

## sarria

A Deputación renovará a estrada de Santa María a Castro de Rei de Lemos. **Pax. 3**

## o incio

O proxecto de Aldea Sostible de Covo construír 16 vivendas pasivas. **Pax. 12**

## láncara

O concello ofrecerá o servizo Preescolar na Casa gratuitamente. **Pax. 14**

## triacastela

Unha nova campaña de escavación perseguirá achados na Cova Eirós. **Pax. 14**

## o páramo

O Concello participa nun programa de emprego para impulsar a formación feminina. **Pax. 18**

## Comeza setembro e con el novos proxectos



**escolas.** Abertas as inscricións para as diferentes escolas musicais e deportivas.

**iniciativas.** Posta en marcha de novas ideas como as casas niño e museos.

**deportes.** Arranca a tempada de fútbol e a Copa Deputación de Fútbol Sala.

## Regresa a Sarria o festival Garitosis

O encontro terá lugar na praza da Vila o 1 de outubro e está organizado por Rúa da Música. **Pax. 4**

## Reconversión da casa de Fidel Castro

A casa natal da familia de Fidel Castro vive unha segunda vida como museo. **Pax. 15**

## Concurso de Poesía



Aberto o prazo para os poemarios do certame Fiz Vergara Vilariño. **Pax. 10**

## Feira de Artesanía



O Incio acolle unha nova edición da posta en valor dos produtos da terra. **Pax. 11**

## Certame Manuel Oreste



XXVII edición do certame literario Manuel Oreste Rodríguez López. **Pax. 18**

## Rematan as actividades da Deputación

Saborea a túa provincia e Actívate percorreron todas as comarcas con gran éxito. **Pax. 19**

**ESTE VERÁN FIBRA ÓPTICA -50%!**

CONTRATA FIBRA ESTE VERÁN E AFORRA ATA UN - 50% DURANTE 6 MESES

Queremos axudarche a levar mellor esta época de subida de prezos POR ISO DENDE HOXE ATA O 30 DE SETEMBRO, CONTRATA A TUA FIBRA ÓPTICA A METADE DE PREZO E DESFRÚTAA DURANTE 6 MESES! Como o les, sen trampa nin cartón

Oferta dispoñible en: Sarria, Monforte, Chantada, O Barco, A Rúa, Xinzo, Arariz, Celanova, Vilalba, Mondoñedo, Ribadeo, Foz, Burela, Antas de Ulla, Arzúa, Melide, Monterroso, Palas de Rei, Silleda e Taboada

**its**  
internet | telefonía | televisión

C/ Calvo Sotelo 164, Baixo (frente a Correos) 27600 Sarria (Lugo). Tel: 982 093 000  
info@its.gal / facebook.com/ITSarria  
@its.comunicacions / www.its.gal

## SARRIA

## 175 cativos do programa Concilia Sarria visitaron a cidade de Lugo



O presidente da Deputación de Lugo, José Tomé Roca, recibiu aos 175 nenos e nenas que participan no programa Concilia do concello de Sarria na quenda da segunda quincena de agosto. A institución provincial colabora con esta visita a Lugo co desprazamento, para o que fretou catro autobuses.

José Tomé, que estivo acompañado polo deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, e o concelleiro de Benestar Social de Sarria, Benjamín Escontrela, deu a benvinda no Salón de Actos aos rapaces e rapazas, de 3 a 12 anos de idade, e aos seus 13 monitores, desexándolles unha xornada divertida que recorden no futuro e animándoos a coñecer a Deputación e a cidade. Os nenos percorreron despois as dependencias do Pazo de San Marcos e os xardíns e recibiron como agasallo o libro Colorea a túa provincia. Logo pasearon pola Muralla e foron ao cine.

### PROGRAMA CONCILIACIÓN.

Esta iniciativa que se vén celebrando dende hai varios anos, corre a cargo do Departamento de Servizos Sociais do concello de Sarria.

Nela organízanse diversos actos culturais e deportivos durante os meses de verán destinados a tódalas idades, tales como a visita a exposicións, o teatro cómico e infantil, diversos campamentos urbanos ou cursos de natación. Ese é o eixo transversal do programa deste ano: o deporte. Pero non só os habituais, terán cabida tamén actividades coma a hípica, a natación, o tenis, a ximnasia rítmica, o baloncesto, o fútbol ou o voleibol.

A iniciativa estase a desenvolver dende o 28 de xuño de 2022 nas instalacións dos centros Frei Luis de Granada e Gregorio Fernández de Sarria co principal obxectivo de brindar tódalas ferramentas aos pais para que poidan conciliar a vida persoal e profesional.

## O concello sarriao acolle unhas xornadas sobre o pastor alemán

Os amantes desta raza están de noraboa e é que a Delegación de Galicia do Real Club Español do Can Pastor Alemán en colaboración co Concello de Sarria, afondarán na figura do pastor alemán cunha sesión de adestramentos aberta ao público e unha exposición sobre as curiosidades desta raza.

Durante a fin de semana dos días 3 e 4 de setembro, tódolos asistentes poderán gozar dunhas xornadas cun altísimo nivel por parte de tódolos participantes (pre-campionato de España).

O sábado 3 terán lugar os adestramentos con figurantes enc real cepa 2022 ás 17.00 horas con Raúl Carballar e Fabio Peña, "dous dos figurantes da proba de coraxe da Sieger", segundo destacan integrantes da Delegación.



E o domingo día 4 estará aberta ao público a exposición a partir das 09.00 horas coa participación de figuras como Javier Estévez Ogando,

Rafael Ortiz, Roberto Caputi e Saturnino Florez.

Dende a Delegación de Galicia do Real Ceppa "invitan a todo aquel que o desexe á presieger do domingo".

As actividades terán lugar na zona deportiva do parque do Chanto.

Para calquera dúbida ou para ampliar información, o perfil da Delegación de Galicia do Real Club Español de Perro Pastor Alemán en redes sociais, aconsella contactar con Marcos López Somoza ou con Javier Estévez nos seguintes números de teléfono 696 615 045 ou 669 432 673.

As inscricións pódense realizar dende hoxe no seguinte enlace <https://realceppa.es/inscripciones-delegacion-galicia/>

## Un total de 220 novos alumnos están inscritos este ano na escola musical

A escola de música de Sarria pecha as matrículas con todas as prazas cubertas de cara ao próximo curso, que comezará a finais de setembro con doce especialidades diferentes.

Un total de 220 estudantes foron os seleccionados para este curso que comeza en setembro e 49 quedaron en lista de espera.

Varios dos participantes cursarán estudos de distintos instrumentos, de entre tódalas matrículas, cabe resaltar que setenta e catro formalizábanse por primeira vez.

ESPECIALIDADES. Do total de matrículas, 19 son en clases de estimulación musical temperá (dirixida a nenos de 0 a 3 anos de idade), 41 en música e movemento, 39 en piano, 8 en piano complementario, 33 en guitarra e acordeón, 26 en clarinete e saxofón, 18 en fruta, 13 en

trompeta, trompa e trombón, 5 en tuba e bombardino, 2 en gaita e 27 na especialidade de percusión. A materia con maior demanda por parte dos alumnos é linguaxe musical, con 128 solicitudes.

A escola, situada na rúa Pedro Saco, foi fundada nos anos 70 para crear canteira para a banda municipal de música e ao nutrido grupo de músicas con que conta a vila e a súa comarca.

**Muévete**  
a **BigMat**  
viñas

982 530 060  
[www.bigmat.es](http://www.bigmat.es)

BigMat Viñas en el Polígono de San Julián de la Vega de SARRIA con más de 6.000m<sup>2</sup> de instalación en baños, bricolaje, electricidad, fontanería, herramientas, jardinería, materiales de construcción, pinturas y decoración.

Parking gratuito

DESFRUTA ESTE VERÁN CO MELLOR MOBILIARIO PARA TERRAZA E XARDÍN

Muebles Celeiro

Vilapedre 27614 (Crta. Lu546, km16)  
Sarria - Lugo  
Tel.: 982 532 451 - 625 662 962  
[www.mueblesceleiro.com/](http://www.mueblesceleiro.com/)  
[mueblesceleiro@gmail.com](mailto:mueblesceleiro@gmail.com)

## Cen veciños de Valenzuela regalan unha alfombra floral

Un total de cen alfombristas de Valenzuela, na provincia de Córdoba, regalaron ao concello de Sarria unha alfombra floral de grandes dimensións, na que traballaron durante unha fin de semana, fronte á igrexa de San Salvador.

A alfombra convértese así nun férreo símbolo de irmandamento entre pobos a través desta preciosa arte.

A vila de Valenzuela foi invitada a formar parte da Comisión Xestora de Entidades Alfombristas do Camiño de Santiago, xa que este municipio ten na festa do Corpus Christi un elemento diferenciador que encerra en sí mesmo a súa principal característica. O deseño da alfombra de flores multicolor de centos de metros encherá as rúas da poboación, na mencionada festividade.



**ALFOMBRA XACOBEO.** A Alfombra mundial do Xacobeo deste 2022, conta coa participación de 310 cidades de todo o mundo. Entre estas cidades que se inscribiron ao evento de Arte Efímero atópanse 107 españolas, 74 italianas, 28 da India, 22 de México, 14 de Portugal e outras tantas repartidas noutros países

de todo o mundo.

O proxecto, impulsado un ano máis pola Comisión Xestora de Entidades Alfombristas do Camiño de Santiago, foi deseñado por Antonio Cuhna de Setúbal e sitúa a cruz de Santiago coma o faro que guía aos peregrinos cara poñente. É unha alfombra na honra a Santiago Apóstol.

## O Concello de Sarria investiu nas festas de San Xoán 148.000 euros



O concello de Sarria presentou as contas das festas de San Xoán, celebradas do 23 ao 27 de xuño e que tiveron un custe para as arcas municipais de 148.549,43 euros. A maior cantidade foi destinada ás orquestras, as cales levaron máis da metade do presuposto dedicado ás festas patronais

Máis da metade do presuposto levárono as orquestras, a gran aposta nestas festas patronais, xa que se contou con algunhas das principais formacións como Panorama, Los Satélites ou El Combo Dominicano.

O concello gastou ademais 21.381,49 euros en pasarrúas, grupos e abonar as correspondentes taxas á Sociedade Xeral de Autores e Editores (SGAE). Outros 43.072,94 euros dedicáronse ao son, á publicidade, á pólvora, á iluminación e á pancetada da noite do lume.

O concello tiña este ano un presuposto de 150.000 euros para as patronais, de forma que quedou un saldo positivo de 1.450,57 euros. A isto hai que sumarlle os ingresos polas taxas polas atraccións, polas

que se recibiu 6.661,53 euros.

O concello duplicou neste exercicio o presuposto destinado ás patronais en anos anteriores á pandemia, que era de 75.000 euros. Segundo explicaron, esta cantidade non era o custo real e, por exemplo, en 2019 gastáronse 160.000 euros.

Os responsables municipais tamén realizaron un balance dos festexos nos que se optou pola recuperación da festa tradicional, sacar á rúa e ter boas orquestras.

Fixeron fincapé na parte institucional das patronais, co pregón, que correu a cargo do alcalde de Valladolid, con vínculos con Sarria. No referente á noite do lume, o que se buscou é que fora realmente unha noite con espectáculo de lume.

Valorouse a localización na rúa Castela e o seu entorno. Apostando así por mantela para o próximo ano, no que se buscara levar un deseño similar do programa pero sen rexeitar que se poidan buscar ingresos alternativos ao achegamento municipal.

