

## A comarca, pendente da sentenza do TSXG sobre o ERE solicitado por Alcoa

A sala do social do Tribunal Superior de Xustiza de Galicia acolleu este mes o xuízo sobre o despedimento colectivo exposto por Alcoa e que afectaría a 524 traballadores da planta de aluminio primario de San Cibrao. Antes de entrar na sala, celebrouse unha nova sesión de conciliación que fracasou tras 45 minutos de reunión. Os traballadores, que continúan coas súas protestas dende que Alcoa anunciou os seus plans, manifestaron a súa intención de manterse na loita pola continuidade da fábrica. Ademais, denunciaron as medidas da empresa de non contratar persoal para cubrir as baixas. **Pax. 2**

## Chega un Nadal diferente

O coronavirus cancelou a Semana Santa, as festas de verán e as vacacións, aínda que parece que deixa un respiro para estas datas de Nadal

Malia que aínda faltan unhas semanas para o Nadal, moitas familias están a planificar como serán os xantares e ceas destas datas. Así mesmo, os concellos da Mariña preparan diferentes programacións de Nadal para esta atípica festividade do 2020. A pandemia, así como as diferentes medidas e restricións, está afectando á hostalaría e ás actividades, pero na gran maioría deles optaron por reinventarse coas visitas virtuais de Papá Noel, as videochamadas dos Reis Magos e os concursos de decoración. Pero tamén haberá tempo para o ocio infantil con obradoiros e talleres e mercados de Nadal, sen esquecer o alumeado festivo.



**foz.** Crean un Plan de Mobilidade no que os veciños poderán participar. **Pax. 6**

**viveiro.** Pedirán a cesión dos terreos para a Escola Oficial de Idiomas. **Pax. 9**

**burela.** Burela Rebonita conciencia para facer un bo uso do punto limpo. **Pax. 12**

**ribadeo.** Recuperadas vellas cintas de celuloide do Cine Teatro. **Pax. 14**

**alfoz.** O Concello publicou as bases das subvencións para asociacións. **Pax. 20**

**xove.** 68.000 euros de axudas para os autónomos e microempresas. **Pax. 21**

**cervo.** Xa poden solicitar-se as axudas para a reactivación económica. **Pax. 23**

## A Pontenova conta cun novo colectivo



Crean unha nova asociación de comerciantes. **Pax. 19**

## O 2º Rallye Recalvi será en decembro



A proba constará de tres treitos pola Mariña. **Pax. 28**

## Run Foz Run reinicia as carreiras



O día 20 poderase participar nesta cita deportiva. **Pax. 28**

## A Deputación aproba un orzamento de 92,5 millóns

O Pleno da Deputación aprobou un orzamento de 92,5M€ para investir nas persoas e na recuperación económica. Os presupostos suben preto dun 1% con respecto ao ano pasado e aumentan os gastos

un 20% das partidas en Bens e Servizos, debido a que ampliarán a Rede de Centros Públicos de Atención a Maiores. Así mesmo, destaca a conxelación dos soldos dos membros da Corporación. **Pax. 27**

## Este Nadal ti elixes o agasallo!



Xiaomi Redmi 9A

FIBRA  
FAST!

1.000 Mb

44€/mes

Prezo final. IVE e cota de liña incl.

MÓBIL  
ILIMITADO

23 GB

Ou se o prefires...  
A FORRA 100€  
NO TEU PAQUETE!



Fibra  
1.000 Mb



Móbil  
23 GB

10 €/mes  
durante 3 meses  
(despois 44€)



adamo  
Fibra · Móbil · Fixo



Chama xa  
GRATIS ao  
900 651 679

## A MARIÑA

## Varios concellos da comarca farán videochamadas con Papá Noel e cos Reis Magos

Os concellos de Alfoz, O Valadouro, Burela, Xove, Cervo e Riotorto veñen de comunicar que están a organizar videochamadas con Papá Noel e cos Reis Magos, dirixido aos nenos dos municipios.

O rexistro pode facerse dende a web [www.nadal2020.es](http://www.nadal2020.es) no que haberá que indicar nome, datas e teléfono. Xa está aberto o prazo para rexistrarse na plataforma e organizar as videochamadas.

As inscricións para Papá Noel son do 25 de novembro ao 17 de decembro e para os Reis Magos do 25 de novembro ao 29 de decembro.

Se algún pai ou nai non ten whasapp e non pode recibir a videochamada, deberán chamar ao teléfono de información da plataforma 641 585 245, e dende ese teléfono facilita-



ranlle a ese pai ou esa nai a maneira de que o neno poida falar con Papá Noel ou cos Reis. En todos os casos, a reserva de cita pode ser para Papá Noel, para os Reis Magos ou para ambos. Este servizo é de carácter totalmente gratuíto para as familias.

## Último roteiro A Mariña en Ruta

En decembro rematan os roteiros de A Mariña en Ruta programados para este outono, unha iniciativa que a Mancomunidade de Concellos da Mariña Lucense puxo en marcha co apoio da Axencia de Turismo de Galicia e da Deputación de Lugo. Por Ourel discurrirá o 12 de decembro a ollada ás rochas que viron nacer Galicia e que guiará Francisco Canosa. Atópanse varios lugares cun salientable patrimonio xeolóxico, coma poden ser a presenza das rochas máis antigas de Galicia ou unha das fallas máis importantes da Península Ibérica, a falla de Viveiro. Todo isto per-



mite coñecer moito mellor o pasado xeolóxico de Galicia e que grandes acontecementos se produciron dende entón. A saída será ás 10:30 desde o Concello de Ourel. É obrigatorio levar chaleco reflector, roupa axeitada, calzado cómodo, auga e bastóns.

## Pendientes do xuízo

### Os traballadores de Alcoa esperan a resolución do TSXG sobre o ERE

A sala do social do Tribunal Superior de Xustiza de Galicia acolleu este mes o xuízo sobre o despedimento colectivo exposto por Alcoa e que afectaría a 524 traballadores da planta de aluminio primario de San Cibrao.

Antes de entrar na sala, celebrouse unha nova sesión de conciliación que fracasou tras 45 minutos de reunión. No xuízo, os avogados de Alcoa defenden que a aplicación do ERE é inevitable "porque a planta leva tres anos perdendo diñeiro e de feito, está a vender por baixo dos custos de produción". Aseguran, que "concorren problemas económicos como o prezo da enerxía xa que o megawattio/hora debería custar 35 euros e está a 58, e as materias primas que condenan á planta a non ser competitiva", seguiron dicindo.

Nese sentido, os avogados culpáron ao Goberno de incumplir as súas promesas de abaratar a electricidade e lembraron que o estatuto do consumidor electointensivo leva dous anos de atraso.

A empresa asegurou que o ERE non implicará o peche da planta porque manteranse 99 empregos e a parte da fundición activa. Pero si se pararán as cubas de electrolisis, unha medida coa que as perdas se reducirían un 70 %.

Os letrados da empresa estadounidense recalcaron o esforzo realizado para tentar vender a planta ao grupo Liberty, como lle esixiron os traballadores, a Xunta e o Ministerio de Industria.

Pola súa banda, os sindicatos CCOO, UXT e CIG presentaron unha deman-



Os traballadores de Alcoa nunha dos seus habituais actos reivindicativos

da na que alegan "mala fe" durante as negociacións do expediente e acúsana de rexeitar unha oferta de compra por parte de Liberty.

Os avogados de Alcoa contestaron dicindo que os representantes dos traballadores "tentaron boicotear as negociacións do ERE para forzar a venda, algo que atenta contra a liberdade de empresa", aseguraron. E avanzaron que impugnarán a participación tanto da Xunta como do Ministerio de Industria.

O avogado do Estado cargou contra a compañía acusándoa de restructurar a factoría por motivos estratéxicos non de mercado, e que fixo todo o posible por aparentar que non quería facer despedimentos, así como, que durante as conversacións con Liberty non deron pasos adiante.

O letrado da Xunta, pola súa banda, dixo que o ERE debe ser declarado nulo porque Alcoa non negociou de verdade, só en aparencia, non entre-

gou toda a documentación requirida e actuou de mala fe.

**TRABALLADORES.** Os traballadores, que continúan coas súas protestas dende que Alcoa anunciou os seus plans, manifestaron a súa intención de manterse na loita pola continuidade da fábrica. O comité participou nas diferentes reunións que se levaron a cabo e que fracasaron, como a mesa multilateral, o acto de conciliación e outras reunións previas ao xuízo.

Polo de agora tanto o TSXG, que fallou de forma provisional en favor dos traballadores, como as ameazas do Goberno de retirar as axudas concedidas, non serviron para convencer a Alcoa dos seus plans. Ademais, o comité de empresa denunciou as medidas da empresa de non contratar persoal para cubrir as baixas de incapacidade temporal e invalidez.

*Disfruta de las navidades con*

**almayo**  
muebles

**RIBADEO**  
Rúa San Francisco, 2-4 Bajo 6 - Tel.: 636 761 883

**BARREIROS**  
Pol. Industrial Cruz do Lobo, Nave 10  
Tels.: 982 585 709 / 652 110 377

**BURELA**  
C/ Curros Enríquez, 12  
Tel.: 660 402 954

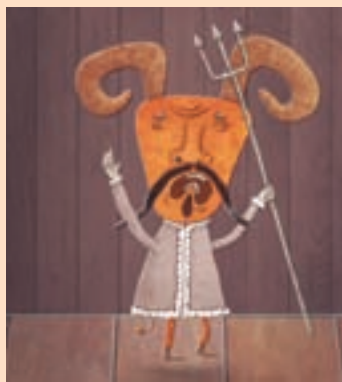
Almayo

## Volve o teatro afeccionado

Arrincou o Circuito de Teatro Afeccionado, que programa máis de corenta actuacións pola xeografía da provincia ata final de ano.

Quince compañías participan nesta iniciativa que dá pulo ao teatro amateur nun ano condicionado pola incidencia da crise sanitaria nas programacións culturais, especialmente no ámbito das artes escénicas. Alentía Teatro, Nova Escena Teatro, Os Palimoquiños, Curuxán Teatro Impro, Hipócrata Teatro, Os Baluros, Os Trocos, A Adala, A Mariña, Asociación Cultural Abrente, Grupo de Teatro Viraventos, Teatreiras, Lume Escénico, O Torques Metátase Teatro e Pico do Castro representarán os seus espectáculos nunha vintena de municipios.

A programación, organizada en colaboración cos concellos e coas asociacións culturais que facilitan os espazos para as representacións, inclúe pezas para todos os públicos



e con distintos rexistros, desde o drama ata a comedia.

O Circuito de Teatro Afeccionado atellouse neste 2020 para dar continuidade á actividade do Buxiganga, unha convocatoria que non puido repetirse este ano polas dificultades que a situación sanitaria creaba á hora de concretar datas e horarios coa antelación que requería o procedemento habitual.

Así, no Centro sociocultural de Riotorto estará *Cousas de bares* ás 21.00 horas o sábado 12 e *Por un puñado de grelos* o 19 tamén ás 21.00 horas.

Na casa da cultura do Vicedo poderase ver *O Terapeuta* o día 12 ás 20.00 horas, e *Cousas de bares* o domingo 20 ás 19.00 horas.

No centro sociocultural Manuel Lourenzo do Valadouro desfrutárase o sábado 19 ás 19.00 horas de *O aeroporto da valiña*, e o 26 tamén ás 19.00 horas de *Por un puñado de grelos*.

No teatro de Ribadeo estará a obra *Borrallia* o día 12 ás 17.30 horas, na casa da cultura de Alfoz estará *Menciñeiro á forza* o venres 18 ás 20.00 horas, na casa da cultura de Burela *O Randiña* o día 19 ás 20.30 horas, e no Centro Cívico de Xove haberá dous días de teatro, o día 20 ás 19.00 horas a obra *Improvincia* e o día 27 ás 19.00 horas *O Terapeuta*.

## Muebles Almayo desafiou á covid-19 abrindo dúas tendas



Unha das tendas de Muebles Almayo na comarca

Muebles Almayo, empresa con sede en San Cosme de Barreiros, celebrou do 23 ao 30 de novembro o Black Friday con increíbles ofertas e descontos do 20% en todas as exposicións.

Estas ofertas foron para todas as súas tendas que están ubicadas en Barreiros, no polígono industrial Cruz do Lobo; en Burela, na rúa Curros Enríquez, e en Ribadeo, na rúa San Francisco.

Esta empresa desafiou á covid-19 abrindo as súas portas en plena pandemia das novas tendas de Burela e Ribadeo e pretende ser unha referencia do que pode haber na tenda de Barreiros.

Esta tenda que conta xa cunha traxectoria de máis de 13 anos pretende reforzar a súa aposta pola comarca, ademais de servir a súa mercancia a toda Galicia e Asturias.

## Asociación de Axuda ó Enfermo Mental recibiu unha achega da Deputación

O presidente da Deputación, José Tomé Roca, e o presidente da Asociación de Axuda ó Enfermo Mental A Mariña, Jorge Manchado Rivero, asinaron no Pazo de San Marcos o convenio de colaboración co que a institución provincial achega 15.000 euros para sufragar os gastos de funcionamento do Centro de Rehabilitación Psicosocial e Laboral de Burela, centro de referencia en toda a comarca mariñá para o tratamento de persoas que padecen enfermidade mental e das súas familias.

Os usuarios e usuarias deste centro reciben atención no ámbito prelaboral, psicolóxico e social, realizando actividades de arteterapia, psicomotricidade, estimulación cognitiva, obradoiros de habilidades sociais ou psicoeducación, entre outras cuestións. Ademais, as persoas usuarias tamén poñen en práctica habilidades da vida diaria,



Novos responsables da asociación en distintos puntos da Mariña

xogos de interacción, ou actividades de integración social entre outras, dirixidas a conseguir o maior grao posible de autonomía e independencia.

A través da creación de mandos intermedios que coordinarán os distintos dispositivos, a Asociación de Axuda ó Enfermo Mental A Mariña afonda no seu compromiso por ga-

rantir a mellor atención posible ás persoas con problemas de saúde mental e ás súas familias.

Este cambio organizativo vén acompañado doutros importantes acontecementos para a entidade como a renovación do concerto do Sergas de 75 prazas para os seus centros e a estrea da nova páxina web da asociación, [www.adaoemam.es](http://www.adaoemam.es).

## Seis concellos botan adiante o plan Xuntos pola compostaxe

A agrupación de concellos da Pontenova, A Pastoriza, Meira, Pol, Ribeira de Piquín e Riotorto, co apoio financeiro da Consellería de Medio Ambiente, Territorio e Vivenda da Xunta de Galicia e do Fondo Europeo de Desenvolvemento Rexional, implantará un programa de compostaxe co que reducir a fracción orgánica dos residuos.

O proxecto está pensado para a participación de preto de 1.000 veciños, repartidos entre os 6 concellos, que recibirán de forma gratuita os correspondentes medios materiais para a elaboración de compost, ao mesmo tempo que recibirán formación na materia e asesoramento con-

tinuado durante o proceso.

Os veciños dos concellos interesados en participar na campaña de compostaxe poderán inscribirse e informarse sobre a mesma nos postos informativos que colocará cada Concello. Por exemplo en Meira será o 10 de decembro de 2020 en horario de 11:30 a 13:30 horas e en Riotorto o 15. Tamén poderán facelo ata o 22 de xaneiro do 2021 nas oficinas do seu respectivo municipio.

Para participar pídese como único requisito dispor dun espazo de horta ou xardín de 50 metros cadrados e comprometerse a facer un uso responsable do composteiro.

TU COMERCIO DE SIEMPRE  
ahora también  
**online**  
[www.establecimientosrey.com](http://www.establecimientosrey.com)

ESTABLECIMIENTOS  
**REY**  
OFERTAS BLACK  
*Feliz Navidad*

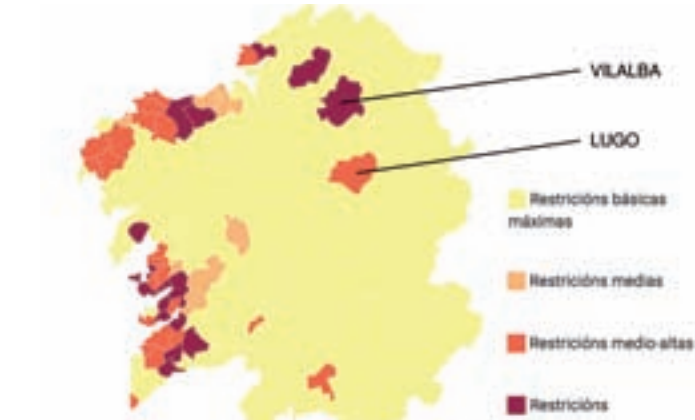
# A Mariña dobrega á covid-19

Na segunda vaga a comarca conseguiu nun mes reducir ao mínimo o virus

Tras un difícil mes no que a covid-19 volveu ser o tema central da vida dos mariños na segunda vaga, a comarca comeza decembro con moita tranquilidade debido a que todos os seus concellos teñen unha incidencia acumulada a quince días por debaixo dos dez casos.

Os últimos en volver á normalidade foron Burela e Foz pero a situación estivo moi apertada tamén en Viveiro, Cervo, Xove e Ribadeo. De feito, os concellos de Viveiro e Burela estiveron sometidos ás máximas restricións co peche perimetral e de toda a hostalaría. Pouco a pouco a situación, ao igual que no resto de Galicia, foise normalizando.

Trala ponte de decembro, a provincia mantense lixeiramente por riba



dos 600 casos e segue baixando de forma continuada. Así mesmo, a presión hospitalaria, que fluctúa, é perfectamente asumible mentres as defuncións subiron ata as 137. No

novo sistema de alertas da Xunta, na provincia só hai dous concellos en alerta, Vilalba e Lugo, e o resto teñen as restricións básicas coa hostalaría aberta pero con toque de queda.

## Restricións básicas

- Hostalería aberta ata as 23.00 horas
- 50% de aforo no interior e 75% no exterior
- Agrupacións de máximo 6 persoas
- Restringida a mobilidade nocturna de 23.00 a 6.00

## Restricións medias

- Hostalería aberta ata as 23.00 horas
- 40% de aforo no interior e 50% no exterior
- Agrupacións de máximo 6 persoas
- Restringida a mobilidade nocturna de 23.00 a 6.00
- Limitacións especiais de mobilidade

## Restricións medio-alta

- Hostalería aberta ata as 17.00 horas
- 30% de aforo no interior e 50% no exterior
- Agrupacións de máximo 4 persoas
- Restringida a mobilidade nocturna de 23.00 a 6.00
- Limitacións especiais de mobilidade

## Restricións

- Hostalería aberta ata as 17.00 horas
- 50% de aforo no exterior
- Agrupacións de máximo 4 persoas
- Restringida a mobilidade nocturna de 23.00 a 6.00
- Limitacións especiais de mobilidade

## O Hospital da Mariña perde a un dos especialistas de cardiología

“O Hospital da Mariña está a sufrir unha nova merma nos servizos ao quedar sen un dos especialistas da área de cardiología. Desde o mes de setembro, despois de que un dos cardiólogos solicitara una excedencia, o hospital atópase cun facultativo menos, pois ate o momento non foi substituído”, din dende a Plataforma Sanitaria.

Esta plataforma ven de coñecer e contrastar a ausencia de substitución do facultativo, polo que se “constata unha vez máis a sangría de servizos que paulatinamente ven sufrindo este centro desde hai anos, e que se agrava desde eliminación da área sanitaria, como vimos precedendo desde entón”, din. “Cremos desde o colectivo, que este novo golpe para a saúde

de mariñas e mariños provocará agardas para realización de probas diagnósticas, consultas de revisión imprescindibles e primeiras consultas para diagnosticar, inasumibles e vergoñentas, que multiplicarán as que xa había ata agora e que foron denunciadas polo colectivo en numerosas ocasións”.

O portavoz da plataforma, Víctor Vila apunta que cada día que pasa a poboación da Mariña vai perdendo servizos esenciais para unha asistencia sanitaria digna e próxima e apela á xerencia do centro a que se poña a traballar na dotación axeitada de profesionais e servizos en vez de “secundar servilmente as decisións políticas da Xunta para darlle o tiro de gracia á sanidade pública desta comarca”.

## Mellorarán a xestión de residuos en varios concellos da comarca

A Consellería de Medio Ambiente, Territorio e Vivenda destina 457.000 euros a mellorar a xestión de residuos en 19 municipios lucenses, mediante achegas destinadas á habilitación de puntos limpos móbiles ou espazos de autorreparación, o fomento da compostaxe e a implantación da recollida separada da fracción orgánica.

O delegado territorial de Lugo, Javier Arias, sinalou que con este programa a Xunta favorece a prevención, adecuada recollida, clasificación e preparación para a reutilización de residuos domésticos, co fin de avanzar no reto da sostibilidade ambiental. Do montante total, 212.475 euros serán investidos en accións que posibiliten a compostaxe in situ dos biorresíduos, ben en proxectos domésticos nas vivendas que dispoñan de terreo para elo, ou ben en zonas postas a disposición polas entidades locais para o tratamento comunitario dos biorresíduos. Esta foi a medida máis demandada, que porán en marcha en concreto once concellos:



Un punto limpo móbil

A Pobra de Brollón, Friol, Foz, Viveiro, os de Guitiriz e Xermade en común, e tamén de forma conxunta os de Riotorto, A Pastoriza, Pol, Meira e Ribeira de Piñón.

Outros 168.500 euros servirán para habilitar puntos limpos móbiles nos municipios do Incio, O Vicedo, Sober, Ribas de Sil e Castro de Rei. Pode tratarse de remolques e contedores metálicos, camiión con caixa e chasis, furgoneta adaptada e modelos similares, e deberán ter diferentes compartimentos para a recollida de residuos como aceites vexetais usados, téxtiles, restos voluminosos ou medicamentos, entre outros.

## Viveiro e Ribadeo ceden unha carpa aos seus respectivos centros de saúde

O Concello de Viveiro colabora co centro de saúde atendendo a petición realizada e facilitándolle unha pequena carpa para poder realizar as probas de antíxenos da covid-19 sen ter que acceder ao interior das instalacións.

Coa instalación desta carpa, colocada na entrada de urxencias, evitárase que as persoas que deban facer estas probas teñan que acceder ao interior do centro, evitando dalgunha maneira un maior risco de contaxio. Estas probas

de antíxenos realízanse por orde médica e con cita previa a persoas que presenten sintomatoloxía. Por outra banda, en Ribadeo propúxose tamén a instalación temporal dunha carpa diante do centro de saúde para que a xente que acode a realizar análíticas a primeira hora da mañá non teña que agardar na rúa á intemperie nos meses do inverno. Son moitos os veciños que amosaron a súa preocupación por ter que agardar no exterior do centro



Carpa en Viveiro

de saúde con xeadas, chuvia, frío, etc., desde a entrada en vigor dos protocolos covid.

RESTAURANTE

CASA

**DAMIAN**

DESDE 1942

*Xornadas da Centola*

Consultar presuposto e reservar no num.: **982 132 450**

Avda. de Colón 5 Foz

**dende o 11 de decembro ata o 6 de xaneiro (2021)**

## Tres concellos únense para poñer en marcha unha ruta btt

Os concellos de Mondoñedo, A Pontenova e Riotorto veñen de poñer en marcha a ruta btt de longo percorrido vencellada aos oficios tradicionais que une a estes tres concellos nunha distancia de máis de 190 km.; e que tamén se reparten en cinco rutas parciais que unen as capitalidades municipais.

Tendo en conta que é un proxecto participativo e no que se vai contar con toda a xente que se queira involucrar e mellorar os actuais trazados e realizar propostas de futuro habilitouse un mail de comunicación que é [btt.mundo.munid@gmail.com](mailto:btt.mundo.munid@gmail.com) para facer o feedback ao proxecto unha vez presentado.

Neste proxecto desenvólvese unha ruta para bicicletas de montaña de longo percorrido na que se priorizou o emprego de pistas sen asfaltar de titularidade municipal coa finalidade de promover esta ruta para outras actividades deportivas e/ou culturais que poñan en valor o carácter montañoso dos Concellos e os seus valores naturais e culturais que se poderán coñecer nos máis de 190 qui-



Darío Campos, alcalde da Pontenova, na ruta

lómetros que conta esta ruta.

O proxecto seguirá evolucionando ao longo dos anos seguintes con numerosas actividades e melloras a esta ruta que pretende ser un referente do btt a nivel interautonómico, posto que se está a traballar co Concello de Taramundi para unir ambos territorios mediante un trazado común.

