamíferos como o teixugo común, o raposo, a londra europea, a marta, o xabaril, a xeneta, o gato almizclero, o desmán dos Pireneos, o corzo ou mesmo o lobo. A fauna inclúe ademais especies ligadas aos cursos de auga, como a boga do Douro e a anguía, así como a lagartixa galega.



DATOS



30 minutos



2 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