## A Deputación renovará a estrada de Santa María a Castro de Rei de Lemos

A Deputación de Lugo informa de que a estrada LU-P-5709, que une as parroquias de Santa María e Castro de Rei de Lemos por Vilamaior, no concello de Sarria, permanecerá cortada á altura do quilómetro 8,140 durante un máximo de dúas semanas, co fin de acometer os traballos de renovación da obra de drenaxe transversal existente neste punto, unha estrutura que serve para canalizar a auga do denominado Rego do Barcelo e, polo tanto, evitar filtracións de auga

na vía. Na actualidade, a calzada está cortada parcialmente para evitar a circulación de vehículos debido aos danos que sufriu a obra de drenaxe.

As actuacións que se levarán a cabo consisten no corte do pavimento para a demolición e retirada do firme actual, a retirada da obra de drenaxe existente e, posteriormente, a execución da nova base, para rematar co afirmado e a pavimentación da estrada.

Os usuarios da vía contarán con desvíos alternativos sinalizados.



**VTC**

# Urban

Hacemos tu camino  
**MÁS FÁCIL**

- Vehículos premium • Hasta 8 plazas
- Convenciones • Bodas
- Servicios a empresas
- Traslados a aeropuertos
- Nacional e internacional

Tfnos.: 659 160 498  
650 578 924  
669 422 320  
<https://urbantaxi.es/>

# “A Garitosis pon en valor o nivel musical que temos en Sarria”

Carlos López, tesoureiro de Rúa da Música, organizadores deste festival

## Quen forma parte da organización do Festival Garitosis e que posto ocupades cada un?

O festival Garitosis está organizado polo equipo directivo da Asociación Rúa da Música, que por norma xeral varía anualmente, estando este ano como presidenta Eva Fernández. Conta ademais coa colaboración dos socios para levalo a cabo.

## Vemos que este ano celébrase a X edición... dende cando se leva celebrando e como xurdiu a idea do festival? Tivo que aprazarse por mor da pandemia, verdade?

O festival nace no ano 2011, cunha envergadura e infraestruturas mínimas, organizado por un colectivo de músicos da vila, que aínda non estaban constituídos como asociación e, nace dun xeito totalmente espontáneo, sen ningunha pretensión. A raíz de este primeiro festival, coa premisa de continuar levándoo a cabo e de coordinar as iniciativas culturais deste grupo de xente, é cando xorde a idea de crear a asociación no seguinte ano. Así, o festival realízase ininterrompidamente cada ano ata a súa IX edición, no ano 2019. Logo, obviamente, a pandemia tamén parou o noso festival, que retoma neste 2022, como ben dis, a súa X edición.

## Os artistas invitados ao longo destes anos seguen unha mesma liña musical ou son moi diferentes entre eles? Que características os unen ou os diferencian?

Creo que a principal liña que segue o festival consiste na participación de bandas da vila en tódalas súas

edicións, cobrando estas un papel relevante no cartel do festival. Para nós é un xeito de poñer en valor o nivel musical que temos en Sarria e a cantidade de iniciativas que xorden. Se nos referimos a estilos musicais, podemos dicir que a Garitosis é un festival de rock e música moderna en tódalas súas vertentes, e por el teñen pasado bandas de rockabilly, punk, reggae, blues e outros estilos similares.

## Dos que forman este ano o cartel, que resaltaría?

Stop Stop é unha espectacular banda que vén xirando internacionalmente presentando o seu último disco “Low Cost Life”. Porco Bravo é un grupo de Barakaldo que tamén vén presentando o seu novo traballo “Somos”; e Lujuria é unha consolidada banda de heavy metal nacional que realiza este ano a súa xira XXX aniversario. As tres son bandas que merece a pena ver dentro do panorama rock, con longas traxectorias e directos moi contundentes. Skintight, Chico López, Louband, Sound Sisters e Zostial son grupos sarriás, que xa temos visto tocar pola zona e, maiormente, xa somos coñecedores do seu potencial musical. Destacamos este ano a presenza de Zostial, como unha nova proposta que se dá a coñecer no noso festival.

## Para que tipo de público se realiza o festival?

A Rúa da Música sempre realiza as súas actividades de xeito grauíto para toda a vila, mesmo os concertos que teñen lugar no local social, e por suposto, os exteriores. E aínda que este sexa un festival de

tendencia rock, agardamos a asistencia de gran parte de público da vila, ademais de público foráneo, xa que as bandas que integran o cartel son de calado.

## Vimos de coñecer que noutros festivais celebrados recentemente houbo problemas coas medidas de seguridade... como son as que se levan a cabo no Garitosis?

O festival Garitosis é un festival de pequeno formato, e as medidas de seguridade son facilmente asumibles por parte da Asociación. Aínda así o festival conta con seguros que cobren altercados e accidentes, incluíndo traballadores e público. Empresas profesionais



de montaxe e son, que garanten unha calidade máxima. Zonas acotadas para artistas e público. Existirá coordinación cos corpos de seguridade, sempre tratamos de poñer todo pola nosa parte neste aspecto.



## Participan bandas de tódolos puntos ou só aquelas que teñen a súa orixe no municipio de Sarria?

Os grupos sarriás forman parte do cartel tódolos anos, pero non son o único aliciente. Na Garitosis podemos ver ao longo deste tempo tanto a bandas consolidadas no panorama blues de Reino Unido como Stephen Dale Petit como a grupos que despuntaban no seu estilo coma Five Black Bullets (hard rock – Jaén), The Royal Flash (rock – Madrid) ou Aphonnica (metal – Vigo).

## Coñécese xa o cartel completo do festival cos grupos e os horarios das actuacións?

A Garitosis será totalmente grauíta como tódolos anos. Tradicionalmente adoitamos facer unha festa presentación, previa ao festival, e que entra dentro da programación do mesmo. O propio festival Garitosis terá lugar na Praza da Vila o sábado 1 de outubro, e contará co seguinte cartel: El Chico López (12.30 horas), Louband (13.30 e 23.00 horas), Sound Sisters (19.30 horas), Porco Bravo (21.30 horas), Lujuria (00.15 horas) e Zostial (02.15 horas).

## Canto tempo leva organizar un festival así e cal é o investimento que se precisa? Cales son os orga-

## nismos colaboradores?

Nós traballamos durante todo o ano para levar a cabo o festival, xa sexa a nivel financiamento, xa que somos unha entidade sen ánimo de lucro, contratacións, coordinación... Ademais, o festival non sería posible sen a colaboración do Concello de Sarria, tanto a nivel económico como estrutural. Contamos tamén coa colaboración de Mahou como patrocinador principal.

## Algunha edición que recordedes con especial cariño ou algunha anécdota?

Traballamos en tódalas edicións con igual entusiasmo e entendo que cada un de nós terá diferentes lembranzas e percepcións de cada ano. Os primeiros anos, para min foron moi significativos para o festival e para darlle continuidade no tempo, pero tamén é un gusto velo medrar ano tras ano.

## Quen está convidado a participar na celebración deste evento?

Si, dicir simplemente que toda a vila está convidada a participar do noso X aniversario. E contamos coa súa asistencia tanto na Garitosis o 1 de outubro coma na súa festa de presentación o 1 de setembro.



**OSO BLANCO**  
LAVANDERÍA AUTOSERVICIO

WWW.LAVANDERIASOSOBLANCO.ES

AHORA PUEDES PAGAR CON TU MOVIL

1. Descarga OSO BLANCO LAVANDERÍAS
2. Regístrate
3. Busca la Lavandería

POR CADA RECARGA DE **10€** TE REGALAMOS **1€**




Rúa Calvo Sotelo 20 SARRIA - (LUCCI)  08:00 a 22:30

Rúa Calvo Sotelo 199 SARRIA - (LUCCI)  08:00 a 22:30



**albisar**  
CONSTRUCCIONES Y CUBIERTAS

**ESPECIALISTAS EN REFORMAS Y REHABILITACIONES**

CUBIERTAS DE PIZARRA  
COLOCACIÓN DE PIEDRA  
ESTRUCTURAS DE NAVES  
EXCAVACIONES Y TRANSPORTES  
OBRA NUEVA

LG. VILAMEA, 2 - 27619 SARRIA - TFNO.: 616 212 698 

## O PP critica o estado de varios parques e xardíns do municipio

Varios integrantes do Partido Popular do concello de Sarria expoñen as súas queixas acerca de espazos naturais do municipio como o parque do Chanto ou o Xardín Vertical.

Os Populares alegan que “o estado das fontes públicas do parque do Chanto é lamentable xa que carecen de subministro de auga” e solicitan ao goberno que tome cartas no asunto.

Buscan que “este problema se solucione o antes posible xa que afecta a tódolos veciños do municipio” que ata o de agora, non poden facer uso delas.

Por outra banda e como manifestan no seu perfil de redes sociais, tamén fan públicas as súas queixas no que ao xardín vertical

do municipio se refire. Afirmar que “custou 40.000 euros e foi contratado a dedo por Claudio Garrido a unha empresa foránea”.

O problema principal, segundo afirman os integrantes do partido e que “hoxe luce descoidado e abandonado mentres o concello non para de subir os impostos”.

**BENS COMÚNS.** O grupo popular de Sarria, vén de manifestar a súa desconformidade fronte ao estado no que se atopan algúns dos bens comúns da localidade lucense.

É por exemplo o caso de moitos pasos de peóns da vila que precisan ser repintados ou da escalinata maior pola que pa-

san diariamente os milleiros de peregrinos que percorren o Camiño de Santiago, que se atopa chea de maleza.

Segundo afirman varios integrantes do partido é algo que “levan trasladando en varios plenos dende fai tempo ao grupo de goberno, sen obter resposta algunha pola súa banda”.

**OUTRAS PARROQUIAS.** O mesmo sucede co parque infantil de Peruscallo que luce abandonado e sen que ningún neno poida facer uso das súas instalacións, e coas pistas situadas na parroquia da Pinza. Cuxos veciños teñen que sortear as fochancas, as silvas e a maleza que invaden a vía.



## A parroquia de Goián celebra as súas grandes festas esta fin de semana

San Miguel de Goián, no concello de Sarria, celebra as súas festas grandes esta fin de semana. O sábado día 3 terá lugar unha xuntanza cabalar ás 17.00 horas con saída no campo da festa. Percorrerase unha ruta marcada duns 20 quilómetros cunha parada para tomar uns pinchos e posteriormente, haberá unha churrascada ás 21.30 horas no mesmo campo da festa. A inscrición é obrigatoria e o prazo estará aberto hasta o 31 de agosto, pódese realizar chamando ao seguinte número de teléfono 669 423 754 (Diego) ou a través do correo electrónico luli28032001@gmail.com (Lour-



des).

A verbena estará amenizada polo Dúo Venus e haberá quei-

mada para tódolos asistentes.

O domingo día 4 celebrarase a misa maior ás 13.00 horas seguida da procesión. Haberá misas todo o día a partir das 09.00 da mañá e pola tarde misa ás 19.00 horas.

A sesión vermú correrá a cargo do Grupo Alba e a partir das 21.30 horas haberá festa e verbena co Grupo Alba e a orquestra Os Satélites.

E para rematar os festexos, o luns 5 de setembro haberá misa ás 13.00 horas seguida de procesión, sesión vermú co grupo M-3 Show e festa e verbena coa actuación do mesmo grupo.

## O mercado Quilate de antigüidades segue cada primeiro sábado de mes

Volve de novo a celebración do mercado Quilate cuxos postos ao aire libre ofrecen multitude de obxectos de segunda man e outros restaurados que farán as delicias de tódolos asistentes.