O obxectivo final do proxecto é seguir poñendo en valor o patrimonio identificado e que se poderá descubrir ao longo do trazado previsto, fomentando o coñecemento e novas experiencias para os visitantes, na busca de que regresen en numerosas ocasións ao territorio.

Os paneis existentes nos concellos, ademais doutros lugares significativos e nas webs que promocionen o turismo municipal, disporán de acceso aos arquivos GPX para a súa descarga, así como códigos QR co enlace á ruta de longo percorrido, pero tamén a outras rutas parciais que permitirán facer tramos de menor percorrido dirixidos a ciclistas con menos tempo, menos profesionais, ou que queiran segmentar o trazado completo para coñecer mellor o territorio, o que non nos cabe dúbida que sucederá unha vez vaian descubriendo todos os tesouros que esconden estes concellos.

## A Deputación destina 91.000 euros a espazos infantís en Barreiros, Ribadeo e Trabada

A Deputación financiará a construción, ampliación e mantemento de tres parques nos concellos de Barreiros, Ribadeo e Trabada.

Así, anunciaron o investimento tras aprobarse o encargo das obras á empresa pública Tragsa na Xunta de Goberno. O acordo dá luz verde á realización dos traballos, recollidos no convenio interadministrativo asinado coas alcaldes de Trabada e Barreiros, Mayra García e Ana Ermida, e co alcalde de Ribadeo, Fernando Suárez.

A Deputación destina 91.000 euros á execución das obras, que mellorarán a dotación de espazos de ocio nos tres concellos mariñaos. A previsión da área é que os traballos poidan comezar de forma inmediata, a comezos do mes de decembro. O período de execución é de catro meses, polo que quedarán rematadas na primavera de 2021.

En Trabada, crearase un parque infantil nun terreo situado na rúa do Concello, cun investimento de 19.600 euros por parte da área provincial.

O concello de Barreiros recibirá

unha achega de 22.000 euros para a creación dunha pista de skate en San Cosme de Barreiros, na Praza do Teleclub, cunha achega de 22.000 euros por parte de Mocidade.

En Ribadeo, o goberno provincial financiará a reposición e ampliación do parque situado na avenida Rafael Fernández Cardoso cunha achega de 49.000 euros.

Dende a Deputación sinalaron que “as zonas de ocio son fundamentais para o xogo e a socialización na infancia e na adolescencia, franxas de idade das que temos que coidar especialmente nos concellospequenos nos que o reto é fixar poboación”.

Os traballos serán realizados pola empresa pública Tragsa, na súa condición de medio propio da Deputación de Lugo. Nese senso, Mónica Freire subliñou que a xestión permite “a utilización conxunta de medios e servizos públicos e un uso máis eficiente dos recursos”. Tamén incidiu na necesidade de “propiciar acordos que reforcen a colaboración entre concellos”.

[www.hijosderamonrubalsl.es](http://www.hijosderamonrubalsl.es)  
[alfoz@hijosderamonrubalsl.es](mailto:alfoz@hijosderamonrubalsl.es)

**982 55 86 00**

DPTO. FORESTAL 665 69 72 99 - 671 72 22 42



*Hijos de  
Ramón Rubal*

MÁS DE 80 AÑOS COMPRANDO MADERA

**COMPRAMOS  
MADERA**

**PINO Y EUCALIPTO**

**VENDA SU MADERA SIN SALIR DE CASA  
LLÁMENOS NOSOTROS NOS ENCARGAMOS DE TODO**

**ASERRADERO Y EXPLOTACIÓN FORESTAL**

NOVAS

foz

# O Concello crea un Plan de Mobilidade no que os veciños poderán participar

O Concello de Foz comeza a elaboración dun Plan de Mobilidade Sustentable que permitirá mellorar a calidade de vida da poboación e a defensa do medio ambiente. Tódolos veciños e veciñas do concello poderán facer achegas a este documento a través dun proceso participativo, anunciou o alcalde.

“Estamos traballando no Foz do futuro que todos merecemos, ordenado e planificado, pensando nas persoas. Todos somos coñecedores das consecuencias que as decisións, precipitadas e sen un estudo previo, tiveron hai ben pouco tempo na vila. Dispoñer as dúas rúas principais -Álvaro Cunqueiro e avenida da Mariña- no mesmo sentido de circulación provocou un caos circulatorio. Non nos temos que ir moi lonxe para lembrar como se cargaron de tráfico Paco Maañón -a baixada á igrexa, no casco histórico- e a rúa do Pilar, que non estaba preparada para ser unha rúa principal de Foz. Caos que provo-



Presentación do Plan de Mobilidade do Concello de Foz

caba no verán de 2018 retencións de máis de 40 minutos na saída do núcleo urbano, o que nunca se vira na nosa vila”, explica o rexedor.

Fronte a isto, o alcalde destaca a intención deste goberno: “comezar a casa polos cimentos, non polo tellado. É por iso que, con cargo ao Plan Único 2020 da Deputación, o goberno municipal procedeu á contratación do Plan de Mobilidade Sustentable. Este plan concentrará as súas análises e propostas no nú-

cleo urbano, aínda que considerará todo o termo municipal, analizando e propoñendo actuacións de distinto alcance para todo o territorio, en particular aquelas que faciliten a comunicación peonil e ciclista entre as parroquias e o núcleo urbano”.

O alcalde indica que “hai rúas no casco urbano de dobre sentido de circulación nas que non se cruzan dous vehículos e beirarrúas que en moitos casos non son accesibles. Debemos definir que viais se deben dispoñer

con un sentido único de circulación para gañar espazo para o peón e a bicicleta e identificar os itinerarios peonís máis utilizados. Debemos ter un mapa de a onde queremos chegar no casco urbano para que, conforme vaíamos dispoñendo de fondos, as obras se fagan conforme a un criterio definido: con sentido común, con planificación, evitando os erros do pasado. Este traballo vaino a realizar unha empresa especializada cun equipo conformado por enxeñeiros e arquitectos con experiencia na materia, pero coa colaboración do conxunto de Foz. Non só son necesarias as enquisas que imos cubrir sobre as nosas preferencias ou hábitos nos desprazamentos diarios, senón que se reclaman tamén ideas sobre en que zonas actuar. Vaise contar coa visión de toda a corporación e de colectivos e asociacións e das parroquias: queremos un documento o máis rico posible e para iso todas as achegas son importantes”.

## O Centiño organiza unha gala solidaria



O Centiño de Foz, en colaboración co Concello, organizan para o sábado 12 de decembro ás 18.00 horas unha Gala Solidaria.

Así, o grupo de teatro O Centiño presentará a súa obra *Vaia Faena, a corentena!!*, e no descanso poderase desfrutar do monólogo de Noé Recalde *Vinte e catro horas sen taberna!*

Esta gala será na Sala Bahía de Foz con entrada gratuíta e aforo limitado, e as entradas pódense reservar no 677 435 148. Ademais no descanso recolleranse as doazóns para Cáritas.

## Presentado o programa de Nadal

O Concello de Foz presentou a programación do Nadal 2020, “onde todo se reinventa para garantir que a maxia desta época do ano siga máis viva ca nunca, nun contexto onde as garantías sanitarias deben estar por encima de todo”, anuncian o alcalde, Fran Cajoto, e a concelleira de Cultura, Inés López Couto. A edil de Cultura explica: “pensamos en todas as nenas e nenos: esta festa é deles. Adaptamos as programacións pensando nos máis pequeños da casa, así o teatro infantil cobra un protagonismo especial. Hai obras adaptadas para idades desde os 2 anos, polo que os papás terán onde escoller. As representacións serán na sala Bahía

ás 18:30 horas en distintas datas, previa cita ata completar aforo”.

O alcalde engade: “temos informacións fidedignas de que os elfos e Papá Noel van estar de visita polas rúas de Foz adozando o Nadal. En Laponia son moi respectuosos coas medidas anti-covid e por iso este ano, para evitar aglomeracións e colas, a embaixada de Santa Claus trasladounos que Papá Noel e os seus axudantes elfos van pasear polas rúas, con pequenas sorpresas para os pequeños. Pero asegúranos que este Nadal reforzouse o plantel de elfos, para que os agasallos saian con todas as medidas sanitarias”.

Inés López pon o acento na calida-



de da programación: “quero destacar a programación do domingo 27, cun concerto do grupo Suakai, que ofrecerá dous pases pola limitación de aforo da Sala Bahía, ás 18:00 e ás 20:00 horas”.



**Martínez Otero.** Parte do profesorado do Colexio Martínez Otero formouse nas técnicas de RCP, con especial atención ao uso do desfibrilador semiautomático. O curso de formación, de carácter acreditativo, foi impartido por Carmen Pernas, médica especialista en familia e formadora. Ademais, desde o curso pasado, o Colexio Martínez Otero é un centro cardioprotexido, grazas a unha campaña impulsada pola anpa do colexio e que contou cunha gran acollida entre as familias.



CON CUALQUIER CONSUMO DE TALLER QUE SUPERE LOS 200€  
TE REGALAMOS  
UNA LUZ FLASH  
(SEÑAL V-16),  
PARA TU SEGURIDAD



Talleres Armando, Foz en Crta. General, 1 - 27780 Forxán / 982 141 554 - 639 752 514 • armando@talleresarmando.com • www.talleresarmando.com

Xove en Pol. Camba, 31 - 27870 Xove / 982 102 020

Automóviles Puerta Norte, Ribadeo en Avda. Ría de Ribadeo, 20 - 27700 Ribadeo / 982 120 803

## Reforman as instalacións do fogar do xubilado

O Concello de Foz reformará as instalacións do fogar do xubilado coa mellora da accesibilidade e a creación de puntos de encontro para os maiores. Neste sentido, en breves semanas comezarán as obras de execución da rampla de acceso á residencia, adxudicadas en 37.000 euros con cargo ao Plan Único 2020, e que permitirá establecer un camiño peonil para que os usuarios da residencia se podan achegar de forma segura ao centro da vila.

“Estamos dando todos os pasos administrativos necesarios para que, unha vez resolta a crise sanitaria que estamos a padecer, as relacións sociais non só se manteñan senón que se potencien. Neste sentido, cremos moi necesario recuperar o bar do Centro Social, que foi abandonado polo anterior goberno, o fogar do xubilado, para que os nosos maiores teñan un sitio onde encontrarse e que sintan como seu. Para iso é necesario facer unha reforma integral para que, unha vez sacada a licitación

a concesión pública, o adxudicatario poda exercer a actividade con todos os requisitos que se esixen hoxe en día”, explica o alcalde.

A concelleira de Asuntos Sociais do Concello focego, Ana Rojo, destacou “o gran traballo que está a realizar a Asociación de Discapacitados Virxe do Carme”, colectivo que ocupa actualmente as dependencias que reverterán de novo no fogar dos xubilados. O alcalde explica ademais que “as instalacións actuais están desfasadas e contraveñen a normativa de accesibilidade en varios puntos”. A este respecto o novo bar contará con zona interior e exterior, cunha terraza nunha situación privilexiada de Foz.

A concelleira Ana Rojo tamén traslada outras melloras previstas, como un acceso completamente independente deste o exterior -fundamental para que o local realmente funcione- e uns aseos adaptados a todo tipo de minusvalía, o que non existe na actualidade.

## Remata a mellora da sinalización turística



A nova sinalización de Foz

Remataron as obras de mellora da sinalización turística contratadas polo Concello de Foz á empresa Setramur SL cun investimento de 22.506 euros. Foron supervisadas polo alcalde, Fran Cajoto, e o concelleiro de Turismo, Chema Linares. O edil delegado de Turismo explicou que “con esta actuación o Concello dá un paso máis na sinalización dos recursos do municipio de Foz, que

aínda ten potencial turístico por desenvolver. Agora todas as nosas parroquias e as nosas praias máis importantes están debidamente nomeadas”.

E destacou que “por primeira vez sinalízase a praia de Tupide, que é urbana, está xunto á Rapadoira e é moi querida polos veciños. Polo tanto estamos especialmente contentos de que isto sexa así”.

## Compran un equipo desbrozador

Tras do acordo coa a delegación provincial de Medio Rural o pasado mes de outubro, a Área de Medio Rural do Concello de Foz executou o convenio coa adquisición do equipo dotado con corte combi e desbrozador. O Concello agradece a Área de Medio Rural da Deputación o seu esforzo para que os concellos poidan dispoñer dos medios suficientes para o mantemento do rural.

A Concellería de Patrimonio, Medio Ambiente, Medio Rural e do Mar, do Concello de Foz explica que o equipo de desbroce era demandado polo persoal de xardinería do Concello e moi necesario para realizar de forma eficiente as tarefas de limpeza e mantemento de espazos públicos. Conta cun cabezal desbrozador que pode traballar en zonas de vexetación dura, a carón dos paseos marítimos, onde ata agora empregaban o tractor desbrozador, que ten demasiada carga de traballo. Iniciáronse inmediatamente as tarefas para o axeitado mantemento dos espazos obxectivo deste equipamento.

## AciaFozCCA convoca un ano máis o concurso de escaparates

AciaFozCCA organiza unha nova edición do seu Concurso de Escaparates, que se desenvolverá do 15 de decembro ao 6 de xaneiro.

Os negocios interesados en participar no Concurso de Escaparates deberán enviar a AciaFozCCA a foto do seu local decorado para a ocasión antes das dúas da tarde do vindeiro 15 de decembro. As imaxes serán publicadas no facebook da asociación

para que todo o mundo poida ver as velas. Un xurado elixirá aos tres escaparates premiados.

O presidente, José Carlos Paleo, fixo unha chamada “á participación no concurso, adornando os negocios e contribuíndo así a crear un bo e alegre ambiente de Nadal, xunto ao alumeado”. Invitou a “que a nosa xente aposte polo comercio local para facer as súas compras de Nadal”.

## Novas actividades da Uned

A aula Universitaria da Uned en Foz acollerá durante os próximos meses actividades formativas nos ámbitos educativo, psicolóxico, de idiomas, xurídico e de lecer.

As actividades do primeiro semestre contan con distintas actividades, no ámbito educativo, como A formación docente é o camiño e Medición escolar; no ámbito psicolóxico, como Primeiros auxilios psicolóxicos en situacións de emerxencia e crise, Xestión das relacións interpersoais nas organizacións e Benestar Emocional para a túa Vida; no ámbito dos idiomas: preparación Iniciación

B1 de Inglés e Celga 3 e 4; Actividades de formación no ámbito do lecer e tempo libre homologas pola Xunta, como a 6ª edición de Monitor de tempo Libre e Director de tempo libre; e no ámbito xurídico: Procedemento Administrativo Común das Administracións Públicas”.

Seguen traballando no ODS 14, Vida Submarina, coa 5ª edición da actividade Biodiversidade e Conservación Mariña. En colaboración con ACIA Foz destaca a actividade de Iniciación á fotografía do produto e Photoshop. Ademais, o está ciclo de autores locais iniciámolo con gran

ilusión para dar a coñecer as obras escritas de autores focenses; e así en breve estarán connosco Anxo Castiñeira, David Val e Martín Fernández Vizoso. Desde a aula universitaria da Uned de Foz queren dar visibilidade aos seus autores locais.

Nesta primeira edición contarán con Anxo Castiñeira Lestegás, autor del libro *La Ignorancia de Viajar*, que será o 26 de novembro. Xa o 10 de decembro será a quenda de David Val Pena, autor del libro *Un nómada en bicicleta*, e o día 17 Martín Fernández Vizoso, presentará o seu libro *Memoria de Mariñáns* (tomos I e II).



## Inician unha campaña de sensibilización da compostaxe



Composteiro de Foz

O departamento de Medio Ambiente e Medio Rural considera que a compostaxe é parte da solución para contribuír a redución da pegada medioambiental e para mellorar a nosa contorna, o noso Concello e o noso Planeta, e está a ser xa un dos eixos de funcionamento da Concellería.

Así, iniciouse unha campaña de sensibilización para fomento da compostaxe doméstica e comunitaria no Concello. Será impartida por dous técnicos que facilitarán información sobre que é a com-

postaxe, vantaxes que ten realizala, o que se pode depositar nos composteiros e o que non, etc. Entregarán dípticos informativos e estará instalada unha carpa o de 10:30 a 13:30 na praza Conde Fontao.

Esta campaña é parte do Proxecto de autocompostaxe como vía de xestión da materia orgánica a desenvolver no Concello de Foz. Neste caso cun Proxecto subvencionado ao abeiro das axudas cofinanciadas pola Unión Europea, a través do Fondo Europeo de Desenvolvemento Rexional (FEDER).

## O PP propón melloras no Centro Social e pide a rebaixa do IBI

O grupo municipal popular fai unha proposta que, ao seu xuízo, resolvería os problemas que se dan no Centro Social. O portavoz municipal do PP, Javier Castiñeira, explica: "Acabamos de escoitar en días pasados que o alcalde de Foz, o señor Francisco Cajoto, quere facer obras na primeira planta do centro social. Di que quere reubicar novamente alí o Fogar do Xubilado, que tiña problemas nesa planta: por un lado, problemas de humidades grandes, que se solventaron co goberno pasado impermeabilizando a fachada, e outros problemas de accesibilidade, propios dun local que non estaba preparado para ter un

uso público nesa zona". Castiñeira declara: "Nós estamos de acordo en dar unha solución á asociación de xubilados, pero cremos tamén que debemos ser moito máis ambiciosos, no sentido de que as obras non deben facerse só na primeira planta senón tamén na planta baixa". Tamén pediron no Pleno que cumpra o seu compromiso de baixar o tipo impositivo do Imposto de Bens Inmóveis (IBI), co fin de axudar ao tecido socioeconómico do municipio, que tanto se está a ver afectado pola crise da covid-19. Vanse cumprir case dous anos e non se rebaixa ni un só imposto", di o PP.

## O xacemento do Carreiro-Marzán comeza a amosar o patrimonio

Tras comezar as prospeccións arqueolóxicas do sitio arqueolóxico do Carreiro-Marzán atopáronse novas pezas do patrimonio fozego, nesta ocasión foi un anaco de cerámica terra sigillata romana coas patas dun equino ou cívico que podería datar o estrato arredor do século I.

Este xacemento, que abarca tres penínsulas costeiras e no que existen restos murais e evidencias materiais da idade de Ferro e ao período romano, contará cunha campaña que se prolongará durante dous meses, centrarase no treito do litoral comprendido entre as praias da Rapadoira e de Peizás co obxectivo de comprobar o actual estado das seccións do terreo nas que se documentaron estruturas e materiais arqueolóxicos en anos anteriores, así como xeolocalizar as diferentes bocas e galerías mineiras existentes antes de que a erosión mariña elimine os rexistros.



Un momento da escavación no xacemento de Carreiro-Marzán

Nunha segunda fase, realizaranse dúas sondaxes arqueolóxicas co fin de caracterizar a cronoloxía dos restos. A actuación completarase con accións divulgativas dos resultados e a posta en valor do xacemento.

O treito de costa sobre o que se actuará está dominado por unha liña de cantís de forte pendente no

que se inxiren pequenos entrantes en forma de cala e no que se documentaron varias aberturas e mesmo unha galería de explotación mineira feita con instrumentos metálicos. Neste espazo documentáronse na superficie restos asociados a material arqueolóxico do período castrexo ou romano.

## Adxudicado o contrato de mellora de accesos e seguridade vial

O Concello de Foz procedeu á adxudicación das obras de mellora de firme e seguridade vial nos accesos ao núcleo urbano da vila, por un importe próximo aos 95.000 euros. O alcalde, Fran Cajoto, anunciou que "cun presuposto de proxecto de case 11.2000 euros, o Concello de Foz adxudicou por unha cantidade final de 95.000 euros, con cargo ao Plan Único 2020 da Deputación, as obras de mellora de firme e seguridade vial nos accesos ao núcleo urbano da vila. As dúas entradas de Foz, tanto por Vilaxoane como por Marzán, teñen un estado de conservación moi deficiente. É urxente actuar nelas, por seguridade de todos os usuarios, e é iso o que estamos a facer".

As obras comprenden o fresado de 552 metros e reposición do firme



Supervisión das obras por parte do alcalde

con 5 centímetros de aglomerado en quente nas rúas Avenida de Asturias, Rúa de Lugo, Rúa de Cervantes e Avenida de Viveiro. Tamén se vai arranxar, con 6 centímetros de aglomerado en quente D-12, a zona das curvas de Vilaxoane, que pre-

sentan un firme moi deteriorado. Prevese a construción de 3 pasos elevados de peóns, 2 en Vilaxoane, no entorno do cruce coa estrada provincial LU-P-2001, e outro en Marzán, na avenida de Viveiro preto do cruce coa rúa do Vicedo.



# Bo Nadal!





Rúa Vila, 71. 27790 BARREIROS - 650 822 930  
 Avda. Asturias - FOZ  
 Avda. Arcadio Pardiñas, 101. 27880 BURELA

Visite nuestra web: [www.cisbar.es](http://www.cisbar.es)

# Pedirán á Seguridade Social a cesión dos terreos para a Escola Oficial de Idiomas

No recente Pleno celebrado pola corporación municipal de Viveiro, votouse unanimemente a proposta do PP para solicitar á Tesourería Xeral da Seguridade Social a cesión da chamada Escola Vella de Celeiro, para acoller a Escola Oficial de Idiomas. O Parlamento de Galicia aprobou anteriormente por unanimidade a proposición non de lei a través da que se demandaba ao Goberno central a cesión ou doazón, á maior brevidade, dos terreos e instalacións do antigo colexio de Celeiro en Viveiro para iniciar as obras de acondicionamento do mesmo e trasladar alí a Escola Oficial de Idiomas Luz Pozo Garza.

O deputado popular José Manuel Balseiro lembrou que no mes de abril de 2019 chegouse a un acordo entre a Xunta de Galicia, a Deputación de Lugo e o Concello de Viveiro para trasladar a Escola Oficial de Idiomas ao antigo colexio de Celeiro. Esta actuación permitiría que a Escola de Idiomas vexa duplicada a súa superficie: pasando dos 659 metros cadrados útiles actuais a máis de 1.215 metros cadrados, distribuídos en dúas plantas remodeladas na súa integridade e con melloras de accesibilidade e máis espazos.

**TERRAZAS.** Aprobáron tamén por unanimidade a proposta para suspender durante o ano 2021 a aplicación das ordenanzas fiscais reguladoras da taxa de ocupación de terreos de uso público local con terrazas e a de licenzas de actividade, apertura ou funcionamento.

O Concello de Viveiro, segundo o Plan de Reactivación Económica

acordado con Por Viveiro, xa acordara suspender a aplicación destas ordenanzas para o exercicio 2020, sendo esta unha medida que se aplicará tamén o vindeiro ano. Agora, tras os rebotes sufridos e as novas medidas e peches impostos, levouse ao Pleno esta proposta que suporá unha nova axuda para o 2021.

**MOCIÓNS DO BNG.** Tamén foi aprobada por unanimidade a moción do BNG sobre a creación dun apartado na web das rutas de sendeirismo e a súa sinalización. O obxectivo desta medida é “enriquecer o abano de actividades en Viveiro contribuíndo de maneira real a desestacionalizar o turismo, nunha época Covid, na que é imprescindible potenciar actividades de ocio ao ar libre e sen aglomeracións”.

O BNG de Viveiro tamén rexistrou unha moción para adecentar a zona de Verxeles, moción que tamén foi aprobada por maioría. Esta representa un dos barrios máis transitados en torno ao núcleo do concello de Viveiro, xa que as rúas e travesías que a conforman, comunican o Camiño Vello coa Avenida de Xunqueira, polo que diariamente se utilizan como paso e tamén pola gran cantidade de veciños e veciñas que residen na zona. O BNG de Viveiro considera prioritaria a rehabilitación das rúas de Verxeles, xa que falamos de rúas que son intransitábeis por persoas con mobilidade reducida e/ou con discapacidade visual.

**POR VIVEIRO.** Tamén foi aprobada por unanimidade a moción do grupo municipal Por Viveiro, para a re-



Arriba, unha terraza de Viveiro e, abaixo, o antigo colexio de Celeiro

paración das beirarrúas da estrada LU-540 no tramo de Xunqueiro ata Magazos. Segundo o seu voceiro Bernardo Fraga, “as beirarrúas da estrada LU-540 dende a zona de Xunqueira ata Magazos, limite da zona urbana, amosan un estado lamentable, un gran número de fochancas, firme moi deteriorado ou nalgúns casos inexistente”.