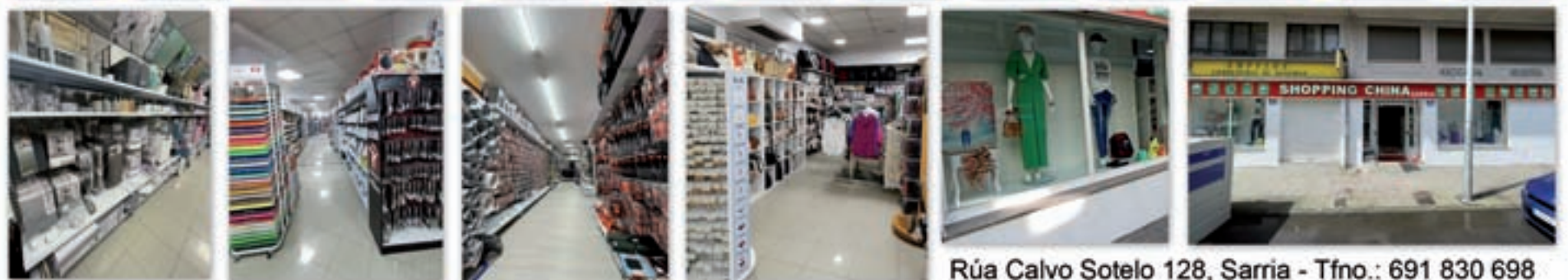
O primeiro sábado de cada mes, a rúa Porvir do concello de Sarria acolle esta celebración situada na coñecida rúa dos anticuarios, no solar número 24-26 propiedade do concello.

Unha mestura de coleccionismo e antigüidade que comezou a organizarse xa nos anos 90. Ben sexa polos seus ambientes ou polas curiosas historias que agochan os obxectos que se atopan

nun mercado, estes lugares teñen algo especial que engancha a un público de tódalas idades: turistas, xente da vila, anciáns xente máis nova... logran facerse cun público asegurado.

Neles pódense atopar toda serie de cachivaches do máis útil pero co que realmente se disfruta e co feito de rebuscar entre a maraña de mobles, obxectos e rarezas para conseguir atopar verdadeiros tesouros agochados. Artigos que van dende as antigüidades máis rechamantes, aos obxectos de estilo máis vintage, outros de coleccionista e cousas moi curiosas.

## SHOPPING CHINA SARRIA



Rúa Calvo Sotelo 128, Sarria - Tfno.: 691 830 698

# “O deporte é a mellor medicina que hai, parece increíble”

Iván Fernández Fernández é o propietario do establecemento SaludX10

Iván Fernández Fernández, licenciado en Ciencias da Actividade Física e do Deporte e emprendedor, propietario do negocio SaludX10 en Sarria.

**Queremos coñecerte un pouco. Fálanos de ti, da túa experiencia persoal no mundo do deporte, se o practicaches dende sempre e se sempre che gustou.**

Sempre estiven ligado ó mundo do deporte. Sempre me gustou xogar a fútbol, pero non foi ata os 15 anos cando comecei a xogar nun equipo federado, a Sarriana. E cada vez gustábame máis, porque me aportaba moitas cousas. Fisicamente sentíame moi ben e ademais resultábame moi divertido, pero decateime de que me daba moito máis. Coñecín moita xente e fixen moi bos amigos. E supoñíame unha vía de escape de outros problemas que hai no día a día, xa que mentres xogas ou realizas adestramentos, estás concentrado o 100% neso, e o resto do mundo non existe.

**Cóntanos cal é o teu papel no negocio e se tes máis compañeiros e compañeiras.**

Cando abrín empecei eu só, co cal ademais de levar a xestión do centro, tamén era adestrador. Agora conto coa axuda de outras dúas persoas, que son Martín López López e Lucía Sánchez Castro, que están todo o ano. E durante o verán estivo tamén Roi López López para cubrir vacacións. Ademais, para a parte de nutrición, contamos con Olalla López Portela, que é técnico superior en dietética.

**Como e por que decidiches emprender e por que con este proxecto? Que ten de especial para ti?**

Decidín iniciar o camiño do emprendemento grazas a un libro que lin fará uns 5 anos que se titula Como hacer posible lo imposible. Non estaba contento co meu estilo

de vida e sabía que necesitaba un cambio. Escoitei o título deste libro na radio mentres conducía o camión do meu pai, que era transportista de leite (onde eu tamén traballaba daquelas), e decidín mercalo. Para min supuxo un antes e un despois. Empecei a comprender que eu podía crear o estilo de vida que quixese. Só tiña que enfocarme no que quería e buscar a maneira de conseguilo. A raíz de aí fixen cursos de emprendemento que me cambiaron a maneira de pensar e de entender a realidade. A verdade é que xa levaba varios anos coa idea de abrir este negocio e custoume moito tomar a decisión, non quería arrepentirme de non intentalo. Debido aos estudos que realiceí neste ámbito, comprendín a gran importancia de facer exercicio e levar unha alimentación saudable. Non para ter un corpo perfecto, senón para ter unha boa saúde e calidade de vida. Entón vin que este modelo de negocio estaba funcionando moi ben noutras cidades, así que decidín probar. Tamén tiven a sorte de contar con moita axuda. Primeiro de meus pais, que aínda que o vían arriscado, confiaron en min. E logo ademais da xente coa que me rodeaba, doutra xente con moita experiencia no ámbito empresarial. O negocio ten de especial para min que é algo que creei eu no que estou poñendo todo o meu empeño, co cal estamos axudando a moita xente a mellorar a súa saúde e calidade de vida, e que me serve tamén como forma de expresión da miña identidade e desenvolvemento da miña forma de ser. Obrígame a estar nun proceso constante de formación e aprendizaxe para sacar o mellor de min.

**Qué ofreces ao público? Porque escoller o teu centro fronte aos da competencia?**

Traballamos principalmente con grupos reducidos, pero cada integrante do grupo adestra de forma

individualizada. En función dos obxectivos e necesidades de cada cliente, plantexamos un plan personalizado de exercicio e/ou alimentación, totalmente adaptado a cada un, tendo en conta as súas características ou limitacións, cun adestrador á súa disposición durante todo o proceso que o asesorará en todo momento, ademais de dar pautas para levar un estilo de vida saudable. Non me gusta falar de competencia nin compararme con ninguén salvo con nós mesmos para seguir mellorando. Cada centro ten a súa metodoloxía adecuada para o seu perfil de cliente. Nós tratamos de coñecer a fondo a cada cliente e darlle o que necesita en cada sesión. Tamén ofrecemos unha sesión de adestramento de proba gratuíta para que a xente coñeza a nosa maneira de traballar antes de inscribirse.

**En que tipo de adestramento centras a túa actividade? Porque escolliches ese método e cales son os resultados que a xente pode ver co teu traballo?**

A nosa ferramenta é o adestramento funcional, que é aquel enfocado en mellorar as capacidades de cada individuo para afrontar as actividades da vida diaria. Son sesións dinámicas e variadas dedicadas na súa maior parte a facer exercicios de fortalecemento de todo o corpo, e tamén exercicios de mobilidade e flexibilidade. Gran parte de dolores musculares, lesións e enfermidades están moi relacionados coa falta destes tres factores (entre eles contracturas, obesidade, enfermidades cardiovasculares como colesterol, triglicéridos, hipertensión, diabetes ou dolores articulares) pero tamén é unha ferramenta fundamental para a prevención e o tratamento de problemas mentais. Está máis que demostrado cientificamente que o exercicio de forza reduce os niveis de depresión e de estres e



axuda a mellorar a autoestima e o estado de ánimo. Tamén é clave para a prevención e tratamento de osteoporosis, sarcopenia, síndrome premenstrual, catarros e outras enfermidades coma o cancro, o alzheimer ou o parkinson.

**Hai algún exercicio ou técnica innovadora que esteas a poñer en práctica?**

Estamos poñendo en práctica unha terapia innovadora que se chama Bemer, que serve para reactivar a microcirculación naquelas zonas do corpo na que está diminuída. O efecto que produce é un mellor aporte sanguíneo a todos os tecidos, co cal aceleráanse procesos de recuperación, mellora rendemento físico e mental e aumenta a eficacia do sistema inmune, co cal fai o organismo máis resistente antes calquera posible enfermidade ou lesión.

**Cantos alumnos hai anotados agora mesmo? Nótase que hai certos meses con máis afluencia de xente ca outros?**

Agora mesmo temos sobre 160 clientes. Os meses de verán adoitanos ter algunha baixa pero vanse cubrindo con altas de xente que vén de vacacións e que busca un adestrador persoal.

**Canto tempo leva aberto o negocio? Tivo unha boa acollida por parte do público?**

Abrimos o centro en decembro do 2019, pero a acollida foi moi boa. Non sei cómo vai evolucionar, pero imos a facer todo o posible para que siga sendo así. Sobre todo que cada cliente siga mellorando.

**Hai moita competencia en Sarria**

**ou non existen apenas negocios coma este?**

Xusto coa nosa metodoloxía creo que non hai, pero non sei exactamente. Si que hai varios centros deste sector, con bos profesionais que levan moitos anos, pero creo que cada un ten o seu perfil de cliente.

**A parte de adestramentos, ofreces tamén servizo de nutrición?**

O servizo de nutrición lévao Olalla López Portela, que é Técnico Superior en Dietética. A filosofía é a mesma, facer un plan personalizado de alimentación. Non damos dietas estandarizadas porque aparte dos alimentos que se consumen no día a día de cada persoa entran moitos factores como son os horarios de traballo, se hai tempo ou non a preparar a comida, se hai que facer a comida para moitos, se hai moitos eventos sociais, se se está tomando medicación, se hai moito estres... Entón hai que ter en conta todos estes factores e ensinar a ter unha boa relación coa comida. Que a xente comprenda o impacto que ten cada alimento no seu organismo e ensinarlle a xestionar a alimentación en base a todo isto. Hoxe en día todos sabemos máis ou menos o que debemos comer e o que non se queremos ter boa saúde, pero porque non se fai? Pois porque todo isto non se ten en conta. Entón se queremos conseguir resultados permanentes, todo isto é imprescindible. Por iso os plans que facemos son adaptados a cada persoa, tendo en conta todas estas circunstancias.

**Algún consello para aquela xente que non se decide a facer deporte?**

Si, que saquen o tempo de onde sexa. É o mellor medicamento que hai. Parece increíble a enorme cantidade de beneficios que ofrece. Eu non digo que veñan a xunto de nós, poden practicar deporte pola súa conta ou acudir a calquera profesional. A vantaxe de ter un profesional é que vai haber menos risco de lesión e o proceso vai ser máis controlado ademais de dificultar o abandono. Pero o exercicio e a alimentación saudable son fundamentais e imprescindibles para ter máis enerxía e boa saúde e calidade de vida. Que empecen xa. Da igual a idade. Canto antes empecen mellor, máis beneficios.

**CBD MEDICINAL ECOLÓGICO**

Especialistas en el dolor de huesos, músculos, fibromialgia, cáncer, varices...

SIN EFECTOS SECUNDARIOS

COMPRUEBALO POR TI MISMO

Rúa Calvo Sotelo 95. Sarria- Lugo  
Telf. 982 530 232

TEMPORADA PRIMAVERA 2022

EL MUNDO EMPIEZA EN TU JARDÍN

CÚRVALO CON TU ESPECIALISTA STIHL. LA SARRIA HÁLLALO EN TU ALMACÉN

**Ferretería Sarria**

Pedro Saco 33. Sarria  
Telf. 982 532 202

## A vila acolle unha mostra sobre os 50 anos da Casa Museo de Rosalía



A mostra A Casa de Galicia: 50 anos da Casa de Rosalía, conmemora o medio século da apertura como museo da casa de Rosalía de Castro. Pódese visitar dende o día de hoxe e ata o próximo día 5 de setembro. Esta exposición, promovida pola Fundación Rosalía de Castro, chega a Sarria da man da vicepresidencia da Deputación, en colaboración coa asociación cultural Sarricanta e o concello.

A exposición plasma a historia da compra, restauración e posterior musealización do lugar no que a escritora pasou os derradeiros anos da súa vida. É unha exposición itinerante que circula polas distintas comarcas e reproduce as diferentes estancias da vivenda, cuxo obxectivo principal é o de poñer en valor a obra de Rosalía de Castro.

**A CASA.** A casa na que Rosalía de Castro viviu os seus derradeiros, restaurouse en 1971 e converteuse na casa museo en 1972.

Neste espazo propónse un percorrido polos acontecementos que marcaron a vida e a obra de Rosalía. Na planta baixa, o visitante pode apre-

ciar a verdadeira dimensión desta emblemática figura da cultura galega e universal: a súa vida, o entorno que a rodeou e a relación do pobo galego coa figura da escritora. E na primeira planta, denominada "O seu", propónse unha recreación da casa rural da época, entre labrega e fidalga.

Dende a súa inauguración, a Casa de Rosalía coa horta e as instalacións complementarias, converteuse nun epicentro cultural de Galicia.

**A MOSTRA.** Os obxectivos que se definiron á hora de facer a renovación das instalacións poden condensarse en tres retos: quen precise información debe achar a esencial, quen coñeza a historia debe poder evocar o mito e a persoa que entre con curiosidade ha saír conmovida. Grazas a esta renovada museoloxía, dirixida por Pepe Barro, enténdese de forma máis efectiva a importancia de Rosalía como referente, como figura central da cultura galega e como eixo dunha familia que funcionou como unha auténtica factoría cultural ao servizo do Rexurdimento galego.

## Aprobada a Relación de Postos de Traballo coa abstención do PP

Por primeira vez na historia e co voto a favor de tódolos grupos políticos, salvo do Partido Popular que decidiu decantarse pola abstención, o concello de Sarria aproba no pleno a Relación de Postos de Traballo.

A RPT que segundo varios integrantes de distintos partidos era unha necesidade dende hai moitos anos para o municipio, permitirá seguir deseñando a estrutura laboral do concello e mellorar os servizos prestados aos cidadáns.

**FINALIDADE.** A Relación de Postos de Traballo (RPT) é o instrumento técnico a través do cal se realiza a ordenación do persoal nun determinado municipio, de acordo ás necesidades dos servizos e indicando os requisitos esixidos para o desempeño de cada posto (titulación específica, carnés necesarios, licen-

cias especiais...), así coma a súa denominación, características esenciais dos mesmos (complementos de destino e específicos) e determinación das súas retribucións complementarias.

A modificación de cada posto de traballo só pode realizarse a través dela e non por unha simple aprobación nun modelo orgánico.

A RPT é o principal instrumento organizativo e de xestión de recursos humanos nas administracións, posto que diseña a súa estrutura interna, ordenando e clasificando ao persoal segundo a realización concreta do traballo a desenvolver.

Mediante a RPT racionalízase e ordena a función pública e é un instrumento esencial da política de persoal a incluír na mensión económica ou orzamentaria.

A súa aprobación leva pendente dende hai tempo.

## Aberto o prazo de presentación de candidaturas para a presidencia do PP da localidade

Véñese de coñecer a convocatoria do Congreso Local do PP de Sarria levada a cabo pola Xunta Directiva Local, pola que se abre o prazo de presentación de candidaturas para todo aquel que desexe formar parte da presidencia do Partido Popular do concello de Sarria.

A través das súas propias redes sociais, o partido manifesta que hoxe mesmo comeza este prazo para entregar calquera documento e que rematará o vindeiro xoves 8 de setembro.

Segundo eles mesmos afirman, será o día 9 cando se produza a proclamación das candidaturas presentadas e xa o sábado 24 de setembro, terá lugar a celebración do Congreso Local.

Os modelos de presentación das follas a precandidatos á presidencia local do Partido Popular, pódense consultar na páxina web do partido ou directamente no seu perfil de facebook

## Contacontos o día 7

O mércores día 7 ás 19.00 horas no parque do Chanto terá lugar o espectáculo Little Neno Descubre Os Beatles (en caso de trasladarse á Casa da Cultura).

Cando Little Neste caso o espectáculo consiste nun conta contos teatralizado e musicalizado dirixido a toda a familia cun pequeno concerto final que xira, arredor das cancións dos Beatles. O narrador é o encargado de xerar un vínculo co público, pois é un dos

elementos centrais desta festa da música.

Unhas caixas situadas no escenario conteñen instrucións para ir facilitando esa interacción, que aumenta cando no medio do público van xurdindo músicos que porán banda sonora ao espectáculo.

A medida que avanza a aventura de Little Neno polo mundo dos Beatles, un grupo musical irá tocando os temas aos que se refire cada escena.



## PREFABRICADOS Y HIERROS TOURÓN

- Montaje de naves ganaderas en general
- Estructuras
- Cerchas y pórticos
- Cubiertas de naves en uralitas y panel sandwich
- Taller de ferralla
- Cubículos de hormigón prefabricados



NUEVO SERVICIO: PLANTA DE HORMIGÓN



Móvil: 692 946 694  
629 817 933

comercial@hormigonesartai.com

Prefabricados y Hierros  
**TOURON, S.L.**

Vilar de Sarria, 34  
27614 Sarria - Lugo  
Tel.: 982 530 469 - Fax: 982 535 501  
Móvil: 629 802 700 - 629 817 933  
email: hierrostouron@gmail.com

# A MAXIA DAS PARROQUIAS

## Santo Estevo de Calvor

**Esta parroquia sarriá, dentro do Camiño, conta cunha pequena igrexa asentada sobre un castro primitivo**

A parroquia de Santo Estevo de Calvor, no municipio de Sarria, ofrece aos peregrinos un patrimonio moi valioso.

É unha parroquia moi pequena que na actualidade conta con tan só 88 habitantes. Sitúase no Camiño Francés no punto quilométrico 119,665, a 120 quilómetros de Santiago de Compostela.

Tanto a igrexa coma o cemiterio, aséntanse sobre o primitivo castro que na documentación medieval aparece citado como "Castro Astorica in Villa Calvaria". Nel

pódense contemplar defensas, fosos e antigos terrapléns. Aquí é onde se xuntan os dous itinerarios que van dende Triacastela a Sarria: o Camiño de San Xil e a súa variante que pasa polo mosteiro de Samos, un dos cenobios máis antigos de España e que mantén viva a súa antiga hospedaría. As pontes de Perros e Barxa desapareceron no ano 1909 como consecuencia dunha gran riada. Santo Estevo de Calvor atópase ao leste do municipio, en pleno Camiño de Santiago.



O núcleo de Pintín é o primeiro lugar do Concello de Sarria da Ruta Xacobeá. Foi Jaime Félix López Arias, cronista oficial da vila, quen grazas a un estudo decatouse do patrimonio artístico desta parroquia. Polo que respecta á actividade asistencial a peregrinos, créese que a última casa do pobo en dirección a Sarria puido servir como hospital de peregrinos. Na actualidade, funciona como pequeno albergue público cunha capacidade para 12 persoas e pertence á Xunta de Galicia.

**A IGREXA.** O templo parroquial está consagrado a San Pablo e Santo Estevo. Sábese que foi fundado no século VIII por un presbítero de nome Adrián e algúns monxes do veciño mosteiro de Samos, ocupando un solar. Xa no ano 902, o arcebispo Theodonando púxo baixo a tutela de Samos. O templo actual é moderno, do século XIX aínda que conserva algúns vestixios románicos. O retablo maior é de estilo barroco nun dos seus corpos e a pila de auga bendita procede

dun primitivo capitel de traza visigótica de estilo suevo que posiblemente formaba parte da igrexa primitiva (existe outro capitel da mesma época que foi levado á igrexa de Seteventos). Ademais desta construción, na parroquia documéntase a aparición de numerosas capelas como a de Nosa Señora da Asunción que se atopa en Aguiada e data do século XVIII, a capela de Nosa Señora do Camiño que está situada en Perros e conta cun retablo neogótico e a capela de San Salvador que estaba en Barxa pero desapareceu co paso do tempo. Existen ademais dous castros, o de Calvor que conserva os fosos e parte da muralla, e o castro de Allariz no que apareceron restos cerámicos. A igrexa actual, revocada en branco, debe o seu aspecto a unha restauración levada a cabo hai pouco máis dun século. É de planta rectangular con cuberta en lousa a dúas augas. Construída en cachotaría e ladrillo e revocada e pintada de cor branca, agás nos esquinais, os vans e o arco de medio pun-

to da porta de acceso que son de cadeirado. A porta principal sitúase aos pés do templo, aos seus lados ábreanse dous vans rectangulares e sobre a porta un óculo. Espadana de dous vans. No interior salienta unha imaxe da Virxe co Neno situada no altar maior de factura barroca. Ten dúas campás de distinto ano de fabricación, unha moito máis moderna ca outra. A primeira delas, cuxo fabricante aparece denominado como Blanco, foi fabricada no ano 1902 e ten unha altura de 68 centímetros e un diámetro de 81 centímetros. Está actualmente en uso e leva a inscrición "Jhs y María año de 1902, Blanco me hizo, Monforte, Soy donación de D.N Antonio Lopez Diaz de Pintín". A segunda das campás foi fabricada no ano 2000 por Fundicións Pardo, ten unha altura de 72 centímetros e un diámetro de 80 centímetros. Tamén se atopa en uso na actualidade e a inscrición que leva é "Jhs y María Sta Barbara Fundiciones Pardo Lugo Year 2000".



**MOVIMIENTOS DE TIERRA Y EXCAVACIONES**  
Venta de aridos: zahorra, piedra, grava, arena

**José Luis MATANZA** 657 982 987  
SARRIA (LUGO)





# COMARCA

## Visita ás casas niño de Triascastela e Samos, dentro da rede galega

Jacobo Rey fixo unha visita aos cativos das casas niño situadas nos concellos lucenses de Navia de Suarna, Samos e Triascastela.

Durante la xornada, o director xeral de Familia, Infancia e Dinamización Demográfica lembrou que “estas pequenas escolas infantís son 100% gratuítas para as familias e permiten crear recursos de conciliación e atención á infancia nos municipios menos poboados de Galicia.

O pasado mes de xuño publicouse unha nova orde no Diario Oficial de Galicia co aumento destes centros infantís elevando a 440 as prazas dispoñibles en toda a comunidade para nenos de 0 a 3 anos de idade. Isto supón a creación dende o ano 2016 dun total de 93 centros, dos cales 23 están na provincia de Lugo. Jacobo Rey afirma tamén que “Galicia é un lugar máis cohesivo e familiar grazas á creación das casas niño, ao fomentar a igualdade de oportu-



nidades entre o rural e a cidade”. Así mesmo, apunta que “estes centros permiten crear recursos de conciliación naqueles lugares onde non existía”.

O goberno galego sitúa entre as súas prioridades o impulso de servizos que axuden ás familias a desenvolver o seu proxecto de vida. Neste senso, neste próximo curso

2022-23, Galicia será pioneira en facer gratuíta a educación infantil en todas as escolas infantís, unha medida que beneficiará a 30.000 familias galegas.

Galicia conta na actualidade con 440 prazas nestas pequenas escolas infantís situadas en municipios con poucos habitantes. As casas niño son completamente gratuítas.

## A Deputación fará proxeccións de cine ao aire libre en concellos da comarca

A Deputación de Lugo programa 40 proxeccións de filmes en galego nos meses de agosto e setembro, coa colaboración de asociacións e concellos das distintas comarcas.