“O estado actual das beirarrúas ocasiona riscos de seguridade para os veciños que as utilizan de xeito ha-

bitual, téndose xa producidas varias caídas. En definitiva a imaxe deste tramo da LU-540, unha das vías de entrada e saída da cidade máis utilizadas, e moi mellorable”, así, “pedimos que se acometa con cargo ao orzamento de 2021 a reparación das beirarrúas da LU-540 dende Xunqueira ata o límite da zona urbana en Magazos, ou ben incluír este arranxo nos acordos de colaboración do Concello con outras administracións”, dixo o voceiro viveirense.

## O Pleno acorda pedir unha sala de agarda no xulgado para as vítimas de violencia

O Pleno aprobou por unanimidade unha moción conxunta para esixir a posta en marcha de maneira inmediata da sala de agarda das vítimas de violencia de xénero do xulgado. Esta moción foi presentada de forma conxunta por todos os grupos políticos, segundo o acordado na Mesa Local de Coordinación contra a Violencia de Xénero, formada por representantes das forzas e corpos de seguridade (Policía Local, Policía Nacional e Garda Civil), dos centros educativos, do Centro de Saúde, da Oficina de Emprego, do Xulgado, dos grupos políticos municipais, por diversos departamentos municipais (servizos sociais, oficina de inmigración e CIM), da Subdelegación do Goberno e pola concelleira de Muller, Lara Fernández, estando presidida pola alcaldesa, María Loureiro.

Tal e como se explicou na Mesa Local do pasado 27 de novembro pola alcaldesa, o Concello de Viveiro remitiu á Dirección Xeral de Xustiza en abril de 2019 un escrito explicando que no pleno de 27 de febreiro de 2012 se acordara realizar os trámites necesarios para ceder unha serie de locais de titularidade municipal ao Xulgado de Viveiro, coa finalidade de poder ampliar e mellorar as súas instalacións, instando a que esta cesión se formalizase á maior brevidade posible.

A resposta que recibiron era que ata o momento non se fixera nada polo feito de que non estaba consolidada a cesión do edificio contiguo ao Xulgado por parte do Concello, responsabilizando ao propio Concello da dilación no procedemento.

Concello de  
**Ribadeo**

Ribadeo apoiando  
ao comercio,  
a hostalería  
e aos veciños

Bo Nadal!

## Continúan co seu plan de desinfección dos centros



Unha imaxe dun operario limpando

Operarios do servizo municipal de limpeza realizaron novas tarefas de limpeza e desinfección nos centros educativos de Viveiro, co obxectivo de manter as instalacións nas mellores condicións posibles pola pandemia do coronavirus.

O Concello de Viveiro está en contacto permanente coas direccións dos centros para estes traballos, que son a maiores das tarefas ordinarias de limpeza. O grupo de goberno quere dar resposta a to-

das as demandas da comunidade educativa.

Os labores de desinfección desenvóléronse na escola infantil, nos centros de Infantil e Primaria e nos institutos de Secundaria. Desde marzo, o concello ten en marcha un plan extraordinario de limpeza e desinfección, primeiro nos espazos públicos e despois no centro de saúde, farmacias, supermercados, establecementos esenciais e, desde o comezo do curso, nos centros educativos.

## O Concello insiste na obriga da limpeza de propiedades privadas

O Concello de Viveiro pide aos propietarios de solares, edificacións e outras construcións no casco antigo do municipio que cumpran coas súas obrigas de limpeza, mantemento e reparación, para acadar as condicións de seguridade, salubridade e ornato público.

Dende o Concello detectáronse diversos problemas en solares e edificacións do casco histórico de Viveiro, que presentan abundante vexetación, depósito de residuos e lixo, rotura de canlóns e mal estado dos baixos con pinturas e carpinterías descoidadas.

Este descoido no mantemento das edificacións ten consecuencias negativas diminuindo a salubridade, prexudicando o medio ambiente e alterando o ornamento público.

Nun bando da alcaldía concrétese a obriga de realizar a limpeza de cubertas, canlóns e vexetación, a retirada de elementos que poden ser susceptibles de caída á vía pública, así como o peche de ocos de fachada sen carpintería.



O descoido de mantemento de solares ten consecuencias graves

Ademais, lémbrese que tamén se deben eliminar rótulos, así como a publicidade relativa a locais comerciais que actualmente non teñan uso. Por último, instase a proceder á limpeza de canalóns e baixantes en mal estado, ó pintado de fachadas de baixos comerciais e á limpeza de plantas baixas de inmobles.

O concello de Viveiro recorda tamén que no Plan Especial de Protección e Reforma Interior do Casco Antigo de Viveiro se recolle o deber

dos propietarios de manter os terreos e construcións en condicións de seguridade, salubridade e ornato público, estando suxeitos tamén ao cumprimento das normas sobre protección ambiental, patrimonial e arqueolóxica contidas no mesmo plan.

O goberno local establece un prazo máximo dun mes dende a publicación do bando, ata o 18 de decembro, para que os donos executen estas actuacións de acondicionamento.

## A Semana Santa local foi engadida á rede europea de celebracións

O Concello de Viveiro foi engadido á Rede Europea de celebracións de Coresma e Semana Santa, que este ano organiza o seu primeiro congreso *A Semana Santa, un patrimonio común* que terá lugar o 12 e 13 de marzo do 2021.

Este foro debaterá sobre a herdanza cultural, elementos históricos e rituais compartidos nas tradicións de Semana Santa europeas, poñendo o foco nas localidades e países integrados en [www.holyweekeurope.com](http://www.holyweekeurope.com). Un espazo onde abordar esta celebración desde unha perspectiva global, tendo en conta factores sociais, económicos, turísticos, patrimoniais, relixiosos e culturais.

## Viveiro conta co seu Banco Rojo

O Concello de Viveiro conta co seu *Banco Rojo*, unha iniciativa destinada a concienciar e dar visibilidade á loita contra a violencia de xénero.

O *Banco Rojo* é un proxecto internacional cultural e pacífico de prevención, información e sensibilización contra o femicidio. O seu obxectivo é facer reflexionar a quen vexa este símbolo, porque o desenlace fatal é evitable se a violencia detense a tempo. A inauguración do banco na Praza da Habana, á que asistiu a concelleira de Muller, Lara Fernández Fernández Noriega, é unha das actividades organizadas polo Concello de Viveiro dentro da campaña En negro contra as violencias.



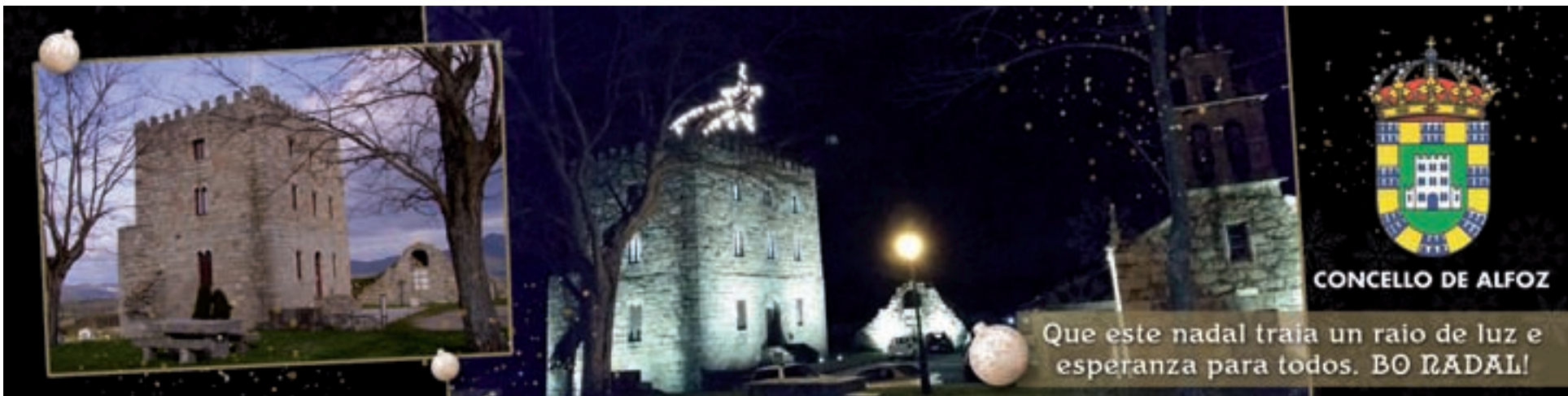
Os asistentes á presentación do Banco Rojo

A Mesa Local de Coordinación Interinstitucional contra a Violencia de Xénero constituíse en outubro de 2018 e nela están

representados todos os axentes sociais que traballan no Concello de Viveiro contra a violencia de xénero.

## O Concello entra na rede de Bibliotecas en Igualdade

O Concello asinou a súa adhesión á rede estatal de Bibliotecas en Igualdade, que pretende recuperar e visibilizar o coñecemento de autoría feminina, saldando desta maneira unha débeda coas mulleres da historia. Inaugurou tamén na biblioteca un vinilo cunha creación do artista local e xa internacional David Catá. “É unha obra que leva por slogan De igual a igual e que responde a unha nova iniciativa máis ampla, que se chamará Viveiro de Igual a igual, para traballar en prol de alcanzar a igualdade en todos os aspectos do día a día dos nosos veciños e veciñas; esta acción comeza con converter a nosa biblioteca nun espazo divulgativo igualitario”, explica Lara Fernández.



# Comeza o Nadal

Un ano máis, abre o belén 'Viveiro ante o Berce' no atrio de Santa María

O Concello de Viveiro organiza, un ano máis, o tradicional belén *Viveiro ante o berce* no atrio da Igrexa de Santa María. Este belén está considerado como un dos máis importantes de Galicia, destacando pola súa beleza, a dimensión das súas pezas, a extensión do conxunto do propio belén e por estar instalado nun enclave histórico-monumental único. O belén xa pode visitarse dende a primeira semana de decembro.

O goberno municipal entendeu dende un primeiro momento que "a organización do belén neste 2020 era, se cabe, máis importante que nunca. A pandemia, así como as medidas e restricións derivadas da mesma, están afectando á economía, polo que esta iniciativa era clave para paliar os efectos do contexto sanitario".

Polo tanto, ampliouse o período de apertura ao público, que se prolonga ata despois da festividade de Reis. Dita modificación tivo unha boa acollida xa que, segundo manifestan o comercio e a hostalaría local, inflúe positivamente na afluencia de veciños e visitantes.

Cómpre destacar que o Concello de Viveiro organiza o belén en colaboración coa Deputación de Lugo, que financia integramente a súa monta-



Unha imaxe do nacemento situado no templo viveirense

xe, responsabilidade da Asociación Amigos do Casco Vello.

**NORMAS.** A visita só pode realizarse nun sentido, estando habilitadas unha única entrada e unha única saída. É obrigatorio o uso de máscara, e os visitantes deberán circular sempre seguindo o percorrido marcado e respectando a distancia de 3 metros con outros visitantes. Nos accesos ao belén, o público que estea esperando deberá respectar tamén a distancia de seguridade. Está prohibido tocar calquera elemento do decorado. Os visitantes respectarán en todo momento as indicacións do persoal e prégame que, unha vez rematada a visita, os visitantes aban-

donen as inmediacións do recinto para evitar aglomeracións na saída.

**POSTAIS REAIS.** O Concello de Viveiro pon en marcha unha innovadora aplicación, [www.postaisreais.com](http://www.postaisreais.com), para que os nenos e nenas podan enviar dunha forma rápida as súas cartas aos Reis Magos.

As súas Maxestades de Oriente recibirán así as cartas cos desexos de todos os nenos e nenas, que obterán unha resposta dos Reis, en forma de carta manual, escrita, persoalizada e a través do correo postal ordinario. As cartas deberán enviarse antes do 28 de decembro, para que desta maneira os Reis Magos teñan tempo de contestar a cada unha delas.

## O Concello pon en marcha un proxecto de compostaxe

O Concello de Viveiro pon en marcha un proxecto de compostaxe doméstica destinado á veciñanza que conte cun pequeno terreo no que compostar os seus residuos orgánicos.

O proxecto iníciase despois de que o goberno local constara o crecente aumento dos residuos xerados pola cidadanía. Ademais, o tratamento actual destes residuos non consegue pechar o ciclo da materia orgánica sen un impacto na calidade ambiental da cidade.

O Concello de Viveiro pretende con esta aposta pola compostaxe que os residuos xa non cheguen aos colectores da rúa, pechando así o ciclo da materia nos propios fogares. Así mesmo, traballárase con catro centros educativos que dispoñan de comedor e horto ou zona verde.

O programa está dividido en varias fases, comezando cunha inicial de difusión e captación de participantes e continuando con etapas de formación e seguimento do proxecto.

A iniciativa conta co financiamento da Consellería de Medio Ambiente e Ordenación do Territorio e durará 11 meses. A campaña iníciase a principios de decembro coa fase de difusión e de solicitude de participantes. As persoas interesadas poden poñerse xa en contacto co Concello de

Viveiro.

Unha vez seleccionadas as familias participantes, impartirase unha formación e un período de seguimento personalizado por parte dos técnicos/as da empresa adxudicataria. Estes expertos/as acompañarán ás familias ao longo do proceso para resolver dúbidas e solucionar problemas, coa fin de capacitalas para que elas soan continúen o proxecto. Case 300 novas familias e catro centros educativos reducirán residuos unha vez estea implantado o programa, transformándoos en compost para os seus xardíns ou plantas. Ademais, ao reducir os desprazamentos destes residuos ás plantas de tratamento de lixo, estase a provocar unha redución nas emisións de gases de efecto invernadoiro e polo tanto, freando o cambio climático.

Dende o Concello de Viveiro explican que o único requisito para formar parte deste programa é ser veciño/a do Concello, ter un pequeno xardín ou terreo e estar disposto/a e motivado/a para formar parte deste proxecto educativo e formativo. Os veciños e veciñas interesadas poden deixar os seus datos chamando ao concello, para que posteriormente a empresa adxudicataria contacte con eles.

**Supermercados**

**EROSKI** center contigo

**NOVO**

**Center Burela**

ven a coñecernos!

Polígono O Perdouro nº 13 (CP 27880) Burela, Lugo

**Descarga agora a App EROSKI e aproveita as súas vantaxes.**

Tes dúbidas? 944 943 444

Google Play App Store

Estar á última das novidades durante estes días nas nosas tendas EROSKI.

Acceder desde o teu móbil, sen usar papeis aos teus tickets de compra, ofertas e vales aforro dixitais.

**E moitas máis utilidades!**

**Aforra 4%** en todo o que compres en EROSKI

Coa tarxeta Oro de EROSKI club

Próbaa **GRATIS** ata o 31/12/2020 e aforra en todas as túas compras de Nadal.

Consulta condicións da tarxeta Oro EROSKI club en [eroski.es/oro](http://eroski.es/oro)

\* En viaxes EROSKI non é acumulable a outros descontos.

**É gratis!**

**1%**

Coa tarxeta de crédito Eroski club de aforro nas túas compras fóra de EROSKI<sup>(\*)</sup>.

Unha soa tarxeta con todas as vantaxes de ser socio

(\*) Quedan excluídas as compras en Supermercados, Hipermercados e súas gasolinas, tendas de Alimentación, usos relacionados con apostas e extraccións e disposición de efectivo.

**Horario:**

De luns a sábado:

9:15 a 21:45

**EROSKI** center

## A UAD de Burela atende preto de 500 pacientes ao ano



As concelleiras visitando a UAD burelesa

As concelleiras de Servizos Sociais e de Muller, Igualdade e Inmigración, Carmela López e Noelia María Ben, visitaron a Unidade de Axuda ao Drogodependente, que atende a medio milleiro de persoas ao ano e salientaron o traballo realizado por este centro comarcal.

A UAD é un servizo sanitario comarcal e público de atención especializada ás condutas aditivas e o seu ámbito territorial son os catorce

concellos da Mariña. Atende unha media de 400 a 500 pacientes ao ano, que acoden para realizar un tratamento de desintoxicación do consumo de tóxicos tanto legais como ilegais. Tamén aborda a resolución dun trastorno aditivo sen sustancias como a ludopatía. O tratamento realízase na modalidade ambulatoria e abarca consultas con traballadora social, enfermería, medicina e psicoloxía.

## Llano avanza que as obras da nova Edar non darán comezo ata 2022

O alcalde, Alfredo Llano, mantivo unha xuntanza en Augas de Galicia para falar da nova Edar. Os 370.000 euros que aparecen nos orzamentos da Xunta de 2021 van destinados á realización das obras complementarias, que serán licitadas no primeiro trimestre do vindeiro ano. Durante 2021 será licitado tamén o proxecto executivo da Edar. A empresa adxudicataria disporá de catro a seis meses para telo listo e despois terá que ser revisado pola administración competente. Aínda que a construción da Edar se podería licitar cara finais de 2021, os traballos non darán comezo ata 2022, de aí que non apareza consignación nos orzamentos da Xunta do vindeiro ano.

O rexedor explicou que “dixéronme que hai dous proxectos diferenciados. Un deles é a propia Edar e outro é a obra complementaria dos colectores e da cantidade de canalizacións que hai que facer para a Edar.



O rexedor agarda que a nova Edar sexa unha realidade no ano 2023

O que figura no orzamento é a obra complementaria dos colectores e, en principio, xa se vai licitar no primeiro trimestre aproximadamente do ano que ven, e polo tanto por iso figura ese orzamento. Por outro lado, a Edar é outro proxecto diferenciado que agora mesmo está na fase de licitación e a empresa vai redactar

o proxecto executivo, pero ten de catro a seis meses para rematalo, aínda que é moi posible que se faga antes. Despois hai que revisalo, polo que pensan licitar a obra da Edar no 2021, pero posiblemente non dera tempo a iniciala. Polo tanto pasaría a iniciarse no ano 2022 e en 2023 culmina o tempo para tela rematada”.

## Burela arrinca o seu programa de Nadal

A Concellería de Cultura desenvolve este ano unha súa programación para este mes de decembro. Haberá teatro, maxia, animación de charangas polas rúas e do 15 de decembro ao 5 de xaneiro desenvolverase un xogo interactivo para nenos e nenas, denominado Burela salva o Nadal e no que os códigos QR terán moito que dicir. O concelleiro José Díaz lamenta non poder contar cun musical importante este Nadal e ter que anular o monólogo de Miguel Lago, debido á situación sanitaria.

A programación que deu comezo a pasada fin de semana continuará o sábado 12 ás oito e media da tarde co Mago Rafa e o seu espectáculo *Sukran*, actuación organizada a través de Agadic, a Rede de Teatros de Galicia. O prezo da entrada é de 4 euros e poderanse comprar en despa-



cho de billetes desde unha hora antes da actuación. O sábado 19 estará o grupo de teatro local Torques que preparou unha nova obra, titulada *O Randiña*, e que estreará aquí no auditorio. Será ás 20:30 horas, con entrada gratuíta, e inclúese no ciclo *Gargalladas* da Deputación Provincial. O venres 25 de decembro, o día de Nadal, entre as seis e as nove da

noite, estará polas rúas de Burela a Charanga NBA, ambientando as zonas dos locais de hostalaría “que agora necesitan bastante calquera tipo de apoio, debido este período complicado que están a pasar”, subliña o delegado de Cultura, José Díaz. O domingo 27 ás sete e media terán unha actuación teatral de Estivaliz Veiga con *Malas palabras*, a través da Rede de Normalización Lingüística. É un recordo a Carvalho Calero, o escritor que este ano era homenaxeado nas Letras Galegas. Será con entrada tamén gratuíta. José Díaz engadiu que “temos unha actividade que se vai a desenvolver desde o 15 de decembro ata o 5 de xaneiro, imos chamar Burela salva o Nadal, e é un xogo interactivo para os nenos e as súas familias. Trata de ir facendo misións por di-

ferentes puntos de Burela, nun total de oito lugares significativos, onde haberá uns carteis, cun código QR, que despois de deles sairá un vídeo dos Reis Magos pedindo aos nenos cumprir diferentes misións, que basicamente se trataría de chegar ao seguinte punto que lles pidan, onde hai outro código QR e onde lles van a seguir pedindo unhas misións sinxelas ata chegar ao final do xogo”.

A Asociación de veciños O Vencello, Acia Burela e a Asociación Cultural Burela Floral animan aos veciños de Burela a participar na iniciativa *Ilumina Burela polo Nadal* que pretende impulsar a vila a ilusión e a esperanza destas datas mediante o engalanado de balcóns, fachadas, fiestras, portais, etc... con motivos do Nadal neste ano marcado polas restricións derivadas da covid-19.

### O IES Perdouro gañou o premio á solidariedade e os dereitos humanos de Edebé

O IES Perdouro de Burela gañou o premio á Solidariedade e os dereitos humanos no marco da VI edición Premio Aprendizaxe e Servizo convocada por Edebé, a Rede española aprendizaxe-servizo e o MEFP.

O proxecto *Na casa de papel* foi levado a cabo durante o confinamento do curso pasado polo alumnado de 4º de ESO coa coordinación de seis profesores.

A entrega do premio será on-line dirixida desde Cáceres o 11 de decembro de 2020.



# Abre no lugar de Perdouro un novo supermercado Eroski

Eroski Center conta cun novo establecemento en Burela, emprazado no lugar de Perdouro, que abrirá as súas portas ao público de 9:15 a 21:45 horas.

Con esta inauguración, a empresa pon a disposición dos clientes máis de 25.882 metros cadrados de superficie comercial cun total de 28 tendas, xerando 543 postos de traballo en toda a provincia e a medio cento de bureleses.

Esta nova tenda, que convivirá co outro establecemento que a compañía ten no centro desta mesma localidade, está adaptada ao modelo comercial Contigo de Vegalsa-Eroski que se distingue pola especialización en frescos, pola súa gran aposta polos produtos locais e por ser supermercados máis modernos, espazosos e ecoeficientes, responsables coa contorna natural e a conciencia ecolóxica. Para iso conta con medidas de eficiencia enerxética



Un dos pasillos centrais do novo supermercado

tanto en iluminación, coa instalación de luces led, como en climatización, a través da automatización e monitoraxe das instalacións de tenda para unha xestión máis eficiente da enerxía eléctrica que lle permitiu reducir o 35% do consumo enerxético.

O persoal está formado por 47 traballadores que serán os encargados de garantir un servizo de calidade aos clientes que poderán utilizar as tarxetas Visa, 4B e Rede 6000. O establecemento dispón tamén de aparcamento propio con 150 prazas, das cales o 90% estarán cubertas.

## Adega O Lagar contará con horario especial este Nadal



Entrada ao establecemento burelao O Lagar

Adega O Lagar de Burela, situada na avenida Arcadio Pardiñas número 179, contará con horario especial de Nadal durante o 21 ao 31 de decembro. Así, de luns a venres será de 10 a 14 e de 16.30 a 20.30 horas e os sábados de 10 a 14 horas.

Na sección adega haberá venda de viños nacionais con denominación de orixe, viños cosecheiros e a granel, licores galegos, cremas de oruxo e vermús, espumosos, cavas, champagne, whiskie, ron e xinebras. Na sección gourmet

contarán con deliciosas conservas de mar e terra como patés, mousses, aceites e vinagres, xamóns, queixos, embutidos e torreznos de Soria. Tamén terán sección doce con chocolates, bombóns, galletas, mel e marmeladas.

En Adega O Lagar preparan todos estes produtos para agasallo e tamén fan envíos a domicilio para toda a península ibérica. Para consultas de tarifas de transporte haberá que poñerse en contacto con eles chamando ao 982 585 642.

## Burela Rebonita concienciará para facer un bo uso do punto limpo

As Concellerías de Medio Ambiente e Obras e Servizos lanzaron unha nova campaña chamada Burela Rebonita para concienciar á cidadanía da necesidade de facer un bo uso do punto limpo e do punto limpo móbil.

A concelleira de Medio Ambiente, Toñi Eijo, explicou que “puxemos un minitand no mercado e repartimos imáns entre as veciñas e os veciños nos que ía o número de teléfono ao que teñen que chamar para solicitar a recollida a domicilio dos enseres para o punto limpo”.

A edil burelesa subliñou que “agora a recollida domiciliaria realízase todos os días de luns a venres previa chamada ao teléfono 626 76 31 42. É moi importante chamar



Presentación da Campaña Burela Bonita

e respectar o día que che din para baixar os enseres á rúa. Se non se fai así é imposible manter o pobo limpo. Non podemos ter o camiño do punto limpo dando voltas por

Burela en busca de enseres”. Toñi Eijo engadiu que “se todos poñemos da nosa parte será máis sinxelo manter o pobo limpo e dar unha boa imaxe”.