As galegas *Cuñados* e *Malencolía*, a inglesa -dobrada ao galego- *O noso último verán en Escocia*, a

película de animación da cineasta ferrolá Chelo Loureiro *Valentina e Bella e o Circo Máxico*, tamén dobrada ao galego, son as películas que forman desta programación de cine ao aire libre, coa que a área de Cultura contribúe a ampliar a axenda cultural dos concellos nos meses de verán, ao tempo

que se ofrece a posibilidade de ver cine en galego de forma colectiva en lugares alleos aos circuitos comerciais.

Así, as proxeccións chegarán a distintas localidades da provincia pero na comarca sarriá estarán nas localidades de Sarria, Triascastela, O Páramo, Láncara e O Incio.

## A CHMS alerta do uso posible de captacións temporais de auga



A Confederación Hidrográfica do Miño-Sil (CHMS), organismo autónomo dependente do Ministerio para a Transición Ecolóxica e o Reto Demográfico, a petición do PP de Lugo sobre a forma de paliar a problemática asociada á situación de seca chega tarde e é incompleta, esquecéndose de gandeiros e outros usuarios.

Neste sentido e despois de última oficina técnica da seca, indicar que se cursaron as oportunas cartas na que se incluía un parágrafo para o efecto, que se transcribe a continuación, xunto coa ligazón ao formulario e un anexo moi claro coas instrucións e os teléfonos para calquera dúbida ou aclaración.

“Doutra banda, no caso de que nese municipio precísense novas

captacións para garantir o abastecemento urbano ou para algunha explotación gandeira que así o precise, pode solicitar unha autorización do aproveitamento, Captación Temporal, mediante o procedemento recolleito no artigo 77 do Regulamento do Dominio Público Hidráulico, aprobado mediante o Real Decreto 849/1986, do 11 de abril, e cuxo impreso de solicitude poden descargarse na seguinte ligazón.

É importante lembrar que as entidades locais poden, en uso das súas competencias e #ante problemáticas sobrevindas, decretar situación de Emerxencia e executar obras de captación de forma inmediata en paralelo á solicitude que han de cursar aos organismos de conca.



# SALUDx10

**PROGRAMAS PERSONALIZADOS DE ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN PARA:**

- Pérdidas de grasa
- Fortalecimiento de todo el cuerpo
- Tratamiento y prevención de problemas de espalda
- Recuperación de una lesión

**GRUPOS DE ENTRENAMIENTO AL AIRE LIBRE**

**1 CLASE GRATIS ¡INFÓRMATE SIN COMPROMISO!**

Curros Enríquez, 1 Bajo, Sarria  
www.saludx10.es / info@saludx10.es

625 618 335 | Saludx10 | Saludx10

## ARQUITECTO TÉCNICO



OFICINA TÉCNICA  
ARQUITECTURA

XOSÉ BRAIS PEREIRO CHAOS  
arquitecto técnico

PROYECTOS TÉCNICOS | DIRECCIONES DE OBRA

COORDINACIONES DE SEGURIDAD Y SALUD

CERTIFICACIONES | INFORMES

TRABAJOS TOPOGRÁFICOS

ASESORAMIENTO TÉCNICO EN CONSTRUCCIÓN

URBANISMO

SARRIA (LUGO)

676 559 980

## Triacastela e Samos xogarán partidas simultáneas coa Escola de Xadrez

O delegado territorial de Lugo, Javier Arias, subliña que Tu Xacobeo patrocina esta actividade que acollerán os municipios de Lugo, Triacastela, Samos, Portomarín e Palas de Rei.

O evento no que participarán 20 xogadores e 6 adestradores desenvolverase do 1 ao 5 de setembro con exhibicións abertas a peregrinos e a todo aquel que queira asistir.

A concentración Mozos Peregrinos está organizada pola Escola Luguesa de Xadrez e achegará mostras simultáneas aos concellos de Lugo, Triacastela, Samos, Portomarín e Palas de Rei.

A Xunta de Galicia apoia este encontro a través do programa Tu Xacobeo, no que participarán 20 rapaces xogadores amaters que recibirán os consellos e coñecementos de 6 adestradores no entorno do Camiño de Santiago.



Entre tódalas actividades previstas, Arias destaca “a exhibición do Gran Maestro Ilmars Starotitsque que terá lugar en Triacastela ou o torneo de rápidas, que xunto ás concentracións no albergue xuvenil de Portomarín e o percorrido de diferentes tramos do Camiño,

farán desta unha actividade entretida que permitirá estimular a mente dos rapaces e poñelos en contacto coa natureza”. A concentración finalizará o martes, 6 de setembro, cunha exhibición na Praza Maior de Lugo, concretamente no taboleiro de xadrez.

## O SLG alerta de demoras para solicitar a dependencia e a discapacidade

O Sindicato Labrego Galego (SLG-CCLL) vén de dirixirse ao Consello Galego de Benestar a través da vogal do SLG-CCLL neste órgano, Margarida Prieto Ledo, para alertar do enquistamento de importantes retrasos nas citas para as valoracións de discapacidades no Centro Base de Valoración de Lugo, “tendo sido detectada a ausencia de tramitación en solicitudes de cualificación de grao -novas e de revisión- presentadas dende o mes de agosto do 2021”.

“Esta situación está a crear im-

portantes prexuízos ás familias e persoas con diversidade funcional que precisan urxentemente da activación do apoio nos cuidados aos que teñen dereito a tenor da normativa desenvolvida en materia de dependencia”, indican.

Alertan de que isto xenera tamén dificultades de carácter administrativo e de xestión cotiá, vinculadas a esta demora. “É o caso daquelas persoas que tiveron que facer a declaración de renda sen saber se teñen dereito ás deducións por grao de discapacidade e que, no

caso de acadala, veríanse obrigadas a facer unha declaración da renda rectificativa ou complementaria, retrasando en moitos meses a percepción da devolución correspondente, que tería que estar solicitada na declaración de IRPF que rematou o pasado 30 de xuño”.

No caso das deducións por discapacidade de ascendentes a cargo con discapacidade ou cónxuge podíase ter percibido mensualmente, polo que pode haber o caso de persoas que teñan sen cobrar como mínimo 1.100 euros.

samos

## A Deputación apoiou a Feira de Artesanía e Produtos Naturais



O deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, asiste á décimo cuarta edición da Feira de Artesanía e Produtos Naturais da Ponte Lúzara, no concello de Samos.

A Deputación de Lugo achega a esta cita, que busca dinamizar a

vida social e económica do municipio, 4.600 euros a través do Plan Único de Cooperación cos concellos. Na visita, na que percorreron algúns dos postos da feira con produtos tradicionais e naturais, Rivera Capón estivo acompañado de Julio Gallego Moure, alcalde.

## Aberto o prazo para os poemarios do certame Fiz Vergara Vilariño

Chega unha nova edición do certame, a número vinte dúas, que un ano máis entregará un premio de 6.000 euros xunto coa publicación do poemario gañador por parte da editorial Espiral Maior.

O concello de Sarria en colaboración coa agrupación cultural Ergueitas, participan un ano mais na organización desta iniciativa que pretende

achegar ao público, obras inéditas en poesía de autores descoñecidos. Cun prazo de solicitudes xa aberto e que se pechará no mes de outubro, tal e como se vén de publicar no Boletín Oficial da Provincia, aqueles participantes interesados poden consultar as bases do certame ou ampliar calquera información necesaria na web do concello de Sarria ou no número de teléfono 982 535 000.

Será fundamental que os traballos presentados estean escritos en galego e teñan unha extensión mínima de 500 versos. É moi importante tamén que non foran premiados en ningún outro certame.

O poemario gañador darase a coñecer antes do 30 de decembro e o xurado desta edición do Fiz Vergara Vilariño estará formado por persoas de prestixio no mundo da creación ou a crítica literaria.

Lembremos que Fiz Vergara Vilariño, un poeta nado no concello de Samos, formou parte do colectivo Cravo Fondo. A súa poesía tiña inicialmente un marcado carácter social, que foi derivando máis tarde cara un maior intimismo. A poesía paisaxística, amorosa e existencialista predomina nos seus textos dende a súa obra Orfo de ti en terra adentro (do ano 1976).

**MORENO**  
inmobiliaria

Paseo do Malecón, 10  
27600 Sarria- Lugo  
Telf. 982 530 454

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

**GESA**  
ENERGIA

ASESORAMENTO ENERXÉTICO A PARTICULARES E EMPRESAS  
PARA MAXIMIZAR O AFORRO NAS FACTURAS DE LUZ E GAS

Axudámosche a optimizar as túas facturas de enerxía?

Escanee este código QR e envíenos a túa factura de luz/gas para facerche unha comparativa de aforro personalizada:

Entra e infórmate!  
982 876 681  
sarría@xenera.com

**XENERA**  
COMPAÑÍA ELÉCTRICA

A principal comercializadora de enerxía 100% galega. Concedida de 100 anos de licenza.

GESA ENERGIA Colaborador Oficial de **XENERA**

## Estudan as claves para mellorar a produción dos seus castiñeiros

Un total de 35 persoas participaron no curso organizado polo colectivo As Cavarcas e financiado pola Deputación de Lugo, cuxo obxectivo é estudar os soutos do Incio.

A través deste curso, os integrantes recibiron formación sobre coidados xerais dos castiñeiros para a prevención de enfermidades e sobre a mellora produtiva que pode supoñer o seu inxerto.

Ademais da exposición teórica sobre os distintos tipos de inxerto, o alumnado puido poñer en práctica esta técnica co asesoramento de expertos en castanicultura.

A deputada de Medio Rural Mónica Freire destaca “a boa acollida e a utilidade desta acción formativa nun concello con moitos soutos tradicionais e con condicións naturais para a plantación destas árbores autóctonas” e encara o apoio a esta iniciativa “no compromiso cos colectivos que traballan por un rural vivo, promovendo o aproveitamento dos seus recursos”.

O curso, terá unha segunda parte



Curso no que participaron os veciños para estudar os soutos

o vindeiro 24 de setembro cunha xornada sobre coidados xerais e poda de froiteiras.

**PLAN ESTRATÉXICO.** O propio concello do Incio está a executar tamén o Plan estratéxico do castiñeiro tal e como declaraba o conselleiro de Medio Rural, José González Vázquez, co que se plantarán ata o ano 2025 un total de 3.500 hectáreas desta especie para froi-

to, 2.000 máis para a produción de madeira e se restaurarán 2.000 hectáreas de soutos.

Sobre o Plan do castiñeiro, o titular de Medio Rural explica que “se contempla unha inversión pública e privada de case 22 millóns de euros ata 2025, co obxectivo global de recuperar unhas 8.000 hectáreas de soutos e plantar outras 16.000 hectáreas máis para a produción de madeira e froito”.

## A XII Feira de Artesanía e Produtos da Terra volve o día 4 de setembro

O concello do Incio celebra este domingo día 4 de setembro a XII Feira de Artesanía e Produtos da Terra coa participación de 25 postos que poderán ser visitados a partir das 11.00 horas na Praza de España.

Haberá música, unha verbena dos anos 50, xogos tradicionais e un obradoiro de baile para entreter aos máis cativos, nun evento que volve tras máis de dous anos sen celebrarse por mor da pandemia da covid-19.