## Llano pide que rectifiquen as acusacións que se fixeron relativas ao traballo en Torrentes

O alcalde, Alfredo Llano, pídelo ao portavoz do PP que rectifique as acusacións “serias e graves” que fixo relativas ao traballo realizado en Torrentes.

O rexedor dixo que “as declaracións do Sr. Rouco son moi serias e graves e pídelo que rectifique. Acúsanos de ter feito unha ilegalidade en Torrentes e iso non é certo. Aquí o único que se cuestionaba era quen ía financiar as obras complementarias realizadas, si tiña que ser a Unidade

de Actuación ou o Concello por seren consideradas de interese xeral. Non había nada máis nun asunto que se dilucidou no xulgado”.

Alfredo Llano indicou que “todas as decisións que se tomaron para a realización desas obras complementarias contaban, evidentemente, cos informes técnicos municipais correspondentes. Nada ilegal naquel momento e nada ilegal agora tampouco. Iso que quede moi claro”.

**Descargate la App iHoreca de Carreiras**

Disponible para iOS y Android en:

Disponible en Google Play

Disponible en App Store

**Distribuciones Carreiras**

**PIDE TU CODIGO DE CLIENTE**

**982 58 20 00**

O PREGUNTA A TU COMERCIAL DE ZONA

## Teatro, circo e varios obradoiros para o Nadal

A Concellaría de Mocidade de Ribadeo organiza unha serie de actividades de Nadal dirixidas ás nenas e aos nenos ente Nadal entre as que figura teatro, circo e varios obradoiros en colaboración cos centros de ocio infantil. O prazo de inscrición estará aberto ata o 18 de decembro.

A concelleira de Mocidade, Mariluz Álvarez Lastra, dixo que “nos atopamos preto das vacacións dun Nadal que será máis singular que nunca. Polo tanto, dende a Concellaría de Mocidade, propoñemos para este Nadal, ademais de teatro e circo, unha serie de obradoiros en colaboración cos centros de ocio infantil do noso concello: Con Sentidiño, Chiquitrén e Dubidú, que neste momento están sufrindo graves limitacións e que os converte nun dos sectores máis prexudicados desde o comezo da crise. Polo tanto, á hora de facer e de organizar as actividades, imos facelo en estreita colaboración con eles tamén para axudalos e para apoialos nestes momentos difíciles.”

A actividade consistirá en oito obradoiros, dirixidos a nenos e a nenas a partir de 4 anos, que se van facer en grupos de dez, respectando as medidas de seguridade ou adaptándoos nese momento ás directrices que dea Sanidade. Haberá un horario pola mañá, de once a doce e media, e pola tarde, de cinco a seis e media.

Os obradoiros van ser totalmente gratuítos e desenvolveranse ao longo de todo o Nadal, entre o 19 de decembro e o 5 de xaneiro. Hai obradoiros de cociña navideña, o calcetín de Papá Noel, experimentamos coa neve, facemos instrumentos para as panxoliñas, boneco de neve, a visita do Apalpador e adornos navideños.

Así que todas aquelas persoas interesadas, que desexen participar nestes obradoiros, que se van desenvolver nos centros de ocio do noso concello, poden facelo presen-



cialmente na Oficina de Información Xuvenil, na Casa da Xuventude, ou enviando a solicitude, debidamente cumprimentada e asinada a omix@ribadeo.org ou incluso nos propios centros de ocio, onde haberá unhas follas para que a xente se poida anotar.

A edil insistiu en que “son totalmente gratuítos, pero é necesario e preceptivo a correspondente inscrición, e os nenos terán acceso a eles por orde de anotación.”

**MERCADILLO DE NADAL.** O Concello de Ribadeo desenvolverá este ano por vez primeira o Mercadiño de Nadal, coincidindo coas datas propias do Nadal. Terá lugar entre o 19 de decembro ao 5 de xaneiro, estará destinado a persoas artesáns, creadoras e produtoras e as casetas estarán situadas nun espazo céntrico da vila.

O concelleiro de Desenvolvemento Local, Pablo Vizoso, explicou que “a convocatoria está dirixida a persoas artesáns, produtoras con capacidade para exhibir e vender produtos, creacións ou elaboracións do Nadal e no que terán unha maior presenza produtores e artesáns locais ou de zonas próximas. Así tamén se reservará un 20 por cento do espazo dispoñible, sempre que sexa posible, á gastronomía”.

## Recuperadas vellas cintas de celuloide do Cine Teatro

Varias cintas de celuloide, que estaban esquecidas no Cine Teatro, serán recuperadas e terán unha segunda vida moi diferente á inicial. Nesta iniciativa está a traballar Iván Torres en colaboración co Concello de Ribadeo. As imaxes, que serán tratadas con diferentes produtos químicos para converterse en abstractas, serán empregadas nun futuro proxecto que englobará a ribadenses vinculados co mundo da música.

A concelleira de Cultura, Pilar Otero, explicou como xurdiu este proxecto: “no mini ciclo de jazz que tivemos este ano, o último día veu Rafa Fernández, acompañado de Iván Torres, que facía a parte das proxecións en directo, e cando rematou o concerto falou comigo e comentei que traballaba con cinematógrafos, que traballou en Alemaña



Visita ás instalacións onde atoparon as cintas

e en Finlandia, e chamoulle a atención que o Cine Teatro de Ribadeo é un dos poucos sitios que quedan en Galicia onde o cinematógrafo segue no mesmo sitio, polo que podería mirar de facer algún traballo”.

Á edil ribadense pareceulle unha idea interesante: “páreceme un

proxecto moi interesante, volver recuperalo, poñer en valor isto, darlle un pouco de vida e pensar nunha iniciativa futura na que englobar outros proxectos con artistas ribadenses, de forma que se contemple a posibilidade dun concerto onde se conxuguen música e imaxes”.

## O PP acusa ao Concello de non poñer medidas para paliar os efectos da covid

O voceiro popular de Ribadeo, Daniel Vega, lamenta que “o goberno local continúa a cobrar os impostos aos veciños negándose a aplicar medidas para paliar os efectos da covid-19 en Ribadeo e incluso sube a taxa pola recollida do lixo nun 2,13%; pero que se nega a renunciar ás cantidades que percibe do Concello”.

Vega explica que o Grupo Municipal do Partido Popular de Ribadeo presentou emendas á proposta de renuncia á asignación dos grupos políticos da corporación para estender esta renuncia tamén ao ano 2021. E, así mesmo, defendeu “renunciar ao cobro de dietas, ao cobro pola asistencia ás comisións e aos plenos e conxelar as dedicacións exclusivas para o vindeiro ano”.



Estado dunha das rúas

**BEIRARRÚAS.** A vicevoceira do Grupo Municipal do Partido Popular de Ribadeo, Elena Sierra, esixe “o arranxo inmediato” das beirarrúas das rúas Recarei e Irmáns Moreno Ulloa de Ribadeo. A popular sinala que se atopan “desfeitas” e que, incluso, “fai pouco tempo provocaron

a caída dunha señora que tivo que ser trasladada ao hospital”.

“Fai xa tempo que vimos denunciando o mal estado das nosas rúas” porque “constitúen un perigo para os viandantes e prexudican ao sector servizos, que xa está a pasar por momentos complicados debido á crise da covid-19”. Ademais, “as infraestruturas descoidadas proxectan unha pésima imaxe de Ribadeo”.

A popular considera que “non se pode permitir esta desidia por parte do goberno local do BNG”.

**COLEXIO.** Así mesmo, esixen ao Goberno local “un plan de seguridade para o colexio Sagrado Corazón igual que o que está en marcha para o colexio público Gregorio Sanz”.

**Serigrafía tradicional e impresión directa textil.**

Regalo publicitario para cualquier evento, empresa o asociación, con asesoramiento personalizado, Hacén de nuestra empresa una de las más antiguas en el sector de las artes gráficas, con 30 años de experiencia a su servicio.

Deja llevar tu imaginación...

nosotros plasmamos tus ideas en todo tipo de materiales

Encuentranos en:

653 51 48 38 [www.serigrafiaeo.com](http://www.serigrafiaeo.com)

## A Deputación aglomera e dota de beirarrúas a estrada de Vilaselán

Comezaron os traballos de mellora na estrada LU-P-5202, de Ribadeo por Vilaselán a Alto dos Pinos (N-634), na zona da Lodeira, que financia a Deputación cun investimento de 47.000 euros. Concretamente, as obras consisten no acondicionamento da vía con aglomerado en quente e a dotación de beirarrúas. Ditas obras faranse entre os puntos quilométricos 0 e 0,406 e o prazo de execución é dun mes.

O presidente, responsable de Xestión Territorial, explicou que estas obras son moi importantes, pois permitirán aos veciños e veciñas de Vilaselán poder ir andando con total seguridade ao centro de Ribadeo. Ao mesmo tempo, as melloras beneficiarán aos centos de usuarios que empregan a vía, pois trátase da estrada que comunica coa rotonda que dá acceso á autovía que une Galicia con Asturias.



Unha imaxe das obras en Vilaselán

**PICO DE COAÑA.** A concelleira de Obras, Mónica Freire, supervisou as obras de renovación do pavimento que se están a acometer na rúa Pico de Coaña. O investimento é de 30.000 euros e os traballos estarán rematados a mediados de decembro.

Trátase dun proxecto que contempla o cambio do pavimento de as-

falto polo de aglomerado e a canalización para a recollida de augas pluviais e fecais e a de abastecemento de auga municipal.

Por outra banda, a Deputación deu unha achega de 90.000 euros ao Concello para proceder ao arranxo da escola parroquial de Cedofeita, que en palabras do rexedor "era un perigo polo seu estado".

## Rexistrado un desprendemento na praia das Catedrais



Estado do arco que se derrubou na praia das Catedrais

Rexistrouse un desprendemento na emblemática praia das Catedrais o cal califícan de ser "un fenómeno inherente á costa cantábrica, derivado da propia acción da natureza". O alcalde, Fernando Suárez, considera que as administracións deben tomar medidas preventivas e os cidadáns ter consciencia delas e facer moito

caso das indicacións que atoparán nese areal.

O alcalde ribadense declarou que "en Ribadeo somos privilexiados por contarnos cunha fermosísima costa pero todos, tanto ribadenses como os visitantes, temos que ser conscientes das súas especiais características tanto para o bo como para o malo".

## Rematadas as obras da estación de bus

A Consellería de Infraestruturas e Mobilidade rematou as obras de acondicionamento da estación de autobuses. Os traballos, que contaron cun investimento de 140.000 euros para a substitución da cuberta e outras actuacións tanto na estrutura como nos servizos. Así, reformáronse os aseos, reparáronse os falsos teitos e pintáronse as paredes, ademais de mellorar a instalación eléctrica e instalar pantallas informativas electrónicas. Igualmente, acondicionouse o pavimento exterior, as portas e a malla de peche, e limpáronse as pezas de aplacado de granito da fachada. Tamén se cambiaron as luminarias da dársena por outras tipo LED.

## Acisa repartirá 4.400 euros

Acisa Ribadeo vén de presentar a súa campaña de Nadal que se desenvolverá ata o 10 de xaneiro. Inclúe a X Festa do Comercio, que repartirá 4.000 euros en premios, ademais de ambientación musical, concursos, sorpresas para os máis pequenos e pequenas da casa e a instalación dun árbore na praciña de San Roque. O slogan elixido é *Vive o Nadal en Ribadeo*. O xerente de Acisa, Jesús Pérez, explicou que "este ano a Festa do Comercio ven con novidades. A principal é que o sorteo non será presencial para evitar as aglomeracións que se producían outros anos. Este realizárase

nas oficinas de Acisa o 11 de xaneiro e será emitido en directo a través das redes sociais da asociación, coa posterior publicación dos números agraciados nos medios de comunicación. Ata o 10 de xaneiro as rifas estarán a disposición dos clientes de todos os negocios asociados a Acisa. Este ano tamén temos novidades nos premios, que repartirán nun de 2.000 euros, outro de 1.000, outro de 500 euros e cinco premios de 100 euros. Inicialmente puxéronse en circulación 125.000 rifas, que deberán ir seladas por cada establecemento para ser entregadas aos clientes".

**DECORACIÓN.** Ademais, Acisa convocou o concurso de decoración do Nadal Ilumina o teu Nadal, co que repartirá 400 euros en premios. Este concurso convócase co fin de fomentar a decoración de comerciantes, hostaleiros e veciños en xeral, en fachadas, balcóns, xardíns particulares, escaparates ou calquera elemento que dea ao exterior en locais ou vivendas. A participación será a través de vídeos no Facebook de Acisa a través dunha aplicación que estará operativa ata o 3 de xaneiro. Establécense 2 premios de 200 euros para a categoría de negocio e outro para veciños.

## Un bono apoiará a afluencia de público ás obras culturais

Un bono apoiará a afluencia de público ás obras de entrada máis cara da programación cultural de Ribadeo do mes de decembro. A concelleira Pilar Otero subliñou que "en concreto, serán dúas funcións, as dúas concibidas para que vaia ao auditorio municipal toda a familia. Unha de danza, aproveitando a afección que crea a alta matrícula na área de Danza da Escola de Música, e outra de circo. As persoas que compren entradas para os dous espectáculos verán reducido o importe nun 20%".



**Lorena Maradona psicólogos**

- PSICOLOGÍA
- SEXOLOGÍA
- NEUROPSICOLOGÍA
- PSICONUTRICIÓN
- REFUERZO PSICOEDUCATIVO

**"Nuestro único objetivo es estar al lado de los que sufren"**

**CONSULTAS PRESENCIALES, ONLINE Y A DOMICILIO**

Rúa Reinante, 27 Ribadeo - Telf. 604 086 408  
[www.maradonapsicologos.es](http://www.maradonapsicologos.es)

## Rehabilitan a fábrica da luz de Tronceda

O Concello de Mondoñedo ten entre as súas liñas de traballo a recuperación, mantemento e potenciación da antiga fábrica da luz de Tronceda e do entorno desta fervenza. Acaba de conseguir unha axuda de 28.000 euros do Instituto Enerxético de Galicia (Inega) e outra, por importe de 19.995,36, da Consellería de Medio Ambiente. O goberno municipal inicia o proceso de contratación das obras, convencido da idoneidade desta forma de construír e poñer en valor o territorio con formulas participativas.

A aportación do Inega enmárcase nun convenio co Concello para o desenvolvemento do proxecto de recuperación da maquinaria da minicentral hidroeléctrica do río Tronceda. O Concello está interesado en promover o aforro e a eficiencia enerxética mediante a musealización desta fábrica da luz, como centro de interpretación. A aportación do Inega producirase na cantidade de 5.000 euros na presente anualidade e de 23.000 no 2021.

## As investigacións na Cova do Rei Cintolo deparan interesantes novidades

O director do proxecto de investigación *Rei Cintolo, Obxectivo 11.000*, o doutor Marcos Vaqueiro, acaba de presentar a memoria do traballo de investigación levado a cabo na cova ao longo deste ano. Destaca a colaboración da Federación Galega de Espeleoloxía e do Concello de Mondoñedo, do que di “que está apoiando incondicionalmente este proxecto dende o minuto cero”. Dende o propio Concello se insiste en que a súa aposta pola posta en valor da cova vén de moi atrás e está garantida de cara ao futuro, porque constitúe un recurso arqueolóxico e turístico fundamental para atraer turismo ao municipio. O traballo efectuado na cova no marco do citado proxecto ten por obxectivo principal elaborar un estudo topográfico e morfolóxico. Participan 37 espeleólogos

galegos, de diferentes grupos, adscritos maioritariamente á Federación Galega de Espeleoloxía. Tamén se levaron a cabo traballos de monitorización da temperatura da cova nas súas zonas máis profundas. Tamén se estuda a rede de drenaxe baixoterreña. Leváronse a cabo análises das augas.

Segundo se indica na memoria, un dos feitos máis relevantes da campaña foi a localización de diversos restos óseos en diversas pasaxes e niveis da cavidade. Atopáronse restos animais a máis de 49 metros de profundidade e máis de 223 da actual entrada da cova. Os datos preliminares apuntan á presenza de oso pardo nos niveis máis altos da cova, hai uns 9.000 anos. Ata o momento non se coñecía fauna na cova de máis de 7.500 anos.

## As reformas no colexio reducen o consumo enerxético



Visita do delegado da Xunta ao colexio

As obras de rehabilitación integral no Ceip Álvaro Cunqueiro lograron reducir o consumo enerxético das instalacións nun 47,4% e as emisións contaminantes de dióxido de carbono nun 40,12%.

Así o confirmou o delegado territorial, Javier Arias, durante unha visita ao centro para comprobar o resultado da intervención, que contou cun investimento de 623.600 euros.

As obras consistiron na instalación

dun sistema de illamento nas fachadas, no forxado baixo cuberta e noutros puntos do edificio, e a substitución das ventás por outras de maior estanquidade; o cambio das luminarias, a instalación dun ascensor para subir a planta alta, o derrubamento dunha edificación auxiliar de planta baixa á que non se lle daba uso ningún; ampliouse o ximnasio e puliuse o pavimento de terrazo en distintas zonas.

## O TSXG anula o proxecto do parque eólico Sasdónigas porque afecta ao Camiño

A sección terceira da Sala do Contencioso-administrativo do Tribunal Superior de Xustiza de Galicia (TSXG) acolheu o recurso interposto por dez particulares contra a aprobación definitiva do Proxecto de Parque Eólico Sasdónigas, en Mondoñedo. Os maxistrados declararon nulo o acordo do Consello da Xunta tomado en novembro de 2018 no que se deu o visto e prace á modificación do proxecto inicial do parque, que fora aprobado en 2012. Norvento, a empresa promotora das instalacións, quería incluír un cambio de modelo de aeroxerador.

“Para que as modificacións dun parque eólico teñan o carácter de non esencial, deberán dispoñer de informe favorable do órgano ambiental respecto da proposta de modificación; e, no presente caso, aínda que existe, o documento non contén todos os informes sectoriais necesarios para valorar correctamente a incidencia ambiental da modificación proposta pola promotora”, salienta o TSXG. Os maxistrados entenden que Norvento pretende realizar “unha división artificial dun único parque eólico en dúas fases”.

## Comezan as actividades de Nadal

O Concello de Mondoñedo acolle un mes de decembro cargado de actividades, no que, dende os días 11, 12 e 13 celebraránse as XX Xornadas de Arqueoloxía, que este ano serán temáticas.

Xa o día 12 ás 13.30 horas no auditorio Pascual Veiga farase entrega do premios IX Leiras Pulpeiro, que dará comezo cunha ofrenda flora.

O día 19 ás 11.45 horas entregárase o premio de poesía XXI Díaz Jácome, e tamén será a inauguración da exposición *Recunchos Literarios de Mondoñedo* de Inma Loureiro, esta farase no albergue municipal e ademais contará cun obradoiro na casa da Xuventude.

Os días 28, 29 e 30 será a actividade Peque Nadal, que contará co obra-

doiro *A nosa carta para os Reis Magos* o 28, e outro obradoiro de Nadal o 29 e o 30. Xa en xaneiro continuará o Peque Nadal os días 2 e 3 con sesión de cine ás 18.00 horas na casa da Xuventude.

Para acudir as actividades de Peque Nadal haberá que reservar praza antes do 24 de decembro, e para o cine do 2 e 3 de xaneiro antes do 31.

**DECORACIÓN.** O Concello organiza un concurso de decoración de Nadal en fachadas, balcóns, portais, escaparates e de árbores de Nadal.

Pode participar calquer veciño residente de Mondoñedo e haberá dúas modalidades: individual e colectiva, e mais un premio especial para a mellor árbore de Nadal.

O concurso estará aberto dende o mesmo momento que se decida anotarse a persoa ou grupo de persoas, co límite do 22 de decembro, e ata o día 6 de xaneiro de 2020. Pódese inscribir ata 23 de decembro na Oficina de Turismo en persoa ou a través do 982 507 177.

**CONCURSO INFANTIL.** O departamento de Xuventude de Mondoñedo acolle o II concurso de debuxo Pinta o teu Nadal, no que haberá agasallos ara os mellores. Os debuxos poderán presentarse ata o 18 de decembro. Para máis información sobre as bases do concurso haberá



que preguntar nos centros educativos, Ceip Álvaro Cunqueiro e no IES Plurilingüe San Rosendo.

**PAPÁ NOEL.** O Concello de Mondoñedo acollerá a visita de Papá Noel o día 24 de decembro. Este personaxe, acudirá en moto para ver aos máis pequenos a partir das 17.00 horas. A cita terá saída diante do bar Amencer e finalizará na Praza do Concello.

**EL 2º Y 3º PAR DE GAFAS POR 1€ MÁS\***

EL 3º PARA TI O PARA QUIEN TÚ QUIERAS

**BURELA: C/ROSALÍA DE CASTRO, 25 (E-27-000139) • 982 58 21 70**

**FOZ: AV. DA MARIÑA, 40 (E-27-000444) • 982 13 30 66**

**ALAIN AFFLELOU**  
Pide cita en [afflelou.es](http://afflelou.es)



Estado no que se atopa esta vía

## Arrancan os traballos de aglomerado da estrada de Lindín

O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, responsable directo da área de Xestión Territorial, informa de que este martes arrancaron os traballos de aglomerado na estrada provincial LU-P-3103, en Mondoñedo, unhas obras que forman parte do proxecto de rehabilitación do firme da vía entre os quilómetros 7,3 e 8,1, no que a institución provincial inviste preto de 30.000 euros.

A LU-P-3103 é a que une a parroquia de Lindín coa de Santa María Maior e que dá acceso á LU-124 e ao ramal ao Campo do Castro. Esta vía é utilizada pola veciñanza da contorna para desprazarse aos distintos

núcleos de poboación, tamén polos que teñen gando nesta zona e os empregados das empresas eólicas asentadas neste territorio.

Estímase que os traballos queden rematados esta semana, se as condicións meteorolóxicas son favorables.

**HOSPITAL DE CABANELA.** Representantes da Fundación Educativa e Social Dignidade presentaron unha oferta para adquirir o edificio coñecido como o antigo hospital de Cabanela.

Os servizos xurídicos do Concello informan que esta entidade cumpre os requisitos para tramitar a adxudicación definitiva.

## O PSOE acusa ao PP de desatender a creación do emprego local

A voceira socialista, Esperanza González, denunciou que as contas do PP no 2021 “amosan novamente o gasto en propaganda, protocolo e publicidade que se realiza dende o Goberno do PP de Mondoñedo, e que ascende a 62.600 euros, superando en 2.800 euros con respecto ás cifras do 2020. Pola contra as cifras para o fomento de emprego que presenta o Concello ascenden a 45.900 euros, é dicir, 16.700 euros menos que para publicidade e propaganda, máxime nunhas circunstancias como a que estamos a vivir en plena pandemia”.

Nos orzamentos tamén aparecen outras cifras, “que parecen moi optimistas ou alegres, como por exemplo a recadación de 5.000 euros nas entradas do albergue municipal, que contrasta co este mesmo ano nas que aparecen 8.000 euros ingresos”. Neste documento “dende Intervención, aconséllase un criterio de contención de gasto que permita en exercicios futuros establecer unha correcta nivelación orzamentaria sen ter que acudir a criterios de carácter excepcional.

Por todo isto faise referencia á necesidade de realizar unha eficiente asignación e utilización de recursos públicos, tal e como prescribe a normativa, e que deben estar encamiñados a políticas de contención e racionalización”.

Tamén se alude dende a intervención, facendo un especial fincapé, “en limitar e conter a actuación municipal as competencias que lle son propias coa finalidade de respectar a lei, de racionalización e sustentabilidade”.

Por último, como noutros anos os investimentos da Deputación a través do Plan Único, “non aparecen reflectido neste proxecto de orzamentos, e que supoñen un investimento de preto de 300.000 euros, que contribuirán a mellorar a calidade de vida”.

Nesta mesma sesión debateuse unha proposta para rebaixar o prezo das máscaras. “Hai que lembrar que o Goberno xa acordou baixar un 25% o importe máximo de venda ao público das máscaras cirúrxicas, que non custarán máis de 0,72 euros, fronte aos 0,96 actuais”.

## O BNG pide consenso para a reforma da praza da catedral

O BNG de Mondoñedo considera que debe haber un gran consenso social e político na remodelación da praza máis emblemática da cidade así que iniciará unha rolda de contactos con comerciantes, asociacións e veciños da cidade antes de pronunciarse sobre as obras de reforma da praza da Catedral que promove o concello.

O voceiro do BNG, Eloi Cabanas, quere escoitar o parecer da veciñanza sobre os cambios proxectados na praza antes de sacar conclusións sobre reformas propostas e ademais das actuacións previstas no proxecto de reforma, o BNG quere estudar outros temas como a reorganización do tráfico das rúas adxacentes á praza, a posibilidade de peonalización dalgunhas zonas do Casco Histórico ou a ordenación dos espazos de estacionamento da cidade.

“Lamentamos que o Concello non celebre reunións previas coa veciñanza antes de encargar a redacción do proxecto e de ter o visto bo de Patrimonio así que antes de pronunciarnos sobre o proxecto de remodelación da praza queremos contrastar opinións coa veciñanza para saber se realmente é necesario reformar este espazo ou se son necesarias todas as actuacións alí propostas”.

**¡Discosta Norte deséxalles un Bo Nadal!**

Distribuidor Exclusivo

**CASTILLO SAN DAMIAN**  
Discosta Norte S.L.

Dompiñor, 12. 27715 Ribadeo  
982 128 900 - [www.discosta.com](http://www.discosta.com)

## riotorto

## O PSOE acusa ao alcalde de enchufismo na contratación da súa muller no Concello

A deputada de Lugo, Patricia Otero, vén de acusar de “enchufismo” ao alcalde popular trala contratación da súa muller como titular dunha praza de administrativa no Concello. A responsable socialista denunciou o procedemento levado a cabo no Concello de Riotorto, que convocou tres prazas no Concello. A responsable socialista incidiu en que “as bases non foron publicitadas” polo consistorio e “foron asinadas polo propio alcalde”, quen “permanece sen dar explicacións da contratación, ante un procedemento que está cheo dunha falla de ética sen precedentes na historia da vila”.

“Parécenos moi sorprendente que só se presentaran dúas persoas a esta convocatoria, cando o que se requirían era estar en posesión do título de EXB” tendo en conta que

nunha convocatoria similar “nun concello próximo se presentaron 150 persoas”, aseverou a socialista. Recalcou que, “nunha situación excepcional como a que estamos a vivir, non é comprensible que unha praza destas características non fose publicitada no BOP nin nas redes sociais do propio Concello”, o que “dá a entender que canta menos xente decate da oferta, mellor”. “Xa o dicía Fraga, os fillos do PP aproban as oposicións en Galicia porque son máis intelixentes, aínda que non sabemos se isto está demostrado cientificamente”, aseverou a socialista. Otero lamentou que na provincia de Lugo este sexa “un modus operandi habitual do PP”, cando algunhas administracións públicas dirixidas por dirixentes do PP “parecen máis ben empresas familiares”.

## O Concello acomete obras por valor de 202.000 euros

O Concello de Riotorto iniciou xa algunhas das obras previstas para este ano con cargo ao Plan Único da Deputación, obras que terán un orzamento total de 202.212 euros e que se destinarán principalmente ao asfaltado de camiños e accesos.

Xa rematou a obra de acceso aos núcleos de Val, Mundín, Lourido e Cachán; así como o proceso de mellora dos accesos ao núcleo de Moxueira.

O resto de obras, tal e como informou o alcalde, Clemente Iglesias, desenvolveranse despois do Nadal. Unha delas será a mellora de accesos ao núcleo de Vilaseca, que ten un orzamento de 51.629 euros e unha aportación municipal de 6.829.

Continuarán tamén cos accesos ao núcleo de Azoreira, Cima de Vila e

Torrentas, orzamentado en 45.253 euros e tamén con aportación municipal valorada en 5.253 euros.

Completan os proxectos de obras os 14.628 euros que se destinarán ao telecentro e para o servizo de augas do Concello, concretamente no depósito de Teixeira.

Non falta tamén o proxecto de iluminación do campo de fútbol, que ten un presuposto de 4.658 euros, dos que 1.658 serán fondos propios.

Ademais do asfaltado, os cartos do Plan Único irán dirixidos ao Servizo de Axuda no Fogar, que se leva 22.100 euros deste plan do total de 25.100. Tamén 44.314 serán para programas de fomento do emprego e mil para actividades culturais. 1.200 euros destinaranse á organización de actividades deportivas.

## barreiros

## Barreiros presenta o seu novo proxecto O Camiño da Igualdade

O Concello de Barreiros conmemorou ás vítimas da violencia de xénero nun acto que tivo lugar na praza do Concello no que a alcaldesa, Ana Ermida, xunto coa concelleira de igualdade, Montse Porteiro, leron un manifesto ante as persoas que ali se congregaron. Durante o acto, Ermida presentou *O Camiño da Igualdade* unha iniciativa que o Concello de Barreiros pon en marcha tratando de conxugar deporte, valores de igualdade e respecto e loita contra a violencia de xénero.

Trátase dunha actividade aberta e para perdurar no tempo. A veciñanza pódela facer de maneira individual ou en familia, nun día ou en varios. A concelleira de igualdade explica que “marcamos 20 puntos para percorrer Barreiros, en cada punto atoparán un mapa cun valor e o seu significado, este



valor enlaza coa seguinte estación e así sucesivamente ata chegar á Casa da Igualdade”.

“Esta novidosa iniciativa fai protagonistas ás veciñas e veciños que sumarán emocións e valores que poderán inculcar os seus fillos

para avanzar nunha educación baseada no respecto, na tolerancia e no rexeitamento a calquera tipo de violencia”, apunta Montse Porteiro.

O inicio do Camiño da Igualdade atópase no parque situado na praia da Angueira e remata na Casa da Igualdade pasando por diferentes puntos do Concello barreirense.

Outra das iniciativas é que, por segundo ano consecutivo, Barreiros sumouse a campaña *En Negro Contra as Violencias*. Unha campaña que implica a múltiples administracións, colectivos e empresas.

Enlazando con estas campañas, o Concello de Barreiros está a publicar un álbum nas redes sociais con fotos de persoas e establecementos que colaboran coa campaña #BarreirosEnNegro.

## O Concello porá en marcha un proxecto de compostaxe comunitaria

O Concello de Barreiros comezou a licitación para poñer en marcha un servizo de compostaxe comunitario en San Cosme, que terá un custe de 17.398 euros e contará cunha subvención de 20.000 euros da área de Medio Rural da Deputación.

Este proxecto consistirá na colocación dun mínimo de oito composteiros mancomunais que darán servizo ás vivendas sociais, ao colexio e á escola infantil. Será un sistema que contribúa a avanzar na implantación da recollida selectiva da materia orgánica e xerar hábitos que permitan reducir os impropios na recollida actual. A previsión é que este proxecto esté preparado no primeiro tri-



Exemplo de compostador comunitario

mestre do 2021, comezando con visitas informativas porta a porta aos participantes e veciños.

Así como, realizar xornadas de divulgación e sensibilización

para valorar a ampliación do proxecto, tamén plantexan a edición de material explicativo do proceso e a colocación de caldeiros para o depósito de residuos.

Kids&Us®  
school of english

Kids&Us Ribadeo

Avenida Rosalía de Castro, 14 Bajo · 27700 Ribadeo

T. 678 021 950 · ribadeo@kidsandus.es

LÓPEZ FIGUEROA, LAURA · 346386830 · Los cursos no conducen a la obtención de ningún título oficial.



Merry  
Christmas

www.kidsandus.es

## Nace unha nova asociación para impulsar o comercio local

Coa chegada do Nadal e para intentar paliar os efectos negativos da covid-19 nace na vila a Asociación de Comerciantes da Pontenova, que se presenta cunha clara intención de promoción, apoio e incentivación do sector do comercio local do municipio. O seu primeiro presidente, José Luis Balseiro, conta como está a vivir estes primeiros días e cales son obxectivos que perseguen.



### Como xurdiu a idea de facer unha asociación?

O Concello falou con nós para ver se queríamos facer algunha promoción de cara ao Nadal, pero tiña que ser a través dunha asociación. Ao principio íamos retomar a outra que había na Pontenova, pero esa está parada e conta cuns 200 socios, e a nosa idea era facer algo máis pequeno, máis asequible e fácil de levar para nós.

### Cantos socios son xa?

Aínda que é de moi recente creación, contamos xa con 29 membros. Entre eles comercios, tendas de roupa, ferreterías, un supermercado, unha tenda de pensos, etc, é dicir, tendas de cara ao público cunha infraestructura similar.

### Cales son os proxectos inmediatos?

Nós queremos animar o consu-

mo no Concello, e de momento estamos asociados á Federación de Comercio de Lugo e vamos co-merzar coa campaña *Nadal seguro*, no que se sortean 40 premios cun valor de 10.000 euros que poderán reinvestir en novas compras dos comercios adheridos á campaña. Ademais, facemos un sorteo de colaboración co Concello da Pontenova de 1.500 euros en vales de compra nas tendas asociadas e que durará dende o 14 de decembro ata o 6 de xaneiro, e son 30 vales de 50 euros. Por outra banda, estamos inmersos na creación e promoción da asociación nas redes sociais porque sabemos que é un sector moi forte, tamén pensamos facer un video promocional, e ademais preparamos un logotipo que nos serve para facer bolsas recicladas e así facer máis visible ao colectivo e o municipio da Pontenova.

## O Concello presenta unha campaña de Nadal con vales de compra

O alcalde da Pontenova, Darío Campos Conde e o presidente da asociación de comerciantes da vila, José Luís Balseiro, presentaron a campaña de nadal do comercio local, coa que colabora o Concello. Repartiránse un total de 30 vales de compra cun importe de 50 euros cada un.

Campos Conde explicou que a campaña "inclúe un investimento total de 3.000 euros, na que ademais dos 1.500 euros en premios, haberá unha campaña de promoción, e bolsas reciclables coa marca da Pontenova que regalarán os establecementos da vila".

O rexedor remarcou que a través desta colaboración queremos "incentivar e promover entre a veciñanza as compras nos comercios da Pontenova durante o Nadal. Por iso é fundamental traballar da man da Asociación de Comerciantes da vila para contribuír a mellorar a situación do noso pequeno comercio. Este é o momento de apostar e apoiar aos nosos autónomos, aos empresarios e aos pe-



quenos comerciantes, e traballar da man para axudar na recuperación do emprego e da actividade económica do Concello."

O sorteo celebrarase en directo a través das redes sociais, o día 16 de xaneiro, e sortearase un vale por cada tenda. En cada vale recolleranse os datos de cada participante. Unha vez sorteados, os agraçados serán avisados por teléfono, e poderán canxear os seus vales nas tendas asociadas da vila. Esta promoción comeza o día 14 de decembro e remata o 6 de xaneiro de 2021.

## Continúan as queixas á Xunta "polo abandono sanitario"

O alcalde da Pontenova, Darío Campos Conde, denunciou novamente o abandono sanitario que sofre o Concello "cun só médico para atender aos 2.300 veciños", criticou.

"Varias persoas achegáronse ao Concello para trasladarnos o seu malestar diante da política de recortes que sofren por parte do PP no eido sanitario na Pontenova, xa que novamente volvemos a estar cun só médico. E hoxe, o primeiro que chegou ao centro de saúde atendeu aos pacientes a partir das 9.30 da mañá", sin-

lou o rexedor.

É preciso lembrar que no centro de saúde da Pontenova "o Goberno de Feijóo suprimiu unha praza das tres que había, e agora, durante esta mesma semana, só hai un sanitario para atender a toda a poboación, que viven e traballan no rural lucense. Así é como incentiva o PP as nosas vilas e as nosas aldeas, recortando servizos esenciais como é a sanidade", espetou Campos.

Ademais o rexedor lembrou tamén que o Grupo Parlamentario Socialista xa rexistrou diversas ini-

ciativas na Cámara Autonómica, a través da Secretaría Provincial e Deputada Autonómica, Patricia Otero, para instar ao Goberno de Feijóo a garantir unha correcta atención primaria no concello de A Pontenova, cubrindo as prazas do persoal médico cando estes se atopan de baixa ou de vacacións. "Cada xornada que falle un médico no centro de saúde da nosa vila denunciárenos publicamente, porque entendo que como alcalde da Pontenova teño que defender por riba de todo, os intereses de toda a veciñanza"

### MÁSCARAS

**INFANTÍS.** O alcalde da Pontenova, Darío Campos Conde entregou á presidenta da anpa do Ceip Plurilingüe da localidade, Beatriz Bello Martínez, un total de 1.800 máscaras infantís para todos os escolares da vila. Campos Conde agradeceu de xeito especial o esforzo que está realizando toda a comunidade educativa da Pontenova nestes tempos tan complicados.



## ESCAPARATE DE XOVE

DESCUBRE TODO O QUE CHE PODEMOS OFRECER

### UNHA INICIATIVA PROMOCIONAL DO EMPRESARIADO DE XOVE

- ESCAPARATE DE XOVE ofrece interesantes produtos e servizos.
- ESCAPARATE DE XOVE é unha plataforma que quere unir todas as empresas e profesionais do municipio, amosando os seus produtos e servizos e actuando coma un centro comercial unificado.
- ESCAPARATE DE XOVE nace para potenciar os puntos fortes do empresariado de Xove, aproveitando a súa unión e capacidade de organización, o apoio do Concello e as posibilidades que ofrece a dixitalización.



COLABORA:



## O Concello de Alfoz xa é un espazo cardioprotexido

Desde este mes o Concello de Alfoz xa ten a distinción de espazo cardioprotexido.

Esto é debido a que recentemente adquiriuse un desfibrilador semiautomático e esta semana recibiron a correspondente formación para o seu uso o persoal dos diferentes departamentos do Concello, así como o conserxe do Ceip Plurilingüe Castro de

Ouro de Alfoz, o concelleiro de xuventude e deporte, asociacións e festas César Marrube, o presidente do CD Alfoz, Jacobo Val e a presidenta do AC Río Ouro, Pilar Fernández. O Desa, que está na Casa do Concello, conta cunha mochila para facilitar o seu transporte seguro a calquera lugar no que se considere necesario.

## Preparadas para decembro diferentes actividades

O Concello de Alfoz prepara para decembro diferentes actividades, desde teatro a talleres variados.

Así, o venres 11, de 16.30 a 18.30 horas comenzan as visitas didácticas para coñecer o patrimonio artístico de Alfoz no Castelo de Castro de Ouro e na Igrexa de San Salvador. Estas, están organizadas pola Concellaría de Turismo e incluída no Plan Único da Deputación Provincial e son unha oportunidade única de desfrutar aprendendo da man de Dolores Barral, profesora de Arte na Universidade da Coruña. É unha actividade gratuíta e con inscrición previa.

Xa o sábado 19 de decembro volverá o teatro pero nesta ocasión de monicreques. Estará a cargo de A Xanela de Maxín e a súa obra *O apalpador e a nena sen medo*, e será ás 19.00 horas no salón de actos da casa da cultura de Alfoz. Haberá aforo limitado a 50 persoas e a entrada é gratuíta.



Por último, o luns 28 de decembro, de 10.30 a 13.00 horas, será a actividade Nadal na biblioteca, para nenos de 3 a 12 anos. Así, haberá contos con música e pictogramas, manualidades, e xogos de pistas. É unha actividade para grupos reducidos e con previa inscrición antes do comezo.

Para anotarse a todas as actividades ou pedir máis información será necesario consultar a web do concello [www.concellodealfoz.com](http://www.concellodealfoz.com) ou chamar ao teléfono 982 558 001.

**CONCURSO DE POSTAIS.** O Concello de Alfoz organiza o XVIII Concurso de Postais de Nadal no que poderán participar todos os nenos empadroados no municipio, con idades entre os 3 e os 16 anos. O prazo de presentación das postais remata o 11 de decembro e deberán ser entregadas na Biblioteca Municipal de Alfoz. Establécense tres categorías: Infantil, ata 5 anos; Primaria, de 6 a 12 anos; e Secundaria, a partir de 12 anos.

## O Concello publicou as bases das subvencións para asociacións

O Concello de Alfoz publicou as subvencións para asociacións sen ánimo de lucro para este ano 2020.

A primeira é unha subvención para a promoción de actividades deportivas destinadas a entidades e asociacións sen ánimo de lucro, públicas ou privadas, que cumplan os requisitos establecidos nas bases e teñan como obxecto de desenvolvemento de actividades que persigan o fomento do deporte e vida salubre.

A seguinte subvención é para a promoción de actividades educativas e formativas destinadas



Alcalde de Alfoz

a centros públicos educativos do Concello de Alfoz, asociacións de pais e nais e asociacións municipais que teñan implicación no sector primario; que cumplan os requisitos establecidos nas bases e teñan como obxecto o desenvolvemento de proxectos, programas ou actividades que persigan un fin educativo pero tamén formativo.

A última subvención publicada é para a promoción de actividades culturais destinadas ás asociacións que figuren no Rexistro Municipal de Asociacións do Concello de Alfoz, cumplan os requisitos establecidos nas bases e teñan como obxecto o desenvolvemento de actividades que persigan un fin cultural.

A última subvención publicada é para a promoción de actividades culturais destinadas ás asociacións que figuren no Rexistro Municipal de Asociacións do Concello de Alfoz, cumplan os requisitos establecidos nas bases e teñan como obxecto o desenvolvemento de actividades que persigan un fin cultural.

## O Concello pide concienciación veciñal ante os desperfectos

Desde o Concello de Vegadeo levan tempo traballando por ter o municipio nas mellores condicións. Por iso, algunhas das actuacións que levan a cabo ata o momento son a de limpeza e lavado das beirarrúas, acondicionamento de parques e xardíns, reurbanización de calellóns e rúas.

Así mesmo, dende o Concello piden colaboración cidadá para atallar as deposicións de animais domésticos e de compañía.

“Temos que facer un esforzo para evitar as cacas nas beirarrúas”, din dende o Concello, “é labor de todos porque son moitas as queixas neste particular como tamén do mal uso das papeleiras das áreas recreativas... As papeleiras son



Estado no que quedaron as instalacións

para papeis, botes de refrescos e cousas miúdas”.

En todas as áreas hai uns contedores para tirar as bolsas de lixo que se xera cando se desfruta dos espazos verdes.

“A cidadanía en particular ten que

facer un esforzo en reverter estas situacións que incomodan a convivencia. Por último, queremos tamén visibilizar as pintadas duns bancos recentemente estreados no Noveledo que non reportan nada positivo...”, engaden.

## I Concurso de Contos do Concello de Vegadeo

O Concello de Vegadeo convocou o I Concurso de Contos, que nesta edición establece tres premios valorados en 200 e 300 euros, dependendo da categoría.

O certame está dirixido a estudantes de Primaria, Secundaria, Bacharelato e ciclos formativos, así como adultos.

As obras deberán estar escritas en galego-asturiano de acordo coas normas ortográficas do Galego-asturiano 2007. Terán unha extensión máxima de entre 25 liñas para escolares e 100 para adultos, e sempre presentado nun A4.

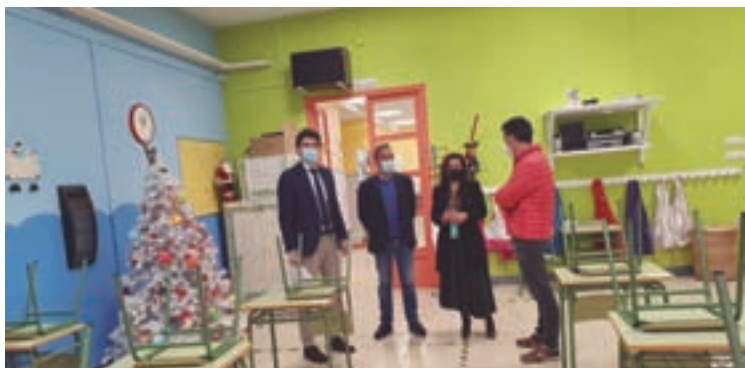
O prazo de entrega dos traballos finaliza o 15 de decembro e de-



berán entregarse no Concello. O fallo do xurado será o 28 de decembro.



## Rematadas as obras de rehabilitación enerxética do Ceip Pedro Caselles Rollán



Visita ao colexio xovense do delegado territorial

O delegado territorial da Xunta en Lugo, Javier Arias, visitou o Ceip Pedro Caselles Rollán para comprobar o resultado das obras de rehabilitación enerxética do centro, nas que a Administración galega investiu 670.150 euros.

Os traballos de mellora da eficiencia enerxética do recinto escolar centráronse na substitución das ventás por outras con carpintería de aluminio con rotura de ponte térmica e vidro dobre; o illamento da fachada con sistema térmico polo exterior (SATE) e o illamento cuberta. Tamén

foron substituídas as luminarias por equipos LED, con regulación da iluminación e detectores de presenza en zonas comúns.

Segundo destacou Arias, estas medidas suporán un aforro enerxético anual do 35,2% en consumo de enerxía primaria e do 38 % en emisións de CO2.

A actuación completouse con outras melloras acometidas no interior do edificio, como a substitución do solo da biblioteca, a reparación e pintado de paramentos interiores e a colocación de falsos teitos en varias zonas.

## 68.000 euros de axudas para os autónomos e microempresas

O Concello de Xove vén de informar que xa destinaron 67.875 euros a un total de 49 solicitudes para o apoio e axuda da economía do municipio trala pandemia, e que xa lle foi ingresada aos solicitantes.

Estas axudas, están destinadas a apoiar aos traballadores autónomos e microempresas para facer fronte aos efectos orixinados polo estado de alarma con motivo da covid-19.

Así, establecéronse dous tipos, unha para establecementos obrigados ao peche e outra para os que sen estaren obrigados a pechar xustificasen unha redución igual ou superior ao 40% dos seus ingresos en relación ao semestre anterior.

Inicialmente preveuse destinar 100.000 euros a estas axudas, que serían ampliadas se fose

necesario, malia, despois, estas axudas cuxa solicitude estivo aberta ata o 1 de setembro, supuxeron unha cantidade de 67.875 euros.

Segundo o alcalde, Demetrio Salgueiro, “trátase dun esforzo importante do Concello por axudar a manter a súa estrutura económica, en especial aos traballadores autónomos e microempresas, duramente golpeados pola crise da covid-19 e os seus demolidores efectos”.

“Lóxicamente, isto complementase coa axuda que o Concello mantén aos traballadores de Alcoa e da continuidade da produción da mesma na nosa comarca. A defensa dos postos de traballo é un obxectivo fundamental e irrenunciable para o Concello”, rematou dicindo Salgueiro.

### EN BREVE

**CURSO PARA O TURISMO.** Desde a Mancomunidade de Concellos da Mariña Lucense, poñen en marcha a segunda edición do curso *Comunicación dixital, marketing e novas tecnoloxías para a promoción de destinos e empresas turísticas na era covid-19*. Este curso será os días 14, 15 e 16 de decembro en horario de 16.30 a 21.30 horas no salón de actos do centro cívico de Xove e é un curso de carácter gratuíto. Está destinado a persoal técnico dos concellos nas áreas de turismo, así como pequenas e medianas empresas do turismo.

**NATACIÓN.** Esta semana empezan os cursos de natación. Para os nenos de fóra do Concello de Xove, os cursos serán os días 10 e 11 de decembro para os niveis de iniciación (blanco, amarelo), e os días 17 e 18 para os niveis de Perfeccionamento (verde, azul e vermello). O prazo de inscrición xa está pechado. Outros cursos, como iniciación, perfeccionamento de adultos, aquagym, ou de peques, abrirán o prazo de inscrición máis adiante.

## O Concello prepara varias actividades para o Nadal

Para rematar o ano, o Concello de Xove prepara un amplo programa de actividades de Nadal que dará comezo o sábado 19 de decembro.

Así, haberá varios días de teatro no salón de actos do centro cívico ás 18.00 horas, que comezarán o sábado 19, coa obra de teatro *O Vixiante dos Soños*, o domingo 20 *Impro*, e seguirá o domingo 27 con *O Terapeuta*.

Xa o mércores 23 ás 19.00 horas será o gran concerto de Nadal coa Orquestra Clásica de Xove no salón de actos do centro cívico.

O sábado 26 terá lugar a video-proxección de *Augas Abisais*, o úl-

timo traballo do directo xovense Xacio Baño, ás 19.00 horas no centro cívico. Por último, o 5 de xaneiro de 17.00 a 19.00 horas no pavillón municipal será a recepción dos Reis Magos.

Por outra banda os días 28, 29 e 30 de 10.00 a 13.00 horas será a Semana *Lecer Branco*, na que o anpa do Pedro Caselles Rollán terá xogos e actividades para os nenos. Haberá prazas limitadas e para participar hai que chamar ao 669 161 387.