**O PROGRAMA.** O encontro, que busca a recuperación e difusión dos oficios tradicionais, congregará un total de 25 postos de artesanía e produtos da terra. Ás 12.30 horas haberá un obradoiro de baile aberto a quen queira participar e ás 16.00 horas haberá xogos tradicionais e populares para nenos e maiores. Ás 17.00 horas celebrarase unha verbena dos anos 50 “coma as de antes” que correrá a cargo de Oxeito na que se recrea o ambiente, a música



ca e os bailes das verbenas en Galicia dos anos 40 e 50. A actuación contará coa colaboración da Asociación Cultural As Xeitosas do Incio. A continuación será a quenda da Charanga Ardores. Os postos de artesanía e produtos da terra estarán abertos ata a tarde.

O alcalde, Héctor Corujo, lembra que esta feira naceu froito do entusiasmo dos veciños e veciñas por recuperar a memoria dun modo de vida, polo que convida a asistir a todos os galegos e galegas e a aqueles que estes días nos visitan.

4  
40º ANIVERSARIO

PARLAMENTO DE GALICIA

EXPOSICIÓN  
O PODER DA PALABRA  
40 ANOS DO PARLAMENTO DE GALICIA | 1981 - 2021

LUGO  
8 DE SETEMBRO - 8 DE OUTUBRO

SEDE AFUNDACIÓN  
Praza Maior, 16 Lugo

Horario  
Luns a venres de 17.30 a 20.30 h  
Domingos e festivos pechado

Colabora:  
//Afundación  
Obra Social ABANCA

## Nova subestación para a electrificación do ferrocarril no 2023

Cun orzamento de máis de 4 millóns de euros, está previsto que para o ano seguinte, o concello do Incio poida ter xa instalada esta rede eléctrica que se situará xunto ao corredor Nadela-Monforte, na saída de Magnesitas de Rubián.

A construción desta nova liña eléctrica afectará de forma directa a catorce propiedades do municipio.

Esta actuación, executada pola Rede Eléctrica de España, ten como principal obxectivo establecer unha liña aérea de dobre circuíto e de case medio quilómetro de lonxitude, que conectará a rede actual coa subestación de transporte de enerxía denominada O Incio.

Cun investimento de máis de 4 millóns de euros por parte da

Rede Eléctrica de España, estanse a executar os diferentes permisos necesarios para levar a cabo a obra.

Segundo o Diario Oficial de Galicia, o prazo de posta en marcha das instalacións será de doce meses a contar dende a data do derradeiro permiso administrativo necesario para os traballos. A compañía tamén solicitou unha licenza municipal, que está pendente de concesión.

A obra está incluída no plan de desenvolvemento da rede de transporte de enerxía, aprobado polo Consello de Ministros o pasado mes de marzo prevé varias actuacións ata 2026 entre elas, traballos que impulsarán a electrificación do transporte ferroviario do eixo Vigo – Ourense – Lugo – A Coruña.

## Invisten na mellora da rede de estradas e camiños municipais

As obras, que se enmarcan dentro do Plan de mellora de camiños municipais de acceso a parcelas agrícolas deste ano, levaranse a cabo nas parroquias de Penaxubeira, Noilán, Vilasouto e Calvos, así coma no camiño que une Outeiro e Pacios.

O obxectivo principal será o de pavimentar e acondicionar a rede de estradas e camiños, cun financiamento que acada os 141.500 euros.

As obras nas tres primeiras pistas ascenden a 91.200 euros e o prazo

de execución será de tres meses. Mentres que na estrada que conecta Outeiro e Pacios, destinaranse arredor de 50.300 euros e o prazo de execución será dun mes (a superficie deste camiño presenta un deterioro significativo polo paso do tempo e as inclemencias meteorolóxicas que quedará resolto logo das obras).

Os traballos incluirán tanto a mellora do pavimento coma a limpeza de cunetas para facilitar a circulación da auga.

## O proxecto de Aldea Sostible de Covo construírá 16 vivendas

O alcalde do concello do Incio, Héctor Corujo, participa na presentación desta iniciativa organizada por varios promotores, un deles veciño de Eirexalba, Danny Ray Portilla.

Este proxecto inclúe a construción de 16 vivendas sostibles, así como a rehabilitación dalgunha casa da mesma aldea que destinarán tanto á venda, como ao aluguer con fins turísticos.

**O PROXECTO.** A Aldea de Covo está situada en Eirexalba, unha zona rural do concello de O Incio, Lugo.

O proxecto de aldea sostible cubre máis de 20 mil metros cadrados e inclúe 16 vivendas pasivas que optimizarán os recursos existentes para reducir ao mínimo o consumo



de enerxía.

Cada vivenda terá a súa propia horta permacultura. A permacultura é a filosofía de traballar coa natureza,

en lugar de na súa contra; grazas a ela, poderase ter unha horta ecolóxica cuxo esforzo de mantemento sexa moito menor do normal.

## O Incio participará un ano máis nun obradoiro de emprego

Este obradoiro de emprego da Xunta de Galicia que compartirá con A Pobra do Brollón e Bóveda, instruírá a un total de vinte alumnos-traballadores encargados de adecuar espazos verdes.

O concello de O Incio contará con sete destes alumnos que durante un ano poderán formarse na especialidade de instalacións e mantemento de xardíns e zonas verdes.

O obradoiro que arrincará no mes de setembro, dará continuidade ao que se desenvolveu este ano no municipio, cunha duración de nove meses, e que tamén foi compartido con A Pobra do Brollón e Bóveda.

Os participantes terán formación teórica e práctica, recibindo ao finalizar un certificado de profesionalidade. Os alumnos encargaranse do mantemento das zonas verdes nas que xa actuou o anterior obradoiro (dende as áreas recreativas de Saa ou A Fervenza, pasando polo campo de fútbol, os xardíns da capitalidade municipal ou o núcleo de A Ferrería).

Nesta ocasión o concello de A Pobra do Brollón é o promotor do obradoiro, para o que se dispón dunha subvención de máis de 500.000 euros aportada pola consellería de Promoción de Emprego e Igualdade.

## O Concello compra un vehículo respectuoso co medio ambiente

O concello destinará preto de 40.000 euros á adquisición dun vehículo ecolóxico con distintivo ambiental que se empregara para actividades de xardinería e outras relacionadas co medio ambiente como a supervisión da calidade das augas e conservación e protección de recursos naturais, o patrimonio histórico ou cultural ou a biodiversidade.

A compra do automóbil estará financiada polo Fondo de Compensación Ambiental da Xunta de Galicia e polo concello do Incio. Entre as características principais deste novo vehículo, destaca que entre o motor e a súa enerxía de propulsión, adoita emitir menos de 120 gramos de dióxido de carbono (CO2) por cada 100 quilómetros percorridos.



# VA VEIGUELA ABOGADOS

SERVICIOS JURÍDICOS INTEGRALES DESDE HACE MÁS DE 30 AÑOS

ESPECIALISTAS EN DERECHO DE FAMILIA

ASESORAMIENTO EN PROCESOS DE SEPARACIÓN Y DIVORCIOS  
CUSTODIA COMPARTIDA • GUARDA Y CUSTODIA DE MENORES  
REGULACIÓN DEL RÉGIMEN DE VISITAS • RECLAMACIÓN POR IMPAGO DE PENSIONES ALIMENTICIAS • LIQUIDACIÓN DE SOCIEDAD DE GANANCIALES  
CAPITULACIONES PATRIMONIALES  
PAREJAS DE HECHO, CONSTITUCIÓN Y DISOLUCIÓN

¡Consúltenos!

📍 Plaza Mártires de Carral, nº 7, Entlo. Dcha., Lugo. ☎️ 982 228 606

📷 veiguelabogados 📱 veiguela abogados

## DE RUTA EN RUTA

# O Incio: Ruta do ferro

Un camiño de catro horas que percorre o pasado mineiro da localidade coa visita a varias covas hoxe en desuso

**E**sta senda transcorre por unha pista que mantén a súa altura pola ladeira norte dos montes Pico de Santa Bárbara, A Boibela e Penedo do Campo, todos eles a máis de 1.000 metros de altitude.

A senda comeza visitando a Pena do Chao, unha superficie rochosa cun petroglifo, onde existe tamén un magnífico mirador sobre o val formado polos ríos Antigua e Cabe. A continuación, o camiño achégase ás bocas de varias minas de ferro, como a Cova do Aviión, a Cova da Tinta ou a Cova do Couso. Estes montes ocultan pequenas e numerosas explotacións, algunhas da primeira metade do século XX e outras moi anteriores. Unha derivación de gran pendente ascende ata o Foxo de Lobos de Monteagudo, antiga trampa para decimar as poboacións de lobos que ameazaban ao pastoreo. Máis adiante, o percorrido achégase ata outro mirador na Pena de San Mamede. Dende este punto, a pista continúa ata a fonte do

Balneario, outrora concorrido e famoso manantial declarado de utilidade pública.

Recoméndase non acceder ao interior das minas.

O acceso a esta ruta poder ser dende Sarria ou dende Monforte de Lemos, a través da CG-2.2 ata a carretera LU-644, que dá acceso a A Cruz do Incio. O inicio en Chao de Namelas está na carretera que comunica as aldeas de San Pedro e Monteagudo, aproximadamente no quilómetro 3.

A lonxitude do sendeiro é de 6,1 quilómetros, o trazado principal mide 5,2 quilómetros e as variantes suman 900 metros de ida e volta.

O punto de chegada é a fonte do Balneario (próxima á aldea de A Ferrería, no concello de O Incio) e o punto de partida está nas proximidades de Chao de Namelas (tamén no concello de O Incio).

É unha ruta de dificultade baixa e de dúas horas de duración que percorre Chao de Namelas, Pena do Chao, Cova do Aviión, Cova da Tinta, Cova do Couso, Foxo dos Lobos, Pena de San Mamede ou Pena Escrita e a fonte do Balneario.

Recoméndase levar botas de montaña, provisiones e auga. O acceso para bicicletas está permitido malia que con algunhas reservas, igual que a ruta a caballo.

**UN ENGADIDO.** Os foxos de lobos son construcións cara as que eran conducidos estes animais para así poder darlles caza. Xeralmente están formados por un par de muros e un pozo. Os muros, que teñen altura suficiente para impedir ser superados polos animais, converxen nun buraco excavado no chan no que os lobos eran capturados.



## DATOS



4 horas



12 km.



Dificultade media



**GEOCLIMA ST**  
CLIMATIZACION - FRIO INDUSTRIAL  
ENERGIAS RENOVABLES - CALEFACCION



**SOLUCIONES PARA:**

- Comunidades
- Garajes
- Hipermercados
- Hospitales y clínicas
- Hostelería
- Instalaciones Agropecuarias
- Locales comerciales
- Naves Industriales
- Oficinas
- Salas informáticas
- Turismo Rural
- Vivienda residencial

**REALIZAMOS:**

- Climatización
- Ventilación
- Instalaciones térmicas
- Protección contra incendios
- Maquinaria de Hostelería
- Calefacción
- Suelo Radiante
- Refrigeración
- Pailas para chimeneas
- Recuperadores de calor
- Calderas

**INSTALACIONES Y MANTENIMIENTO**

  
REFRIGERACIÓN

  
CALEFACCIÓN

  
SOLAR TÉRMICA

  
BIOMASA

📍 Rúa das Mercadorías, 121 - Pol. Industrial O Ceao. 27003 - Lugo

☎ 982 814 147 / 636 462 063    🌐 [www.geoclimast.com](http://www.geoclimast.com)

DISTRIBUIDOR AUTORIZADO

# MÁSMÓV!L

NEGOCIOS

SERVICIOS INMOBILIARIOS  
SEGUROS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS  
SEGUROS GENERALES

**¡SE NECESITAN COMERCIALES!**

**VALIREY LUGO S.L.**  
Oscar Valiño Pin  
Ronda das Fontiñas Nº 215 Bajo - 27002 Lugo  
☎ 628 126 720 - [info@valireylugo.com](mailto:info@valireylugo.com)

triacastela

## Unha nova campaña de escavacións perseguirá achados na Cova Eirós



A Cova Eirós, pertencente ao concello de Triacastela, é a primeira cova en todo o noroeste peninsular onde se levan atopadas manifestacións de arte rupestre do período paleolítico. Arturo Lombera, que adoita ser coordinador das campañas de escavacións que se levan a cabo nesta superficie, encargárase tamén de supervisar esta iniciativa que se prolongará ata finais do mes de agosto.