**CONCURSO DE POSTAIS.** O Concello de Xove organiza un concurso de postais de Nadal no que poderán



participar todos os alumnos de 4º, 5º e 6º de Infantil, 1º, 2º, 3º, 4º, 5º e 6º de Primaria e de 1º a 4º de ESO. Haberá catro categorías e tres premios por cada unha e as postais deberán ter tamaño A5. O prazo de entrega remata o luns 14 de decembro e esta debe facerse nas instalacións da biblioteca pública de Xove.



**XANCIO BAÑO.** O Concello de Xove apoiou ao director xovense Xacio Baño na súa película *Augas Abisais*, que estreou na 58 edición do prestigioso Festival Internacional de Cinema de Xixón. O filme está gravado na súa maior parte en Xove, na casa familiar do cineasta antes da pandemia e contou tamén coa participación de empresas da zona coma Evox Vertical para a realización de planos de grúa.



## Os autónomos xa poden solicitar as axudas para a reactivación

O alcalde de Cervo, Alfonso Villares, e a edil de Facenda, Dolores García Caramés, anuncian que “xa se poden solicitar as axudas para a reactivación económica e social do municipio dirixidas a todas as persoas autónomas —que inclúen ao sector agrario e pesqueiro- e microempresas que exerzan a súa actividade no ámbito municipal”.

As bases poden consultarse na web ou mesmo no Boletín Oficial da Provincia (BOP) de novembro.

Reserváronse 90.000 euros do orzamento municipal —explican- “para tentar botar unha man a todas esas persoas emprendedoras de Cervo que certamente están a sufrir con virulencia as consecuencias da pandemia”. Cada persoa autónoma —precisan- “recibirá un mínimo de 100 euros e un máximo de 850”, en función de factores como a posesión ou non de establecemento físico para o exercicio da súa actividade ou o número de empregados;

unha axuda que tamén pretende ser un estímulo para incentivar a actividade no municipio.

O plan, que xa leva meses xestándose e perfilándose con detalle para poder chegar a todas as persoas autónomas, suporá un incentivo de 100 euros para todos os emprendedores con ou sen local, unha contía á que sumará 200 euros se dispón de local; e 200 euros máis se ten entre 2 e 5 traballadores; ou ben 500 euros se emprega a máis de 5 persoas; o que sumaría a contía máxima de 850 euros a recibir.

Tal e como explican o rexedor, Alfonso Villares, e a edil de Facenda, Dolores García Caramés, durante este tempo estivemos perfilando con detalle esta liña de axudas á que se poderán adherir ata o día 14 de decembro incluído “porque non queríamos deixar fóra a ninguén, conscientes dos momentos tan delicados que están a padecer as persoas emprendedoras de Cervo

polas consecuencias desta pandemia que golpeou e golpea a moitos sectores”. Desde o Concello apuntan que nestes momentos a solidariedade cidadá “é fundamental para poder superar esta situación canto antes e recordan a necesidade imperiosa de consumir o máximo posible nos establecementos das nosas vilas; entre todos temos que botarnos unha man”.

Esta axuda vén sumarse a outras medidas que nesta liña se tomaron desde o Concello de Cervo para tentar contribuír a paliar os efectos do coronavirus entre os pequenos empresarios do municipio así; “non se cobrou a taxa do lixo desde mediados de marzo e ata que se levantou a obriga de peche; tamén se facilitou a ampliación das terrazas nos espazos públicos sempre que foi posible; e modificouse a ordenanza para eliminar a taxa de terraza desde o 15 de marzo e durante todo este ano”.

## San Cibrao acolle unha mostra pioneira de artesanía



Un momento da inauguración da mostra de artesanía

A Casa da Cultura de San Cibrao acolleu a inauguración dunha mostra pioneira de artesanía obra da Asociación A Mariña, enmarcada no proxecto a Aula do Mar inclusiva, a primeira destas características na Comunidade Galega.

Pódese visitar ata o 18 de decembro, de luns a venres, en horario de 10:00 a 14:00 horas; respectando sempre as medidas de prevención fronte ao COVID-19.

No acto participaron o rexedor, Alfonso Villares e as edís de Servizos Sociais e de Cultura, Pilar Armada e Dolores García Caramés respectivamente, ademais da directora da

Asociación, María José Nóvoa, o Presidente da mesma, Jorge Manchado, e representantes do GALP A Mariña-Ortegal.

O rexedor quixo felicitar a toda a familia da Asociación de Axuda ao Enfermo Mental A Mariña por “este novo e enriquecedor proxecto”; e precisou que “é un orgullo para Cervo poder acoller e desfrutar do resultado deste primeiro ano de vida da Aula do Mar inclusiva; unha iniciativa innovadora e única en toda Galicia, que é froito do esforzo e traballo de todo o centro, que é un exemplo e un referente a todos os niveis”.

## O Concello conta con postal de Nadal e fará un belén de plastilina

O Concello comunicou os gañadores do certame de postais de Nadal. Os agasallados foron Valeria Arnau de 6 anos, cuxa postal foi elixida para as felicitacións de Nadal do Concello. O segundo posto foi para Valeria Iglesias de 9 anos, o terceiro para Martina López de 4 e o cuarto para Ibán Baltar de 7. As postais estarán expostas na Casa da Cultura desde o 21 de decembro ata o 8 de xaneiro.

Por outra banda, o Concello prepara un Belén de plastilina que estará composto por figuras elaboradas na casa polos nenos que desexen colaborar e que poderán entregar a súa antes do 18 decembro. O Concello encargárase de compoñer un Belén confeccionado con todas esas pezas, cuxa autoría quedará correspondentemente identificada no resultado final. Poderá verse na casa da cultura desde o 21 de decembro ata o 8 de xaneiro.

## A rehabilitación feita no colexio permite un aforro enerxético do 80%

O alcalde, Alfonso Villares e a edil de Educación, Dolores García Caramés, supervisaron este mediodía a actuación de mellora integral das instalacións do CEIP de Cervo, en compañía do delegado territorial de Lugo, Javier Arias, do director do centro, Manuel Martínez e da Xefa Territorial de Educación, Mariña Gueimunde; que supuxeron un investimento próximo ao millón de euros.

Villares quixo agradecerlle á Administración autonómica “a súa resposta inmediata ás demandas municipais”, priorizando esta actuación en Cervo entre máis de 1000 centros de ensinanza de toda a comunidade; “xa que o noso CEIP foi un dos 22 colexios rehabilitados pola Xunta ao amparo dos fondos de superávit, por un importe total de 21,4 millóns de euros”; polo tanto —engadiu o rexe-

dor- “non podemos máis que reiterar o noso agradecemento e considerarnos uns privilexiados”.

A obra supuxo actuacións na carpintería exterior e interior (fiestras, portas, persianas), mellorouse o illamento das fachadas e executáronse traballos de albanilería; substituíronse as luminarias existentes por outras LED. Ademais, realizáronse traballos xerais de acondicionamento interior (falsos teitos, reparación de tabiques, pintado de aulas, novo sistema eléctrico). O proxecto tamén contemplou a instalación dun ascensor (ata o de agora non había) co que se incidiu na mellora da accesibilidade, e reformas na instalación de climatización e a renovación dos aseos (pavimento antiescorregadizo con baldosa porcelánica, billas e aparatos); entre outras actuacións.

## Cervo pon a disposición dos veciños servizos de axuda

O Concello de Cervo pon a disposición dos veciños o servizo de axuda a compra a domicilio ou de medicamentos, así como, se se necesita calquer outra axuda como tirar o lixo ou calquera outra situación derivada do confinamento.

Dende o Concello puxeron a dis-

pición dous números de teléfono, o 982 55 77 77 de luns a venres de 9 a 14 horas e o 615 519 298 de luns a domingo de 8 ás 0:00 horas.

Lembran que intentarán “establecer os medios oportunos para solventar as diferentes situacións.”



**CLUB MEDELA.** O alcalde de Cervo e o edil de Deportes mantiveron un encontro co presidente do Club Medela MTB, David Riera, no que, ademais de abordar diversos temas relativos á actividade altruísta que desenvolve o club, fixéronlle entrega dunha axuda nominativa de 2.200 euros, para contribuír cos gastos da entidade; “sabedores do esforzo que supón sacar adiante aquelas actividades que vos propoñedes e que tanto axudan a dinamizar e a dar vida ao noso pobo”.



**SE VENDE  
LICENCIA DE TAXI  
EN VILALBA**

**Tel. 608 080 482**

## Mariña Patrimonio promove unha intervención arqueolóxica

O colectivo Mariña Patrimonio vén de promover unha nova intervención arqueolóxica na contorna do polígono de Cuiña en Cervo. O financiamento destes labores foi grazas á Deputación e ao Concello de Cervo.

Así, no xacemento do Coído na zona de Pedrosa, estase levando a cabo a primeira intervención deste colectivo. Nesta zona xa se tiña constancia de restos cerámicos, que saíron á luz fai un tempo tralo paso de camiños pola zona.

A escavación comezou recentemente e os arqueólogos xa atoparon unha abundante colección de anacos cerámicos da Idade de Bronce, incluso na propia superficie do terreo. Ademais, ao realizarse pequenas escavacións tamén se están a atopar outros en mellores condicións de conservación.

O rexedor, Alfonso Villares, e a edil de Patrimonio, Dolores García Caramés, achegáronse ata a zona onde, da man de Manuel Miranda e dos



O Concello apoia unha nova sondaxe arqueolóxica na contorna do polígono

técnicos do Gabinete de Arqueoloxía que se encargan do traballo, puideron coñecer in situ o alcance dos traballos.

A través desta prospección facilitada desde o Concello de Cervo tratan de identificar e contextualizar restos de cerámica achados na zona; e que tal e como apuntan, e logo dunha primeira toma de contacto,

parece que son cuantiosos; co fin de “valorar a potencialidade e o interese arqueolóxico desta parcela”.

Villares e Caramés puxeron a valor o gran traballo que desempeña a asociación Mariña Patrimonio, cuxos achados contribúen a enriquecer e potenciar os nosos valores históricos; que é tamén un recoñecemento aos nosos antepasados.

## Destinan uns 70.000 euros a grupos sociais, deportivos e culturais

O Concello de Cervo está a proceder estes últimos días do ano ás sinaturas das diferentes axudas nominativas que están dirixidas ás diferentes entidades deportivas, sociais e culturais do municipio “que desenvolven un traballo fundamental no noso municipio de xeito totalmente altruísta en beneficio de toda a veciñanza”.

Tal e como explicou o rexedor, que está a manter diversos encontros cos representantes de cada colectivo acompañado dos edís do departamento correspondente; “destinamos algo máis de 70.000 euros do orzamento municipal para colaborar cos gastos de funcionamento destas asociacións que enchen de vida Cervo, con diferentes actividades ao longo de todo o ano e/ou que desenvolven un papel

primordial en beneficio da comunidade”.

“Sabemos que este ano que está a ser moi difícil para todos”, engade o alcalde “tamén afectou sensiblemente ao día a día de todas estas asociacións, que viron tremendamente limitada a súa actividade por mor da pandemia; pero agardamos que no 2021 podamos retomar, sempre priorizando a seguridade, parte desa vida e dese dinamismo que caracteriza a Cervo, e no que desempeñan un papel moi importante estes colectivos”.

Villares apuntou que á marxe desta axuda directa, dende o Concello de Cervo “tentamos colaborar sempre en todo o que está na nosa man na organización dos diferentes eventos, con todos os medios materiais e humanos que temos a disposición”.

### o vicedo

## Piden á Deputación a reparación da estrada na praia de Xilloi

O grupo provincial popular solicita ao presidente da Deputación que, canto antes, dea as instrucións oportunas para reparar o acceso á praia de Xilloi en O Vicedo. O portavoz popular, Javier Castiñeira, explica: “Visitamos a estrada provincial LU-P-6405 co alcalde do Vicedo, Jesús Novo; esta estrada da acceso a praia de Xilloi, que, como é sabido, leva moitos anos tendo bandeira azul e é unha das referencias turísticas do Concello do Vicedo. Está en moi mal estado nun tramo largo, con fochancas de gran tamaño”.

Castiñeira di: “Esta estrada necesita unha reparación. Nestes últimos tempos estamos a ver que se amañaron vías provinciais que van as praias, pero queda este anaco aquí no Vicedo e pedimos ao presidente da Deputación que acometa as obras o antes posible. Hai que lembrar que o Concello



Supervisión do alcalde á estrada de acceso á praia de Xilloi

do Vicedo foi galardoado hai pouco tempo cun premio turístico por parte da Deputación”.

Engade o portavoz popular: “Pedimos ao presidente da Deputación

que canto antes acometa a reparación desta estrada porque é necesaria para manter ao Concello do Vicedo como referencia turística da Mariña”.

### EN BREVE

**BINGO.** A asociación de veciños de San Román do Vicedo organiza para o 22 de decembro un bingo virtual por mor da covid-19, no que se repartirán tres cestas de produtos típicos de Nadal. Para esta actividade xa se repartiron os boletos con tres números para cada veciño e os premiados serán os posuidores das terminacións do sorteo da Lotería Nacional. A primeira, a segunda e terceira cesta corresponderán coas dúas derradeiras cifras do primeiro,

segundo e terceiro premio respectivamente da Lotería de Nadal. Este bingo é de balde para os socios.

**MES DE TEATRO.** O Concello ten programado para o sábado 12 ás 20.00 horas a obra de teatro *O Terapeuta*, a cargo de Pico do Castro. Ademais para o sábado 19 ás 19.00 horas o grupo Queiman e Pousa presentarán un *Verso un Cantar*, e o domingo 20 voltará o teatro de mán de Lume Escénico e a súa obra *Cousas de Bares*.



**Menu del dia**  
**Menu fin de semana**  
**Reparto a domicilio**  
**982 13 26 01**

**Pizzas**  
**Hamburguesas**  
**Raciones**  
**Platos Combinados**  
**Rivaro Cunqueiro 68 - Foz**  
**Aparcamiento privado**



SU CONCESIONARIO DE CONFIANZA LE DESEA UNA

*Feliz Navidad*

Y prospero año 2021!

625445320 C/Cervantes 41, Foz

## o valadouro

## A Deputación inviste en vivendas sociais e no centro de día local

O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, asinou no Pazo de San Marcos un convenio de colaboración co alcalde do Valadouro, Edmundo Maseda, co obxectivo de investir preto de 114.000 euros en varias actuacións que servirán para ampliar e mellorar os servizos públicos e a calidade de vida dos veciños e veciñas deste municipio da Mariña, e para fixar poboación.

O convenio contempla a elaboración do proxecto de construción de vivendas de protección oficial en Ferreira do Valadouro, a adecuación dun inmoble para usar como centro de día e a adquisición de bombas de recirculación de auga para a piscina municipal.

En canto ao proxecto para a construción de vivendas, o Presidente explicou que ten un investimento de 43.000 euros e o obxectivo é “crear unha bolsa de vivendas por iniciativa municipal que apoiemos con este convenio dende a Deputación para fixar poboación, promovendo que as novas xeracións poidan quedarse a vivir en Ferreira e evitar que se vaian a outras localidades”.

A previsión inicial é construír 22



Momento da firma entre o alcalde do Valadouro e o presidente da Deputación

vivendas, nun edificio que terá un soto con 22 prazas de garaxe, 22 rochos, planta baixa con locais comerciais, 3 alturas e 1 planta baixa-cuberta. “Os prezos das vivendas estarán regulados e serán asequibles para que a xente moza poida optar a elas”, subliñou Tomé Roca.

**CENTRO DE DÍA.** Este convenio tamén contempla o acondicionamento e equipamento dun inmoble municipal para a creación dun centro de día en Ferreira por importe de preto de 57.000 euros. O edificio onde se van efectuar os traballos está destinado a vivendas sociais e a súa planta baixa a centro de día.

As actuacións estarán enfocadas a resolver as deficiencias detectadas no seu estado, a garantir a accesibilidade das persoas con mobilidade reducida e a crear un espazo acorde co uso de centro de día.

O local vai contar con dous aseos adaptados, vestíbulo e corredor, sala de curas, oficina, almacén, comedor, unha sala polivalente e unha sala de rehabilitación.

Pola súa banda, a adquisición de bombas de recirculación para a piscina municipal ten un investimento de preto de 14.000 euros, que servirán para mellorar o funcionamento desta infraestrutura que se utiliza nos meses do verán.

### O Concello abre unha nova convocatoria de axudas para o transporte

O Concello do Valadouro informou dunha nova convocatoria de axudas para o transporte de estudantes que está dirixida a todos aqueles empadroados no Concello e que cursen bacharelato ou ciclos formativos en centros públicos da comarca da Mariña.

O prazo de solicitudes estará vigente ata o próximo 21 de decembro de 2020.

As solicitudes poderán realizarse nas oficinas municipais previa cita no 982 574 000 ou a través de sede electrónica.

Pódense consultar as bases e descargar os anexos de solicitude na web municipal.

### Enrique Penabad será fillo adoptivo do Valadouro



Acto de despedida de Enrique Penabad da dirección do colexio

Na Sesión Plenaria do Concello, a Corporación Municipal aprobou por unanimidade, a proposta do equipo de Goberno, iniciar o expediente para nomear como fillo adoptivo do Valadouro a Enrique Penabad. Enrique Penabad foi

director durante 35 anos no Ceip Santa María, deixando unha gran pegada no recordo dos seus alumnos, a súa implicación na vida do municipio sempre foi máis aló das aulas implicándose tamén na actividade cultural e deportiva.

## ourol

## Aprobado un investimento de 300.000 euros en estradas

O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, informou que a Xunta de Goberno aprobou iniciativas por un volume económico que no seu conxunto ascende aos 2M€, “o que dá mostra do importante ritmo de xestión que estamos desenvolvendo nun momento no que favorecer a economía da provincia é especialmente importante debido á crise provocada pola pandemia”, subliñou Tomé Roca.

“Estamos sacando adiante proxectos, contratos e obras en beneficio de todos os concellos e dos veciños e veciñas da provincia, independentemente da localidade ou zona na que vivan, co fin de favorecer o equilibrio territorial”, indicou o presidente.

En materia de estradas provinciais, José Tomé, responsable directo da área de Xestión Territorial, anunciou que se aprobou a licitación de obras de mellora en 7 vías nos concellos de Ourel, Sober e Paradelá por cerca dun millón de euros.

En Ourel, aprobouse a licitación de obras de rehabilitación de firmes en 3 estradas provinciais cun orzamento de 300.000 euros e un prazo de execución de 6 meses. Por un lado,



José Luis Pajón, alcalde de Ourel

mellorarase a LU-P-6602, que vai de Rúa Nova a Muras, e que dá servizo á veciñanza que ten gando na Serra do Xistral e tamén ás empresas que realizan o mantemento dos parques eólicos da zona. Neste caso vaise arranxar medio quilómetro, dende o punto 18,550 ata o 19,095. Neste concello, tamén se vai arranxar a LU-P-3805, que une os núcleos Sixto con Campo do Foxo, en dous tramos: o que vai do quilómetro 0 ata o 1 e do 11,240 ao 14,917. Esta vía provincial comunica as parroquias de Bravos, Ambosores e Sixto. A terceira estrada na que se licitan obras en Ourel é a LU-P-6406, que vai dende Cristo da Portapena ata Ponte Segade. Neste caso, son os 200 primeiros metros de estrada, que presenta desperfectos.

## O Concello realizou melloras na parroquia de Sixto

O Concello de Ourel comunicou que fixo melloras na pista do lugar de Paredes a O Couce, na parroquia de Sixto, cunha subvención de 40.000 euros de Agader. Ademais, aproveitou a baixa da adxudicación do Plan Único 2019

para facer melloras e reparar outros viais como o de Bravos, Miñotos, Xerdiz ou Merille.

Esta achega está dirixida a mellorar camiños que dan acceso a explotacións agrícolas e gandeiras locais.

## A directiva do Aturuxo fai un agradecemento aos socios

Despois dun ano estrano, onde a covid-19 privounos das xuntanzas, actividades e incluso do propio Festival Aturuxo; esta agrupación, a ACRD Aturuxeiros de Bravos, fixo un comunicado para agradecer “ás socias e socios, ás entidades e empresas colaboradoras e a todas as que dende calquera lugar ou a través das redes sociais seguen manténdose ao noso lado; e ao mesmo tempo, transmitir todo o noso apoio a todos os sectores que se viron afectados nesta crise social, especialmente o sector musical e cultural”. Engaden que “agardan que o vindeiro ano sexa máis propicio e volvamos xun-



tarnos para festexar, eso si, sempre con sentidío”.

“Sabemos que todos xuntos gañaremos esta batalla e poderemos retomar as actividades como en anos anteriores e sacando tamén algunha novidade polo medio. Bo Nadal e mellor 2021”, conclúen.

**MASCARILLA HIGIÉNICA**  
Reutilizable y personalizable  
HOMOLOGACIÓN NORMA UNE-0065  
TALLAS: Adulto y Niño  
GOMAS: Orejas / Cabeza  
Diseño personalizable con logo de tu colegio/clube/negocio  
¡FELIZ NAVIDAD!  
info@sama10.com - 636 500 279 - www.sama10.com

## lourenzá

## O Goberno local, listo para o Nadal

O Concello de Lourenzá convocou un concurso de postais entre os escolares do concello de Infantil e Primaria. A postal premiada será empregada polo Concello para ser a súa felicitación de Nadal 2020. Os traballos deberán presentarse en cartulina A4 e a técnica será libre. Establécese un único premio para o gañador de 100 euros e trofeo e deberase facer a entrega antes do 16 de decembro na biblioteca.

**O QUE ARDE.** O Concello de Lourenzá dentro do programa de actividades de dinamización das parroquias, en colaboración coa Deputación, proxectará en todas as parroquias o filme *O que arde*, de Óliver Laxe. As datas e horario das proxeccións son o venres 11 ás 20.30 horas, na escola de San Adriano; o sábado 12 ás 20.00 horas, no salón de actos do Concello; o venres 18 ás 20.30 horas, no centro social de San Xorxe; e o sábado 19 ás 20.00 horas no pavillón polideportivo de Santo Tomé. As entradas serán gratuítas aínda que haberá que facer unha inscrición previa.

**PAPÁ NOEL.** Como xa é habitual, Papa Noel visitará aos nenos de Lourenzá o mércores 23 de de-



cembro. Estará nos baixos do Concello desde as 17.00 horas ata as 19.00 horas. Tomaranse todas as medidas de seguridade como máscaras, xel hidroalcohólico e distancia de seguridade.

**TEATRO.** Por outra banda, o domingo 27 ás 17.30 horas nos baixos do Concello de Lourenzá, os máis pequenos poderán desfrutar da obra de teatro *Gaela quere ser druída*. Esta representación está a cargo de Marionetas Trécola e está dirixida aos máis cativos da casa e forma parte do Ciclos Culturais da Área de Cultura da Deputación Provincial.

## Piden dedicar a Fernández del Riego as Letras Galegas 2021

O Concello de Lourenzá vén de aprobar por unanimidade dos tres grupos solicitar a Real Academia Galega que se dedique a Francisco Fernández del Riego o Día das Letras Galegas de 2021.

Francisco Fernández del Riego, *Don Paco* para todos os laurentinos, naceu en Vilanova de Lourenzá, o 7 de xaneiro de 1913. Foi un escritor, intelectual e político que desenvolveu dende a década de 1930 un traballo constante e recoñecido a favor da cultura e da lingua galega.

Así, cumpridos os dez anos do pasamento, o 21 de novembro de 2019, o Pleno do Concello aprobou unha moción na que se solicita a Real Academia Galega que



Francisco Fernández del Riego

se adique o día das Letras Galegas de 2021 a Francisco Fernández del Riego e que se celebren en Lourenzá os principais actos dese día.

## Aprobadas as bases para as subvencións a asociacións

Na última Xunta de Goberno do Concello de Lourenzá aprobáronse as bases para a convocatoria de subvencións a asociacións do municipio para a realización de actividades culturais durante o ano 2021.

O orzamento total destas axudas ascende a 6.000 euros e concederanse polo procedemento de concorrencia competitiva e poderán optar ás mesmas aquelas asociacións que realicen programas ou actividades culturais de carácter puntual ou permanente, que sexan consideradas de interese sociocultural para o Concello de Lourenzá e estean dirixidas a toda a poboación en xeral. As bases serán publicadas na web do Concello e o prazo para presentar as solicitudes será de vinte días naturais a partir da publicación no BOP.

## O Concello adxudica a obra de mellora para arranxar dous camiños rurais

Estos días, o Concello de Lourenzá vén de adxudicar a obra de mellora de vías municipais para arranxar dous camiños, o da ingresa de Santo Adrao a Chacote e o camiño a Liñares que discurren polas parroquias de San Adriano e Santo Tomé.

Os traballos consisten na limpeza de ambos os dous focos, recheo localizado segundo tramos e fallas no firme existente e o posterior aglomerado en quente de toda a vía. O importe da adxudicación ascende a un total de 110.611 euros e financia-

se con cargo ao Plan Único 2020 da Deputación de Lugo.

Esta actuación contribúe a seguir mellorando a calidade das infraestruturas do rural, dos camiños e das vías polas que a diario pasan os veciños.

## trabada

## Trabada adheriuse ao proxecto de contedores para a recollida selectiva

O Concello de Trabada adheriuse ao proxecto para a implantación, no marco dun proxecto piloto, de contedores para a recollida selectiva da fracción orgánica de residuos municipais que puxo en marcha adirección Xeral de Calidade Ambiental e Cambio Climático da Xunta de Galicia, a través do cal o Concello recibiu 50 contedores.

Este proxecto levarase a cabo no casco urbano de Trabada e co fin de informar aos veciños e veciñas sobre o uso deste novo colector e proceder ao reparto das chaves, faranse varias reunións informativas durante tres días (18, 19 e 20 de novembro) e tres horarios distintos (ás 12,



ás 16.30 e ás 19 horas) no salón de actos da casa da cultura. Para garantir as medidas sanitarias, é obrigatorio confirmar asistencia no teléfono 982 138 438.

## Xa está en marcha a segunda fase do espigón da área da Choza

A alcaldesa, Mayra García Bermúdez, o xefe provincial da Demarcación de Costas do Estado, José Miguel Estevan, e a subdelegada do Goberno, Isabel Rodríguez, visitaron as obras realizadas polo Ministerio de Transición Ecolóxica e para o Reto Demográfico, a través da Dirección Xeral da Costa e o Mar, na zona da área recreativa de A Choza en Trabada.

Isabel Rodríguez explicou que Costas está a executar a segunda

fase do espigón da área de A Choza que forma parte das actuacións previstas este ano dentro do plan de conservación e mantemento. A subdelegada manifestou que “con toda seguridade, estas melloras, que nos demandara o Concello, van redundar no aproveitamento da zona por parte dos veciños”.

Tamén explicou que “esta intervención é complementaria dos traballos que xa se executaran

o ano pasado coa finalidade de resolver a degradación nalgunhas infraestruturas existentes na zona”.

As obras que acaban de executarse supuxeron un investimento aproximado de 60.000 euros, e complementan os traballos realizados no ano 2019, nos que se investiran outros 45.000 euros e que, entre outras intervencións, supuxeron o dragado de lodos para facilitar a navegación.



AGRO

A PAC continuará dous anos máis

A Comisión de Agricultura do Parlamento Europeo deu luz verde á aprobación dos regulamentos transitorios que garantirán a conti-

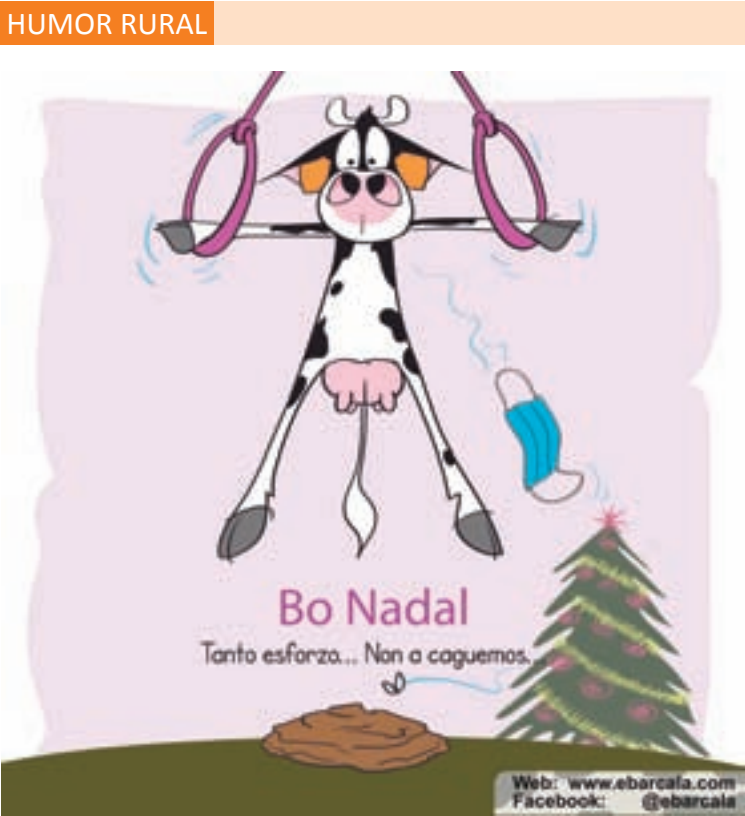
nuidade da PAC e a recepción dos fondos agrícolas europeos para os anos 2021 e 2022. Na práctica, esta decisión –que aín-

da debe ser ratificada polo Pleno da Eurocámara o próximo 14 de decembro- supón que os agricultores e gandeiros de España continuarán recibindo sen ningunha perturbación as axudas da PAC dos anos 2021 e 2022. A nova PAC, pola súa banda, entrará en vigor o 1 de xaneiro de 2023, con dous anos de atraso. A aprobación destes regulamentos de transición incorpora xa os fondos do Plan de Recuperación destinados ao desenvolvemento rural. Dos que a España corresponderanlle aproximadamente 726 millóns de euros nos próximos dous anos. Ferramentas para que os Estados apoiem aos agricultores UPA pediu ao Ministerio de Agricultura que faga uso dunha das medidas que acaban de articularse, a que permitirá destinar compensacións a perdas causadas por eventos climáticos, ou brotes de enfermidades de carácter animal e vexetal, incluíndo as pragas. Tamén se manterán os pagos regresivos para as medidas destinadas ás zonas con limitacións naturais e redúcese o limiar de desencadeamento para activar as medidas de xestión de risco pasando do 30% ao 20%.

Levantán a prohibición de plantar pataca nos concellos mariños

A Xunta de Galicia levantou este mes a prohibición de plantar pataca en nove concellos das provincias da Coruña e Lugo afectados pola couza guatemalteca. O levantamento da prohibición beneficiará os agricultores dos concellos coruñeses de Cariño, Ortigueira e Neda, así como os dos municipios lucenses de Lourenzá, A Pastoriza, A Pontenova, Riotorto, Ribadeo e O Valadouro. Ao non teren rexistrado ningunha captura nos dous últimos anos, estas localidades deixarán de ser consideradas zonas infestadas pola couza e pasarán a englobarse na demarcada como zona tampón. Deste xeito, nestes municipios permitírase plantar pataca pero farase un seguimento exhaustivo das plantacións por parte da Consellería do Medio

Rural, que manterá as demais medidas de control e vixilancia previstas na lexislación co obxectivo último de controlar a expansión da couza. Nese senso, tras a comisión de hoxe, estableceuse a data do 1 de abril como o prazo máximo para presentar as declaracións de cultivo nas zonas tampón. Cómpre lembrar que, a comezos de ano, xa se levantara a prohibición de plantar pataca nos concellos coruñeses de Ares, Mugardos, Cabanas, Fene, Ferrol, A Capela e As Pontes de García Rodríguez, así como nos lucenses de Ourense e Abadín, ao pasar de seren concellos infestados a zona declarada como tampón. En todos eles, confirmouse a ausencia de capturas de couza guatemalteca no que vai de 2020, pero mantívose igualmente o control das plantacións.



TELÉFONOS DE INTERESE

|                                 |              |
|---------------------------------|--------------|
| <b>ALFOZ</b>                    |              |
| Concello:                       | 982 55 85 81 |
| Garda Civil:                    | 982 57 40 30 |
| Centro de Saúde:                | 982 55 86 97 |
| <b>BARREIROS</b>                |              |
| Concello:                       | 982 12 40 02 |
| Garda Civil:                    | 982 12 41 94 |
| Centro de Saúde (cita previa):  | 982 12 41 05 |
| <b>BURELA</b>                   |              |
| Concello:                       | 982 58 60 00 |
| Policia Local:                  | 982 58 62 11 |
| Garda Civil:                    | 982 58 57 05 |
| Centro de Saúde (cita previa):  | 982 58 51 29 |
| Hospital da Costa (centraliña): | 982 58 99 00 |
| Capitanía Marítima:             | 982 57 51 53 |
| <b>CERVO</b>                    |              |
| Concello:                       | 982 55 77 77 |
| Policia Local:                  | 615 52 10 52 |
| Garda Civil:                    | 982 58 57 05 |
| Centro de Saúde (cita previa):  | 982 55 75 25 |

|                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| <b>FOZ</b>                     |              |
| Concello:                      | 982 14 00 27 |
| Policia Local:                 | 982 13 36 40 |
| Garda Civil:                   | 982 14 04 44 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 13 23 85 |
| Agencia Tributaria:            | 982 13 35 12 |
| <b>LOURENZÁ</b>                |              |
| Concello:                      | 982 12 10 06 |
| Garda Civil:                   | 982 52 19 05 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 12 20 29 |
| <b>MONDOÑEDO</b>               |              |
| Concello:                      | 982 52 40 03 |
| Policia Local:                 | 982 50 70 40 |
| Garda Civil:                   | 982 52 19 05 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 50 74 52 |

|                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| <b>OUROL</b>                   |              |
| Concello:                      | 982 55 91 09 |
| Garda Civil:                   | 982 56 10 39 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 55 90 62 |
| <b>PONTENOVA, A</b>            |              |
| Concello:                      | 982 34 22 77 |
| Garda Civil:                   | 982 34 22 22 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 34 24 00 |
| <b>RIBADEO</b>                 |              |
| Concello:                      | 982 12 86 50 |
| Policia Local:                 | 982 12 86 50 |
| Garda Civil:                   | 982 12 80 48 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 13 01 43 |
| <b>RIOTORTO</b>                |              |
| Concello:                      | 982 34 62 22 |
| Garda Civil:                   | 982 34 22 22 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 34 66 63 |

|                                |                  |
|--------------------------------|------------------|
| <b>TRABADA</b>                 |                  |
| Concello:                      | 982 13 50 11     |
| Garda Civil:                   | 982 34 22 22     |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 13 53 00     |
| <b>VALADOURO, O</b>            |                  |
| Concello:                      | 982 57 40 00     |
| Garda Civil:                   | 982 57 40 30     |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 57 43 12     |
| <b>VICEDO, O</b>               |                  |
| Concello:                      | 982 59 00 02     |
| Garda Civil:                   | 982 59 01 81     |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 59 03 51     |
| <b>VIVEIRO</b>                 |                  |
| Concello:                      | 982 56 01 28     |
| Policia Local:                 | 982 56 29 22     |
| Policia Nacional               | 982 56 17 11     |
| Policia Nacional cita DNI      | 060/982 57 06 62 |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 56 12 01     |
| <b>XOVE</b>                    |                  |
| Concello:                      | 982 59 20 01     |
| Centro de Saúde (cita previa): | 982 59 24 24     |

**TELÉFONOS DE INTERESE**

**Emerxencias: 112**  
**Urxencias Sanitarias: 061**

**Incendios Forestais: 085**  
**Garda Civil: 062**



www.amariñaxa.com

## DEPUTACIÓN

# O Pleno da Deputación aproba un orzamento de 92,5 millóns de euros

O Pleno da Deputación de Lugo aprobou un orzamento de 92,5M€ para investir nas persoas e na recuperación económica. A deputada de Economía, Recadación, Facenda e Especial de Contas, Mayra García Bermúdez, subliñou “as nosas liñas de acción prioritarias”: as políticas sociais, o apoio aos sectores produtivos estratéxicos, a cooperación cos concellos e a mellora da mobilidade”. Os orzamentos suben preto dun 1% con respecto ao ano pasado.

Aumentan os gastos un 20% das partidas en Bens e Servizos, “debido, sobre todo, a que ampliaremos a nosa Rede de Centros Públicos de Atención a Maiores coa apertura de novas residencias”. Así mesmo, García Bermúdez destacou a conxelación dos soldos dos membros da Corporación provincial.

**POLÍTICAS SOCIAIS.** A Deputación de Lugo dedica un terzo do total do orzamento a Políticas Sociais. Son 30M€ para Benestar, Igualdade, Emprego, Cultura, Deportes, Xuventude, Memoria Histórica e Educación.

Dentro das Políticas Sociais, destacou o investimento en emprego: “No 2021 duplicamos os recursos para o mantemento e a creación de emprego na provincia mobilizando 9M€: 5 deles contemplados nos propios orzamentos e 4 procedentes de fondos europeos”.



O equipo de Goberno, antes da entrada ao Pleno

García Bermúdez incidiu tamén na ampliación da Rede de Centros Públicos de Atención a Maiores da Deputación. O orzamento contempla 8M€ para residencias, que se suman aos 14M€ xa mobilizados para centros que se están construíndo ou que están comprometidos.

O centro de maiores de Castroverde funcionará xa todo o 2021; o de Pedrafita, a partir de febreiro; e os de Meira e Navia abríranse este ano. Por outra banda, en Políticas Sociais, a deputada explicou que sube a partida para Igualdade nun 20%, e mantense o servizo de telasistencia domiciliar e as axudas para o Servizo de Axuda no Fogar, neste caso, con 1,3M€ a través do Plan Único.

**SECTORES ESTRATÉXICOS.** As partidas para accións enfocadas ó sector

agrogandeiro, forestal e do mar suben un 13%, ata os 2,3M€. O obxectivo é favorecer a diversificación da produción, a competitividade, a produtividade e a xeración de valor engadido en colaboración co sector e coa Universidade. En canto aos fondos para turismo, aumentan un 10%, ata os 3M€.

**TECIDO SOCIAL.** “A Deputación é o Concello dos concellos”, asegurou a deputada, polo que a cooperación cos 67 municipios da provincia “é unha política transversal deste Goberno, que imos seguir desenvolvendo no 2021”. O principal instrumento de cooperación da institución provincial, o Plan Único, estará dotado con 11M€ no orzamento, que se elevarán ata os 21,3M€ coa incorporación de remanentes,

como se fixo ata agora.

No marco da cooperación, a deputada destacou tamén a posta en marcha o vindeiro ano dun Programa para a Dotación e Mellora de Servizos Públicos e Comunitarios, que este ano comeza con 300.000 euros e que “está dirixido a atender as necesidades veciñais en materia de servizos ou equipamentos, actuacións que melloran moito a vida dos veciños e veciñas”.

**MELLORA DA MOBILIDADE.** O presuposto demostra que a mellora da mobilidade é prioritaria para o Goberno da Deputación. Suben un 14% o investimento en estradas, ata chegar aos 16M€, destinados a tarefas de mellora, desbroce, conservación e mantemento da rede viaria provincial, a máis extensa de todo o Estado e tres veces maior que a da Xunta en Lugo.

“Defendemos a mobilidade como un dereito básico dos veciños e veciñas da provincia porque cremos que unha boa rede de estradas é fundamental para o equilibrio territorial e o desenvolvemento do rural, porque axuda a fixar poboación e a achegar servizos, pero ademais, en tempos de crise, a obra pública pode e debe actuar como un motor que incentive a actividade económica e cree emprego”, explicou a deputada de Economía, Recadación, Facenda e Especial de Contas.

## Arrinca o plan de aforro Ilumin@

O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, asinou na Sala de Xuntas do Pazo de San Marcos coas empresas adxudicatarias os contratos de subministro e instalación de material do Ilumin@, o que lle permitiu arrincar a execución deste plan de aforro enerxético provincial, ao que decidiron adherirse 38 concellos.

O contrato foi adxudicado en preto de 530.000€ e divídese en tres lotes, cada un por unha zona xeográfica da provincia. Para o Lote 1, Tomé Roca asinou con Manuel Novoa Castro, representante da empresa Manuel Novoa Castro S.L.U., un contrato por importe de 174.011,43 € para os concellos de Meira, Burela, A Pastoriza, Riotorto, Lourenzá, Ourela, Mondoñedo, Xermade, O Vicedo, Ribeira de Piquín, Alfóz, Trabada, O Valadouro e Vilalba.

No caso do Lote 2, o contrato ascende a 186.085,9€ e correspóndese cos municipios de Baralla, Begonte, Castro de Rei, Castroverde, Cervantes, Cospeito, Friol, Guntín, Láncara, Navia de Suarna, Negueira de Muíñiz e Rábade. O presidente asinou con José Ramón Irimia Seijas, representante da empresa Hallman Energie S.L.

O Plan Ilumin@ está dotado con 723.000€, dos que o 80% son fondos europeos que a Deputación conseguiu a través do Idae.

Con este plan, os 38 concellos da provincia cambiarán unhas 3.200 luminarias por outras de tecnoloxía LED, o que supoñerá un aforro conxunto de 62.000€ ao ano.

## Novo plan de formación de redeiras

O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, asinou un convenio de colaboración coa presidenta da Unión de Traballadores Autónomos do Transporte, o Mar e as Comunicacions de Galicia, María Dolores Somoza, que ascende a preto de 39.000 euros para impulsar por segundo ano un proxecto de formación de redeiras co obxectivo de favorecer a integración da muller no mercado de traballo. En concreto, “o obxectivo é formar ás mulleres que queiran desenvolver a súa carreira profesional no sector do mar”, explicou Tomé Roca.

O convenio recolle un plan de 370 horas para que as participantes adquiran toda a formación necesaria para presentarse ás probas de capacitación profesional previstas para os vindeiros meses, un requisito fundamental para exercer este traballo que dá máis posibilidades de inserción laboral. O programa formativo recolle cuestións específicas para exercer correctamente en todas as artes de pesca que se traballan na costa, pero tamén uns módulos con coñecemento sobre o funcionamento dunha empresa.

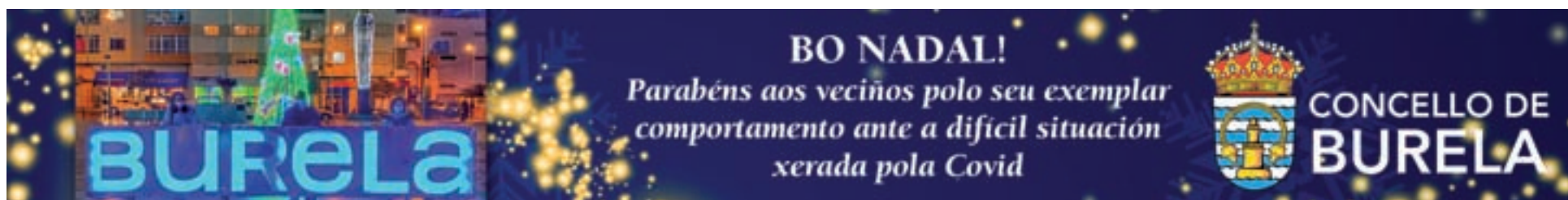
A proposta formativa estrutúrase en cinco partes: unha focalizada nos fundamentos esenciais para a creación de empresas e catro centradas nos aspectos máis específicos que permitan o acceso ás probas de avaliación para a cualificación profesional de redeira.

## Instalará 97 marquesiñas en concellos da provincia

A Xunta de Goberno tamén aprobou a adxudicación do programa de dotación de 97 marquesiñas na rede viaria provincial para este ano 2020. Destínanse 325.400 euros na instalación destas estruturas en estradas provinciais dos 67 concellos da provincia. Co fin de garantir unha adecuada integración no entorno, e tendo en conta as características das marquesiñas instaladas en anos

anteriores, serán de madeira maciza tratada en autoclave. Contarán cun banco e serán pechadas polos laterais con cristal para que permitan a visión e, á vez, protexan ante as incidencias meteorolóxicas.

A Deputación comezou no 2011 a renovar as marquesiñas das estradas para substituír as existentes, que tiñan máis de 20 anos. Dende ese momento, instaláronse 332.



## DEPORTES

O V Run Foz Run  
reinicia o calendario  
de carreiras

O Concello de Foz xunto co club de atletismo Ría de Foz realizará o día 20 de decembro a partir das 10:00 horas o V Run Foz Run Nadal.

Poderán participar na categoría absoluta todas aquelas persoas nadas dende o ano 2005 (incluído) que o desexen, sempre que estean inscritas nos prazos e formas establecidos ao efecto pola organización. A carreira desenvolverase en dúas fases diferenciadas dun máximo de 150 par-



ticipantes en cada unha de elas: unha con saídas a partir das 10 horas e outra con saídas a partir das 11. A organización resérvase 50 prazos a maiores para deportistas convidados.

O campo de Santa Cruz  
xa está reformado

Unha vista do campo de Santa Cruz, en Lourenzá

O campo de herba artificial en Santa Cruz de Lourenzá está case a piques de ser rematado. Estas obras servirán para favorecer a práctica deportiva dos máis de 100 rapaces de distintos equipos e categorías que usan estas instalacións a diario.

Os traballos consistiron na instalación do firme e dos pavimentos; drenaxe con canaletas nos laterais do campo, tubaxes de PVC e arquetas

de fábrica de ladrillo, e bordos de formigón nos fondos do campo. A pavimentación leva un tratamento superficial de base herbicida e base de zahorra artificial de 20 cms. Así mesmo, dotouse dunha rede de rego con aspersores emerxentes, depósito prefabricado soterrado e un grupo de bombeo. Instalouse tamén unha estrutura para balóns de 6ms de altura e 4 picas de córner.



**PISTAS DE TENIS DE FOZ.** A Concellaría de deportes do Concello de Foz vén de investir parte dos fondos do Plan Único en pintar as pistas do club de tenis. Esta instalación presentaba deficiencias e deterioro debido ao desgaste ocasionado polo propio uso e as inclemencias meteorolóxicas.

O Burela FS xogará a fase final da  
Copa do Rei e da Raíña este mes

O Pescados Rubén Burela FS feminino regresará a Málaga para revivir na final four da II Copa da Raíña (18-20 de decembro). As Guerreiras Laranxas saltarán outra vez ao Martín Carpena para medirse de novo ao AD Alcorcón, na primeira semifinal, repetindo o escenario e o rival do 28 de xuño, cando as mariñás se alzaron co trofeo 2019-20.

Defendendo o título de Burela 2019, o conxunto laranxa inaugurará a fase final o venres 18 ás 14.00 horas, fronte ao subcampión de liga. Poio Pescamar e UA Alicante (16.00 horas) pelexarán polo segundo billete para a gran cita do domingo.

**REI.** Pola súa banda, o equipo masculino do Pescados Rubén Burela FS estreouse na Copa do Rei cunha vitoria sobre Jerubex Santiago Futsal (2-5) que lle ou-



O equipo burelao na súa declaración contra a violencia de xénero

torga o billete para oitavos, eliminatoria prevista para o 15 de decembro. Malia tomar a iniciativa nos primeiros compases, os pupilos de Juanma Marrube tiveron que traballar para non deixar escapar a competición tras a resposta dos locais no regreso do descanso, empatando e poñéndose por diante. Nos seis últimos minutos, un dobrete de

Renato e a aparición de Iago sobre a bucina sentenciaron con contundencia a rolda.

**VISTA ALEGRE.** Por outra banda, e grazas ao control da situación sanitaria en Burela, o Vista Alegre volveu abrir as súas portas para recibir ao público este mes de decembro. Aínda así baixo estritas normas de seguridade.

O Club de atletismo Ría de Foz  
anuncia varias incorporacións

As novas incorporacións ao Club Ría de Foz

A directiva do club de atletismo Ría de Foz comunicou a incorporación de varios atletas ás súas filas. A primeira foi a do burelés Simón Río. Simón Río é un atleta de consolidada traxectoria no panorama do fondo galego e estatal. O atleta burelao pode presumir de ter corrido 5 dos 6 Marathon Majors, cunha mellor marca persoal de 2h23' en Londres, onde quedou de 10º entre os non-elite, ou terceiro mellor español en New York e segundo en Chicago. Simón foi campión absoluto no maratón en pista de Eastbourne (Reino Unido) e terceiro absoluto no Paavo Nurmi Marathon (Turku, Finlandia). Ademais, recentemente, no Maratón de Varna (Bulgaria) ocupou o sétimo lugar da clasificación, sendo o primeiro dos atletas nados en Europa, para deixar o crono a menos de 2 minutos da súa marca persoal. Tamén se incorpora Santiago Piriz Lara, un mediofondista moi novo en

idade pero cun brillante presente e un prometedor percorrido. As súas marcas persoais son a mellor carta de presentación pois conta cun tempo de 1:53 minutos en 800, 9º de España sub 23; 3:56 minutos en 1500 sendo 7º de España sub 23; e 8:39 minutos en 3000 acadando o 10º posto de España sub 23.