Lombera explica que durante estes primeiros días os arqueólogos están recuperando material, "moita industria lítica e moita fauna". O obxectivo segundo afirma é "acadar en toda a superficie do sector da entrada os niveis de paleolítico medio, cunha antigüidade de 80.000 anos, así como terminar a análise nos niveis de paleolítico superior", sinala o codirector das escavacións.

No interior da cova, os arqueó-

logos ocupáranse de revisar os paneis e motivos artísticos para cerrar calcos de aqueles que permitan realizar un estudo máis en profundidade e revisar algúns sectores da cavidade que non se revisaran ata o de agora, na busca de novos motivos.

**DENDE 2008.** As investigacións que se están a desenvolver no entorno da Cova Eirós, forman parte do proxecto Ocupacións humanas durante o Pleistoceno na cunca media do Miño, dirixido polo historiador Ramón Fábregas e coordinado por Arturo de Lombera e Xosé Pedro Rodríguez. Dende 2008, desenvolvéronse coa actual, seis campañas de escavacións na cova e na entrada xa se localizaron varios niveis de ocupación do Paleolítico Medio e Superior, cunha antigüidade que oscila entre os 85.000 e os 35.000 anos, así como restos da Idade de Bronce e o medievo.

láncara

## O concello ofrecerá o servizo Preescolar na Casa gratuitamente

O alcalde do concello, Darío Antonio Piñeiro López, vén de asinar un convenio co programa Preescolar na Casa polo que ofrecerá o vindeiro curso este servizo de forma totalmente gratuíta.

O que se pretende, en palabras do rexedor, é que "Láncara sexa un exemplo de conciliación. Que os pais teñan a oportunidade de poder desenvolver tanto a vida persoal como a profesional coas menos trabas posibles", afirma Darío.

Preescolar na Casa é unha acción educativa, promovida por Cáritas, levada a cabo polas familias e nenos de 0 a 6 anos do rural galego coa axuda de orientadores. A súa acción educativa parte da vida diaria e ten as súas raíces no contorno físico-social dos nenos e nenas.



A súa denominación vén da importancia que lle da o programa á acción educativa dos pais, das familias e dos nenos, na súa propia casa por medio das experiencias, actividades diarias, aproveitamento do entorno dunha maneira consciente y reflexiva.

Para levar a cabo esta formación de

pais é necesaria a axuda e colaboración de profesionais, os orientadores, que xunto cos pais, reflexionan, afondan e sistematizan uns materiais elaborados polo propio programa. Esta acción educativa apoia fundamentalmente nunhas reunións periódicas e programadas.

## A vía peonil e a ponte de Valdriz cumpren un ano das súas derradeiras reformas

Integrantes do Partido Popular do municipio de Láncara celebran que hai xusto un ano, dábanse por finalizadas estas obras coas que se acadaba o ensanche da ponte e a construción dunha glorietta. Ademais, da construción dun muro na ponte.

Os traballos, que no seu día supuxeron a escavación de máis de 15.000 metros cúbicos e o emprego de máis de 1.000 toneladas de mestura asfáltica, leváronse a cabo cun orzamento de 599.845 euros.

No que á ponte se refire, o ensanche realizouse nun tramo de 500 metros e precisou do relevo de parte da terra da bóveda por cemento, así como

a instalación de 513 metros cadrados de prelosa, armadura, ferro e formigón para ampliar o ancho dos 6 metros actuais ata os 10.

Converteuse na obra máis complexa de executar dunha actuación global que contemplou tamén a creación dunha rotonda que xestiona toda a circulación da LU-621 con Valdriz, o que supuxo unha maior seguridade para o tráfico rodado nun cruce bastante perigoso.

Igualmente, esta iniciativa xestionou a creación dunha senda peonil dende o derradeiro tramo de pavimento da Pobra de San Xillao ata a nova rotonda de acceso a Valdriz.

## Comeza setembro coa Festa da Troita e cunha sesión acuática



Dende o concello de Láncara dan a benvinda ao mes de setembro con moita forza. O venres os lancaraos celebrarán a Festa Troita e o sábado día 3 estará cheo de xogos de auga que terán lugar praia fluvial.

Na Festa da Troita tódolos asistentes poderán degustar este manxar típico da zona. É un evento que a parte de contar coa participación do concello, contará tamén con distintos establecementos como a Taberna de Cedrón, a Taberna de Armea, Casa Enriqueta, Casa Benita e a Taberna de Muro.

Por outra banda, ao día seguinte os nenos do municipio poderán disfrutar da festa acuática que se celebrará na praia fluvial entre as 17.00 e as 20.00 horas. O recinto estará cheo de inchables, kaiaks, tobogáns e rocódromos entre outras moitas actividades.

**CARNICERÍA**  
*Noda*

**TERNERA PAÍS RUBIA GALLEGA**

- Calidad Suprema •
- Tradición y Sabor •
- Cría tradicional •

**DIEGO PAZOS 91 BAJO, 27600 SARRIA**  
TFNO.: 689 412 953 - 982 533 052

**ADARVE**

**DESAYUNOS - TAPAS RACIONES**

**Calvo Sotelo 211, 27600 Sarria / Tel.: 982 886 818**

# “A idea é que sexa un punto de encontro para as asociacións”

María Teresa López é a impulsora da reconversión da casa de Fidel Castro

María Teresa López López, máis coñecida como Marité, impulsora da iniciativa que levou a converter a casa familiar do pai de Fidel Castro en casa-museo

**Vostede é a encargada de impulsar este proxecto de converter a casa familiar do pai de Fidel Castro nun museo verdade?** Si, fun a encargada de impulsar este proxecto. Dende hai moitos anos foi unha petición e unha decisión de que loxicamente xa que se recuperara a casa para a familia, que puidese esa casa ser un ben útil dentro do concello e iso é o que se intentou facer.

**Cóntenos un pouco cando e como xurdiu esta iniciativa?**

Esta iniciativa naceu no ano 1994, logo da visita de Fidel a Láncara e a partir de aí fóronse explorando distintos camiños para levar a cabo a idea. Agora consolidouse coa asociación de amizade Láncara-Cuba no ano 2019 e a partir de aí iniciouse a restauración da casa coa finalidade de convertela en museo.

**Que é o que a levou a formar parte do proxecto?**

Eu son familia, estiven traballando dende os 18 anos como funcionaria de Cuba en diferentes cargos e a partir de aí, xurde un pouco a idea. Pero principalmente polo vínculo familiar, ese foi o motivo.

**Foi moito o tempo que levou realizar este traballo? Cantas persoas se viron implicadas**

**nel?**

Non foi tarefa fácil porque loxicamente había moitos elementos conxunturais que había que modificar, criterios, cuestións de orzamentos e lograr acadar o mellor camiño e o máis sólido para que o proxecto puidese funcionar nun futuro.

Víronse implicadas na rehabilitación moitísimas persoas: a oficina do historiador de La Habana, o equipo completo que facilitou os deseños do museo, despois o memorial de Fidel Castro en La Habana que achegou documentación e moito apoio e, por suposto, a asociación que é un elemento fundamental porque sen eles non houbese sido posible levar este proxecto a cabo.

**Con respecto ao exterior da casa, a súa forma arquitectónica segue sendo a mesma ou realizouse algunha reforma ou modificación?**

A casa segue sendo a mesma, interiormente incluso mantén a maior parte da estrutura a excepción do chan. O que antes era a habitación si que se modificou para facer unha sala máis grande para poder ver ou facer reunións nela, eliminouse ese teito. Pero o resto da casa, mantense coa mesma estrutura.

**E con respecto ao interior, que podemos ver na casa museo Ángel Castro?**

Cando entras o primeiro que ves é a cociña, que iso mantívose tal e como era coa súa lareira e o seu banco orixinal. O que se

modificou son tódalas paredes para poder colocar iconografía e ofrecer a información pertinente do museo que se atopa nos seus inicios.

É un proxecto a máis longo prazo e sobre todo será un pouco o que o pobo necesite ou queira porque a idea é que sexa un punto de encontro para tódalas asociacións que hai no entorno, que son asociacións moi activas y como digo, ofreceúselles esta casa-museo como punto de encontro para as súas actividades.

**A entrada é gratuita? Cales son os horarios nos que se pode visitar?**

Aínda se está a falar co concello e con diferentes autoridades para que se reúnan este mes e se poida estruturar como vai ser o tema das visitas e as peticións.

De momento non está aberto ao público porque para iso é necesario ter un persoal que de mantemento ao museo e iso ten que acordarse entre diferentes partes.

**Como dicía vostede, a figura do pai de Fidel Castro estivo sempre moi vencellada ao municipio de Láncara... verdade?**

Si, dende sempre. A casa loxicamente sempre foi moi importante para el por un tema de morriña e de lembranza. A pesar de que ao final, Ángel Castro finou en Cuba e por negocios e cuestións familiares non puido regresar, como era tamén un ben moi querido para os seus outros irmás intentouse reha-



bilitar como símbolo de todos aqueles sentimentos. É dalgún xeito a forma que ten el de regresar á súa terra, ao sitio onde naceu.

**A rehabilitación desta casa familiar sen dúbida supón un punto de inflexión nas relacións que se están a manter co país de Cuba. Pensa que inflúe de maneira positiva?**

Si, desde hai moitos anos aínda que non sempre tan visible coma neste momento, sempre houbo moi boa relación por encontrarse aquí esta casa. Agora xa é unha relación visible e máis consolidada, que loxicamente

ampliárase nun futuro.

**Non sei se hai algo que vostede queira resaltar acerca da rehabilitación**

Que estamos moi satisfeitos porque por parte de diferentes organismos institucionais da zona apoiaron de xeito económico o proxecto. Diferentes empresas tamén puxeron o seu gran de area porque viron as posibilidades de que isto fora un elemento integrante e de máis coñecemento para o propio concello. A nivel turismo e sobre todo que se volva un elemento de desenvolvemento cultural dentro da zona.



## CON LA MÚSICA A OTRA PARTE

en septiembre inauguramos NUEVAS INSTALACIONES en Augas Férreas, Estrada da Granxa, 27-29 bajo

ABIERTO PLAZO MATRICULA CURSO 22/23

f

Pide información o reserva tu horario en el: 687 58 25 59

@

Sesiones de muestra gratuitas



**DESCUBRE EL MÉTODO MUSICAEDUCA**

Para aprender música jugando a partir de los 10 meses.

- Estimulación musical temprana de 10 meses a 4 años.
- Iniciación instrumental de 5 a 8 años.

# HEIKO

ESCUELA DE MÚSICA

**FORMACIÓN MUSICAL**

Desde 7 hasta 100 años con metodologías activas e innovadoras para todos los instrumentos, individual y colectivas.

Lenguaje musical • Armonía

Refuerzo conservatorio y preparación de prueba de acceso.

# “Gustaríanos resaltar o potencial da socioloxía para entender a realidade”

## Entrevista aos membros de Atoupa, gañadores do Olympe Emprende

Ana M<sup>o</sup> Pernas, Carlota Vivero, Álex Rivas e Raúl Rey, membros da cooperativa social Atoupa cuxo proxecto resultou gañador na II edición do programa Olympe Emprende.