O Club comunicou a incorporación de Daniel Trigo, nado en Ferreira do Valadouro en 1985. Despois de facer fronte a máis dunha lesión, Daniel volve con máis ganas ca nunca ao circuíto competitivo. Centrarase nas probas de medio maratón e maratón pero sen perder de vista calquera das probas de ruta ou cross. Carla Trillo incorpórase ao proxecto do club Ría de Foz. A atleta, nada en Burela en 1984, ocupou os primeiros postos en numerosas probas da provincia e da comarca xa que se manexa con moita soltura na ruta, no campo a través e no trail.

O 2º Rallye Recalvi  
será en decembro

A organización do 2º Rallye Recalvi Mariña Lucense comunicou que a celebración desta proba deportiva será o 11, 12 e 13 de decembro, data que substitúe á orixinal, xa que estaba previsto para os días 13, 14 e 16 de novembro e por temor aos peches perimetrais ou outras medidas sanitarias impedirán a súa celebración fixeron o cambio de data. Está é a penúltima proba do Campionato Galego de Rallyes de Asfalto 2020 e constará de 3 treitos diferentes, a triple pasada por cada un deles, tendo un total del 93,93 km cronometrados e un total de 254,95 km. A súa base estará no Concello de Viveiro e transcorrera tamen polos concellos de O Vicedo, Xove e Cervo.

Curso de monitor  
de bádminton en  
Mondoñedo

O Concello de Mondoñedo acollerá os días 19 e 20 de decembro un curso de monitor de bádminton. Este curso, baixo título oficial da federación, ten un prezo de 60 euros, e con el obtense o título oficial de monitor Shuttle Time ou monitor da Federación Española de Bádminton. Para máis información haberá que chamar ao teléfono 605 790 091.

## MAR

## A vindeira edición de Expomar será do 19 ao 22 do mes de maio

O alcalde, Alfredo Llano, mantivo un encontro coa conselleira de Sanidade, Rosa Quintana, para planificar a vindeira edición da Feira Náutico Pesqueira Expomar, que se celebrará do 19 ao 22 de maio de 2021. Comezan agora os preparativos do evento. Burela podería acoller unha vez máis a xuntanza do Consello Galego de Pesca, coincidindo coa feira. Na reunión analizouse a necesidade de ampliar o recinto feiral para cumprir cos protocolos covid e poder acoller a máis empresas.

O rexedor contou que “o xerente da Fundación Expomar e mais eu estivemos reunidos coa conselleira Rosa Quintana, máis coa directora xeral de Pesca, Mercedes Rodríguez. Tivemos unha conversa para planificar Expomar 2021, cando corresponde facer a feira exposición. Temos a clara intención de intentar facer a feira, polo tanto imos darlle a todo para adiante, con todos os requisitos, planificando e ir contactando con diferentes expositores e diferentes empresas, porque consideramos



Reunión do alcalde de Burela cos representantes da Xunta

as dúas partes que debemos darlle protagonismo ao sector náutico pesqueiro, e a nosa intención é favorecer este interese que ten a Consellería, máis Expomar, en facer esta feira, que sería do 19 ao 22 de maio”.

Llano subliñou que “hai moito interese por parte da Consellería tamén de que se efectúe esta nova edición de Expomar e tamén pedimos hoxe a ver si se pode contar como o ano pasado co Consello Galego de Pesca. Comentamos a necesidade de facer

unha ampliación do recinto feiral para cumprir cos protocolos do coronavirus, e ademais para ampliar o espazo para que poidan acudir máis empresas”.

O alcalde engadiu que “foi unha conversa na que manifestamos, as dúas partes, a clara intención de beneficiar o máximo posible ao sector náutico pesqueiro e unha das fórmulas coa que contamos é facendo esta nova edición da Feira Náutico Pesqueira Expomar o ano que ven”.

## Abre o prazo para solicitar as instalacións de tempada nas praias

A subdelegada do Goberno en Lugo, Isabel Rodríguez, informa de que o Servizo Provincial de Costas do Ministerio para a Transición Ecolóxica e o Reto Demográfico abre o prazo de presentación de solicitudes para instalacións de tempada nas praias da provincia de Lugo para o ano 2021.

Costas publica hoxe no Boletín Oficial do Estado o anuncio de información pública no que comunica que o prazo estará aberto desde o luns, día 16 de novembro, ata o día 22 de decembro inclusive.

As persoas interesadas deberán presentar unha instancia acompañada por documentación coa proposta da zona a ocupar, indicando os metros cadrados, plano de situación e pranta nos que se represente a liña de deslinde do dominio público marítimo-terrestre, presuposto das instalacións e estudo da previsión dos beneficios netos no

período solicitado e proxecto básico das instalacións xunto con fotografía da instalación, nos casos nos que fora posible.

No caso das solicitudes para actividades deportivas de carácter náutico, así como actividades que conleven o lanzamento ou varada de embarcacións, os solicitantes deberán acreditar a inscrición na Federación correspondente. No caso deste tipo de instalacións, só se poderán autorizar en treitos urbáns de praia e deberán ir acompañadas do informe da Federación. En todo caso, as instalacións dos servizos de tempada deben respectar a lexislación vixente en materia de Costas e, en particular, as prescricións relativas a superficies de ocupación, distancias entre instalacións, concentración máxima ou efectividade da servidume de tránsito, entre outras.

## Posta en valor do rol feminino no Mar e a igualdade nos oficios

A conselleira do Mar, Rosa Quintana, fixo fincapé na importancia do papel da muller nos oficios vencellados ao mar e defendeu a educación en igualdade como ferramenta para “superar os prexuízos de xénero” e dar visibilidade ao importante traballo feminino no desenvolvemento da cadea mar-industria. Así o sinalou durante o acto de peche da campaña Bravas do mar para a promoción nos centros educativos da igualdade de oportunidades na pesca.

Tamén puxo de relevo a importancia das iniciativas como Bravas do mar para reivindicar a igualdade e

a dignidade laboral da muller. Esta iniciativa enmárcase no Plan de Producción e Comercialización 2020 da Organización de produtores de pesca do porto e ría de Marín, cofinanciado pola Xunta e o Fondo Europeo Marítimo e de Pesca, e materialízase nunha páxina web, un blog, un documental e un libro que recollen os testemuños de dez mulleres -entre elas a propia conselleira do Mar- do Rosal, Viveiro, Ribeira, Ourense, Bueu e Pontevedra que achegan a súa experiencia no mundo do mar no que a muller sempre tivo un papel fundamental.

## A pescada de Burela, no Metro de Madrid

Durante o último mes a Organización de Produtores Pesqueiros de Lugo fixo que o Mar de Burela chegase ata os vagóns do Metro de Madrid para promocionar a nosa Pescada de Burela. A campaña trasladou a imaxe xigante do porto de Burela e o mar do Gran Sol ás paredes dos corredores do metro de Madrid para lembrar que, se se pensa en sabor, pénsase en Pescada de Burela, un produto pesqueiro de primeira calidade, resultado dunha arte de pesca tradicional.

## As confrarías de pescadores modernizarán o equipamento

A Consellería do Mar aprobou axudas que suman 131.000 euros para as confrarías de pescadores de Celeiro, Burela e O Vicedo dentro da liña de financiamento para modernizar portos pesqueiros, lonxas e lugares de desembarque.

Destaca a concesión de 70.745 euros para modernizar a fábrica de xeo de Burela mediante a instalación de dous xeradores de xeo en escama con capacidade para producir cinco toneladas ao día por unidade.

Pola súa banda, a confraría de Celeiro destina 42.530 euros a adquirir un

guindastre para facilitar as descargas dos produtos de pesca; e recibe outros 15.700 euros co fin de comprar maquinaria de hidrolimpeza. Por último, a confraría do Vicedo obtén unha axuda de 2.135 euros para dotarse dunha hidrolavadora para facilitar as tarefas de limpeza da zona de desembarque.

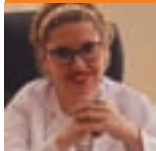
As actuacións financiadas na provincia de Lugo con cargo a estas achegas serven para mellorar a seguridade e as condicións de traballo dos pescadores e contribúen a aumentar a competitividade.



## COLABORACIÓN

## Obesidad-atracóns-ansiedade por comer... e agora que?

## PSICOLOXÍA

Lorena Maradona  
Psicóloga

**A**ntes de nada creo que toca presentarse. Son Lorena Maradona, psicóloga experta en trastornos alimentarios. Colaboro con Mónica Rodríguez Portela, nutricionista clínica. Ambas traballamos no eido da alimentación na zona da Mariña Lucense, especialmente en Ribadeo (rúa Reinante, 27, baixo—centro de estética Cristiane Carvalho). A psiconutrición ou psicoloxía da alimentación estuda a nosa relación coa comida. Ten en conta as nosas emocións, condutas, así como o noso contexto social e de relacións. Non só se trata de dar resposta aos trastornos de alimentación (anorexia, bulimia, atracóns...) senón que tamén dá cabida ás dificultades de diagnosticar. Comer compulsivamente, darse atracóns, ter ansiedade

pola comida, rexeitamento ao corpo, facer dietas crónicas e outras dificultades relacionadas coa comida e co corpo son o noso pan de cada día na consulta.

A psiconutrición ofrece estratexias, conceptos e teorías co obxectivo de traballar dunha maneira positiva a relación coa comida. A maneira na que comemos é unha mostra de como nos queremos. Utilizando isto como punto de partida, invítanos a construír novas formas de relacionarnos con nós mesmos para sanar a maneira na que comemos. As preguntas que un deba facerse son as seguintes:

- Preguntáchesse algunha vez como inflúen as túas emocións á hora de comer?
- Despois dun día complicado comes de forma compulsiva?
- Abres a neveira cada vez que sintes que te aburres?
- Tes un conflito e comes rápido, sen conciencia e con ansiedade?
- Cantas veces ao sentir preocupación ou medo comes para sentir alivio?



É bastante común que poidamos refuxiarnos na comida para que nos axude a calmar emocións desagradables. E cando isto se converte nun hábito o risco pode ser demasiado alto. Dependendo totalmente da comida para encher vacíos ou evitar sentir emocións pode volverse na nosa contra, facéndonos aumentar de peso, sufrir hipercolesterolemia, diabetes, culpa, obsesións, sentimentos negativos... (o que coñecemos como fame emocional). A comida pasa a ser un reforzo a curto prazo co fin de deixar de sentir estrés, an-

siedade, medo, aburrimiento... Despois de dita conduta aparecen emocións negativas de forma que volvemos recurrir á comida para sentirnos mellor. Caemos así nun círculo vicioso. E entón é cando a axuda dun profesional experto é imprescindible. Os trastornos da conducta alimentaria (TCA) son tamén trastornos mentais, con orixe en diversas causas de orixe psicolóxico, familiar, sociocultural e biolóxico. Esta alteración da conduta conleva que a persona afectada sufra problemas físicos e psicossociais. Os TCA caracterízanse por comportamentos dirixidos a controlar o peso, síntomas ansiosos e depresivos, características obsesivas e funcionamento social pobre. Ao satisfacer os antoxos tan só se está poñendo un parche ás carencias que esa persoa poida ter. Así que se chegaches ata este extremo é momento de que poidas resolver a túa ansiedade de raíz. Identificar por qué a comida ten tanto peso na túa vida será o primeiro paso para descubrir ferramentas que nos poidan axudar.

Os comedores compulsivos inxiren grandes cantidades de comida perdendo o control sobre a mesma. Soen vivir esta experiencia como unha condición igual á que poderían ter con outra substancia como o alcohol ou o tabaco. Empregan a comida para evadirse, refuxiarse e evitar experimentar emocións desagradables. Normalmente teñen unha longa historia de dietas con fracasos recorrentes.

Qué aprenderás en consulta? A darlle un significado ás condutas compulsivas, xestionar as emocións, aumentar a seguridade e a confianza, aprender a escoitar os sinais do corpo, nutrir o corpo correctamente e alcanzar unha vida máis plena e feliz. Traballando o rexeitamento a hábitos saudables, os bloqueos, a imaxe corporal, as estratexias de afrontamento, o autoconcepto, o autocoidado e a autoestima e as causas que levan a unha mala relación coa comida o éxito producirase. Poden poñerse en contacto con nós no teléfono 604 086 408. Felices festas!!

## Seres non-binarios

## CULTURA E MÚSICA



Rebeca Maseda

**B**lack Mirror é realmente o futuro que nos espera? A exitosa serie de Netflix reflexa dun xeito moi creativo á par que brutal unha visión dun mundo futurista a medio prazo, donde nalgúns capítulos podemos ver situacións que non están moi lonxe da realidade actual. A tecnoloxía como raíña absoluta das nosas vidas, as redes sociais establecendo o novo status social do que ningún parece poder escapar..., vamos, a apocalipse. É evidente que sufrimos unha auténtica revolución tecnolóxica nestes últimos 20 anos sen parangón e dun xeito moi exponencial, o cal nos fai reflexionar sobre se estamos realmente preparados para semellantes cambios, non só como individuos senón como sociedade. Existen diferencias moi notables entre as persoas que naceron con ou sen Internet, smartphones, re-

des sociais, etc. Estas novas -e parece que inseparables- ferramentas xa forman parte indispensable da nosa vida diaria e modifican comportamentos, formas de actuar, e o máis importante, crean novas estruturas de pensamento. Loxicamente, este cambio de paradigma tamén ten unha grande influencia sobre o mundo laboral e por iso estou absolutamente convencida de que o tipo de profesións que coñecemos como "artísticas" serán, sen dúbida, as "profesións raíña" do s.XXI. As máquinas, os ordenadores poden facer unha cantidade inimaxinable de tarefas, cada vez máis, que desprazan ao ser humano. Pero por agora -e espero que para sempre-, a arte é un concepto plena e puramente humano. Con isto non quero dicir que a tecnoloxía non sexa de gran axuda para o mundo artístico, simplemente que, en esencia, o traballo da mente creadora, das ideas, é exclusivamente humano. Escritores, ilustradores, pintores, compositores, músicos, actores, etc., son, na miña humilde opinión, a flor e a nata dunha

sociedade humanista. O seu traballo é único, insubstituíble por unha máquina. Como sabiamente apunta a miña boa amiga Raquel García-Tomás -gañadora actual do Premio Nacional de Música na especialidade de composición-: "As profesións artísticas son AS PROFESIÓNS do s.XXI". ¡E non podería estar máis de acordo! Incluso nas empresas tecnolóxicas, como por exemplo o xigante de Google, sábese que as persoas do departamento creativo adquiren unha grandísima relevancia. Nin as entrevistas de traballo escapan a criterios artísticos. A importancia da "titulitis" -que desgraciadamente tanto padecemos nalgúns sectores en España- difumínase pouco a pouco para crear espazos donde a creatividade, as boas ideas ou a capacidade para traballar en equipo conforman os ingredientes básicos do candidato ideal. Eu, como músico profesional que son, quixera alzar a voz para reivindicar o valor da miña profesión e que, por suposto, debe comezar polo respecto a nós mesmox. Máis que nunca, nestas circunstancias

tan estranas que nos toca vivir, debemos sentirnos orgullosos e afortunados de poder adicarnos a unha profesión tan extraordinaria que nos permite estar en contacto con algunhas das máis grandes obras de arte da Historia: dende a música de Bach ou Tomás Luís de Victoria ata compositoras actuais como a miña queridísima Raquel García-Tomás. Pero é que, ademais do luxo de poder interpretar a Beethoven ou Mozart, xogamos co maravilloso mundo das emocións, dos sentimentos. Non hai sensación máis gratificante para un músico que ao remate dun concerto se achegue unha persoa a felicitarte polo teu traballo, porque igual despertaches unhas emocións esquecidas ou escondidas... Resumindo, a posibilidade de crear instantes únicos e especiais na vida de alguén é, simplemente, máximo. E por iso debemos esforzarnos sempre en dar o mellor de nós, en mimar cada nota, cada frase; sen perder a ilusión nin un só segundo en cada ensaio ou concerto. Porque sí, somos privilegiados.

Partindo de tales premisas poderemos entón esixir o apoio dos gobernos, das institucións porque, sen dúbida, deben apostar por un compromiso firme coa cultura, teñen a responsabilidade de xestionar os recursos públicos para o ben e disfrute común. O mundo das profesións artísticas é sublime e complexo. Cada vez que lemos un libro, contemplamos un cadro ou ilustración, asistimos a unha representación teatral ou concerto, vemos unha película no cine, etc. debemos ser conscientes do traballo infinito que hai detrás. Mentres creadoras sen descanso, búsqueda de ideas únicas, horas e horas de reflexión, vamos, a esencia do ser humano. Tarefas dunha gran profundidade e complexidade que escapan ao mundo da tecnoloxía, das máquinas, da linguaxe binaria. Así que non esquezamos xamais que o ser humano é o centro da creación artística. Creamos nunha sociedade humanista onde a arte inunde as nosas vidas por enriba de todo, porque sí, é a nosa razón de ser e existir. Orgullo "non-binario".

# AXENDA

## EVENTOS

### 2º RALLYE MARIÑA LUCENSE

11, 12 e 13 de decembro  
O Vicedo, Xove e Cervo

### ROTEIROS DE ARTE

11 de decembro  
Castelo de Castro douro, Alfoz

### TEATRO: O TERAPEUTA

12 de decembro  
O Vicedo

### ROTEIRO POR OUROL

12 de decembro  
Ouro

### GALA O CENTIÑO

12 de decembro  
Foz

### TEATRO: O MEU MUNDO NON É DESTE REINO

13 de decembro  
Ribadeo

### CURSO DE COMUNICACIÓN DIXITAL E MARKETING

14, 15 e 16 de decembro  
Xove

### TEATRO: UNIVERSO UN CANTAR

19 de decembro  
O Vicedo

### TEATRO: OS NENOS DA VARIOLA

19 de decembro  
Foz

### TEATRO: COUSAS DE BARES

20 de decembro  
O Vicedo

### V RUN FOZ RUN

20 de decembro  
Foz



### CONCERTO DE NADAL SUAKAI

27 de decembro  
Foz

### TEATRO: GAELA QUERE SER DRUÍDA

27 de decembro  
Lourenzá

### NADAL NA BIBLIOTECA

28 de decembro  
Alfoz

### CONCERTO DE NADAL E.D.M.

31 de decembro  
Foz

### PROXECCIÓN O QUE ARDE

11, 12, 18 e 19 de decembro  
Lourenzá

### VISITA DE PAPÁ NOEL

23 de decembro  
Lourenzá

### VISITA DE PAPÁ NOEL E ELFOS

23 de decembro  
Foz

### TEATRO: CARAPUCHIÑA VERMELLA

23 de decembro  
Foz

### CONCERTO DE NADAL

24 de decembro  
Foz

### TEATRO: OS FABULOSOS CLEANERS

26 de decembro  
Foz



## EXPOSICIÓNS

### XANELAS AO MAR

Permanente  
Locais de Ribadeo

## CONCURSOS

### NOVELA VILAR PONTE 2021

Ata o 2021  
Viveiro

### CONCURSO DE POSTAIS

Alfoz - Ata o 11 de decembro  
Xove - Ata o 14 de decembro  
Lourenzá - Ata o 16 de decembro

### I CONCURSO DE CONTOS

Ata o 15 de decembro  
Vegadeo

### CONCURSO DECORACIÓN

Inscripción ata o 23 de decembro  
Mondoñedo

### ILUMINA POLO NADAL

Sen data  
Burela

## a elección de...



**Rubén Rábade**  
Presidente da Asociación de Veciños de San Román do Vicedo

un libro



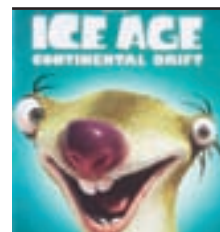
Las aves Marinas de Estaca de Bares de Antonio Sandobal

un disco



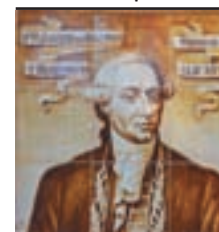
Ningún en especial, pero adoito escoitar música Indie

unha película



Ice Age

un personaxe histórico



Francisco Javier Balmis. Director da Real Expedición Filantrópica

un lugar para visitar



Illa Coelleira

un sitio onde vivir



Calquera lugar desde onde se poida ver o mar

unha comida



Un prato de culler. Lente-llas, fabada, callos, etc

unha bebida



Un ribeiro bebido en cunca e servido en xarra

Máis eventos en:

[www.amariñaxa.com](http://www.amariñaxa.com)

**O Petisco**  
Viñoteca

Vinos de D.O. Galegos  
Vinos de D.O. das diferentes rexións da xeografía nacional  
Racións elaboradas con produtos da zona e coa calidade Galega

**CALIDADE E BO PRECIO ! - MONDOÑEDO MOLA!**

Praza do Concello, 12, 27740 Mondoñedo, Lugo - Tel.: 627 792 015

**» VENDEMOS «**  
**en HOTEL - RESTAURANTE**  
**XOVE - LUGO**

- 3 Plantas • 17 Habitaciones con baño, exteriores, vistas al mar, campo y montaña • Restaurante con capacidad para 160 personas
- Vivienda familiar con 4 habitaciones, 1 baño, salón-comedor
- 4.000m de aparcamiento y jardines
- 2 Terrazas cubiertas y cerradas

**COMPLETAMENTE EQUIPADO Y FUNCIONANDO**

**PRECIO INTERESANTE 667 711 712**

## DESCUBRINDO O PATRIMONIO

# Ourizo de Cervo, unha primavera con sabor

Desde 2001 desenvólvense unhas xornadas técnicas sobre este produto que conta coa súa propia festa gastronómica



O ourizo de mar é un produto típico da Mariña pola súa abundancia, o que fixo que Cervo se convertise nunha das vilas mariñas de referencia no consumo do ourizo, que se captura entre os meses de febreiro e marzo

O ourizo de mar, ou *Paracentrotus lividus*, pertence á familia dos equinodermos, que se caracteriza por ser especies bentónicas, é dicir, posuír espiñas móbiles e pel ambulacrales que lles permiten desprazarse polos fondos mariños de maneira moi lenta.

Os meses de febreiro e marzo son

os indicados para capturar este preciado produto gastronómico que, de recibir escasa atención ao principio, pasou a significar unha exquisitez polo seu sabor, e unha importante fonte de ingresos para a comarca da Mariña Occidental.

A abundancia destes animais nas

augas da Mariña lucense converte ao concello de Cervo nunha das capitais galegas do ourizo, máis aínda desde que naceu en 1992, na parroquia de San Cibrao, unha festa gastronómica para dar a coñecer este produto e promocionar a riqueza cultural, paisaxística e gastronómica do lugar.

Para a festa dedicada a este apreciado equinodermo, que constitúe a base de diferentes receitas, é necesario recoller os ourizos os días previos, para poder comelo frescos ou cocidos, con apio nabo, con wasabi, con mango, con algas, con guacamole, con pomelo e ata con chocolate.

Eso si, só valen exemplares recollidos como moito tres días antes. Con motivo da Festa do Ourizo chegan a consumirse preto de 8.000 quilos deste equinodermo en bares e restaurantes da vila prepáranos de diferentes formas: croquetas, empanada, tortilla, ao natural, cocidos, pudín... para que o público poida degustalo nun



ambiente festivo amenizado por un grupo de gaiteiros que percorre os establecementos onde se serve este preciado manjar.

Desde 2001 desenvólvense unhas xornadas técnicas sobre o ourizo de mar, que pretenden profundar en coñecemento deste produto, e desde 2002 celébrase un concurso gas-

tronómico no que participan hostaleiros que colaboran no evento.

A festa, declarada en 2008 de Interese Turístico Gallego, celébrase anualmente entre finais de febreiro e principios de marzo, xa que a tempada ideal para degustar os ourizos de mar sitúase entre xaneiro e marzo.



Un ourizo entre as rochas dunha praia



Unha imaxe da degustación de ourizos nas xornadas do ano pasado

**PÍDANOS PRESUPUESTO Sin compromiso**

**VIVEIRO ASESORES**  
David Gómez Rosa - Colegiado Nº 2-1120 COAFGA

Asesoramiento fiscal, laboral y contable

Tramitación de subvenciones

Correduría de seguros

Gestión de comunidades de propietarios

C/ Misericordia, 41, Viveiro  
Telf.: 982 570 123  
www.viveiroasesores.com

Consejo General de Colegios Administradores de Fincas España