### Quen forma o equipo da cooperativa Atoupa?

Atoupa conformámola catro sociólogas e sociólogos con formación en políticas sociais e intervención sociocomunitaria, somos Ana M<sup>o</sup> Pernas, Carlota Vivero, Álex Rivas e Raúl Rey. Os catro contamos cunha formación similar polo que a nosa intención é que todos participemos nos proxectos que desenvolvamos dende a cooperativa, tendo presente, eso sí, as nosas áreas de especialización e os nosos lugares de residencia: Vilalba, Lánca, Lugo e A Coruña. Ana María, ademais de desempeñar as súas funcións como presidenta de Atoupa, ten experiencia como técnica de igualdade e está especializada en migracións internacionais, polo que será a encargada de coordinar proxectos relacionados con esta temática. Por outra banda, Carlota, Álex e Raúl están especializados en envelhecimento e transformacións familiares, polo que traballarán máis esas áreas, aínda que tamén terán que desempeñar funcións internas; Carlota coordinará as accións comerciais e a planificación estratéxica xunto con Raúl, e Álex encargárase das tarefas de xestión.

### A cooperativa Atoupa céntrase en proxectos liderados por mulleres. Por que decidiron escoller esta temática?

O programa Olympe Emprende aposta por proporcionar formación cara á incorporación da perspectiva de xénero na empresa. Dende o noso punto de vista o xénero é unha cuestión que debemos ter en conta de forma transversal na nosa actividade cooperativa, polo que é unha visión atractiva para nós. Tamén é moi interesante coñecer a outras mulleres que queren emprender e compartir con elas ideas e reflexións, aínda que tamén medos e inseguridades.

### Como e cando xurdiu a idea do proxecto?

En realidade, a nosa idea de emprender xurdiu entre os corredores da facultade de Socioloxía da UDC mentres realizábase o grao. Máis foi ao rematar o

mestrado, e ao afrontarnos á realidade laboral, cando baixamos á terra esa idea e decidimos encamiñarnos dentro do mundo do emprendemento, co desexo de labrarnos un futuro laboral en Galicia, pero tamén de colaborar -ca socioloxía como ferramenta- no afrontamento dos retos sociais que se lle presentan á nosa comunidade como o do envelhecimento poboacional, o vaciamiento do rural ou a falta de oportunidades laborais para a mocidade.

### Como e por que decidiron presentar o seu proxecto no programa Olympe Emprende?

A nosa andaina comezou o pasado verán da man da Rede Eusumo e da cooperativa Abeluria a través dun obradoiro de emprendemento e mentoring para desenvolver proxectos na economía social. Nese momento coñe-

Farémolo a través da elaboración de proxectos de investigación social, o deseño e avaliación de políticas sociais e o desenvolvemento de accións para a formación e a divulgación do coñecemento. Máis en concreto, queremos centrarnos en seis liñas de acción de gran importancia para a realidade galega: o envelhecimento poboacional e os dereitos sociais das persoas maiores, os fluxos migratorios e a promoción da interculturalidade, a busca da igualdade real e efectiva entre xéneros, o traballo de coidados e a súa posta en valor, a precariedade laboral e a dinamización do territorio.

### Como teñen pensado entrar en contacto cos seus futuros clientes?

Agora mesmo estamos nese paso. Neste momento o que estamos a facer é poñernos en contacto



cimos a Ana Oliveira de Abeluria, a nosa mentora, quen nos falou deste programa que estaban a desenvolver e nos animou a participar nel pola posibilidade que nos daba de continuar traballando con acompañamento profesional no noso proxecto. Olympe Emprende permitiunos traballar competencias indispensables para poñer en marcha un proxecto de emprendemento, dende cuestións relacionadas ca comunicación ata a planificación económica.

### En que se vai centrar a súa actividade a partir de agora?

A actividade de Atoupa terá por obxectivo principal xerar coñecemento sociolóxico que contribúa ao deseño e implementación de políticas transformadoras implicando ao conxunto da sociedade.

con posibles clientes -concellos, universidades, asociacións, empresas...- vía correo electrónico ou de forma telefónica para poder concertar citas presenciais e dar a coñecer os nosos servizos. Tamén estamos a participar en diversos espazos de networking que está organizando a Asociación de Mulleres Empresarias de Lugo (AELU).

### Hai alguén do equipo que xa conte con experiencia en proxectos similares?

Por unha banda, Álex traballou nunha consultora social da Coruña. Por outra, Ana participou en estudos sobre a migración feminina en España e traballou en investigacións participativas sobre o xénero e as migracións. Con todo, todos temos experiencia nalgún dos servizos que imos a



desenvolver; por exemplo, Carlota e Raúl realizaron investigacións para a Deputación da Coruña e o Colexio de Enfermería de Lugo.

### Cal pensades que é o aspecto máis innovador do proxecto que ides ofrecer ao público? Por que deben elixirvos a vos fronte á competencia?

Cremos que Atoupa diferénciase doutras consultoras sociais debido a súa proximidade ao territorio lucense. Isto permítenos coñecer de primeira man a realidade so-

de discriminación son distintas. Esta é unha perspectiva relativamente novidosa, especialmente no ámbito das políticas públicas, onde está a ser paulatinamente incorporado, se ben aínda de forma incipiente, pero que permite comprender con profundidade as problemáticas sociais.

### Teño entendido que a cooperativa se constituirá en outono, faltanvos moitos detalles por ultimar?

A verdade é que non moitos. Ago-



cial dos nosos clientes e usuarios. Outro aspecto salientable son as nosas áreas de acción, das cales destacan o envelhecimento poboacional e as migracións. Dende o noso punto de vista, ambos son retos de gran importancia que están a mudar as necesidades da sociedade galega e aos que temos que dar respostas. Tamén, resaltaríamos o paradigma teórico que nos guía, a teoría da interseccionalidade. Esta teoría está focalizada en indagar nas interseccións entre as diversas formas de discriminación social -por xénero, etnia, idade, etc.- que poden sufrir as persoas e que producen formas de discriminación específicas. Por exemplo, unha muller migrante que busca emprego non se atopa na mesma situación que unha non migrante ou que unha muller ou un home maiores de 50 anos, as formas

ra estamos centrados en traballar na nosa páxina web e preparando toda a documentación para a súa constitución.

### Cal sería o punto máis destacado deste proxecto?

Gustaríanos concluír resaltando o potencial da socioloxía como ferramenta valiosa para producir un coñecemento crítico co que entender mellor a realidade que nos rodea. As ciencias sociais non deben esquecer a integración da ética na súa práctica. Por iso, cremos que a socioloxía debe poñerse ao servizo do ben común, aportando enfoques e coñecementos que contribúan a tomar decisións políticas emancipadoras e a construír comunidades máis unidas. Co proxecto de Atoupa pretendemos, en definitiva, aportar o noso graño de area a esta tarefa.



# “Ofrecemos poder medrar en contacto co estilo de vida rural”

**Sandra Rubio Capón é educadora na casa niño local PapoRubio**

Sandra Rubio Capón, educadora Infantil e promotora da creación da casa niño PapoRubio, situada no barrio de Sobrerriba na parroquia de Santiago De Cedrón.

**Como e cando xurde a iniciativa?**  
O soño asomaba pola mente dende o momento en que cursei maxisterio na especialidade de Educación Infantil e a Xunta de Galicia apostou por estas iniciativas aló polo ano 2016; foi cobrando máis sentido segundo as circunstancias da vida que me foron guiando ata onde hoxe me atopo.

**Cando se levará a cabo o proxecto? Que detalles faltan por ultimarse?**

As instalacións están actualmente acondicionadas para acoller á cativada en canto reciba autorización por parte da Consellería da Xunta de Galicia. Agardo abrir as portas este mes para inicialmente ofrecer unhas xornadas de portas abertas e así dar a coñecer as instalacións e recursos dispoñibles á poboación e comezar o ano lectivo nese mesmo mes.

**Cóntenos detalles acerca do proxecto: o financiamento, como se levará a cabo, si xa hai algunha persoa que queira inscribirse ou haxa reclamado os seus servizos.**

O proxecto réxese polas ordenanzas establecidas na convocatoria que anualmente se publica dende a Consellería de Política social para potenciar a vida no rural, para ofrecer atención a primeira infancia en concellos de menos de 5.000 habitantes e para facilitar a conciliación familiar nas aldeas.

Para este proxecto a Xunta subvencionáanos ata un máximo de 15.000 euros para os gastos de reforma e adaptación do espazo. O servizo prestarase de luns a venres, agás festivos, de 09.00 a 17.00 horas. Pechando un mes ao ano para vacacións e tarefas de mantemento do local. Distribuíndo o tempo na combinación de tempos de lecer, adquisición de hábitos e atendendo sempre o ritmo propio de cada usuario para cubrir as necesidades individuais e favorecer o desenvolvemento global dos infantes. Hai familias interesadas no proxecto, pero aínda quedan prazas libres. É por iso que as familias interesadas poden vir a coñecer as instalacións ou contactar comigo vía telefónica (605 318 635) e electrónica (srcmestraei@gmail.com) para realizar a inscrición e formalizar matrícula.

**Como vai ser a estrutura da casa niño?**

A casa niño PapoRubio consta dos seguintes espazos: un recibidor, unha sala de usos múltiples con zona de gateo, recuncho de contos e espazo de xogos entre outros, un cuarto de descanso ou sono, unha cociña, un aseo e un espazo exterior de xogos.

**Cal é a orixe do nome?**

Esta casa niño leva tal nome por unha dobre causa, por un lado fai honra a ese paxaro emblemático tan presente na nosa paisaxe, e por outro lado é un xogo de palabras que honra o meu pai (falecido recentemente) e a quen todo o mundo o coñecía como “o Rubio”

sendo para min o meu “Pap O Rubio”.

**Porque apostar por unha casa niño? De sempre gustáronlle os nenos?**

As casa niño ofrecen unha atención moito mais personalizada (son un máximo de 5 usuarios) nun entorno natural, rural e con estilo de vida moito mais tradicional e relaxado que nas pequenas e grandes urbes e iso aporta grandes vantaxes na crianza.

**A parte de estar implicada en levar a cabo o proxecto, traballará de forma directa cos nenos? Soubemos que ten experiencia como educadora.**

Efectivamente eu son a promotora e tamén a educadora que prestará a atención directa os usuarios, tendo para casos de incapacidade laboral unha serie de persoas, coa titulación apropiada, para poder substituírme e así ofrecer o servizo aberto todo o ano de luns a venres (agás un mes de vacacións e os días festivos).

**No Concello de Láncara hai outras dúas casas niños a parte desta que se vai construír. Que innovacións inclúe esta ou en que se diferencia das outras dúas? Vai incorporar algún servizo novo?**

Efectivamente o noso concello é un dos privilexiados en ofrecer xa 3 casas niño, a principal vantaxe que podo ofrecer é a situación, posto que se atopa no extremo oposto da localización das outras dúas. A casa niño PapoRubio atopase situada na zona mais montañosa do concello e ofrece cobertura



principalmente ás familias desta parte do concello ou de municipios adxacentes que non teñan ou non alcancen a cubrir a demanda suficiente para as familias con necesidade destes recursos. A casa niño PapoRubio ofrece a posibilidade de medrar en contacto directo coa natureza, co estilo de vida rural, cos recursos propios do lugar favorecendo o desenvolvemento global

da primeira infancia en contacto coa nosa contorna máis inmediata. O lema da casa niño PapoRubio é: medrar no medio (no noso entorno mais inmediato, sexa cal sexa), co medio (aproveitando os recursos e ferramentas que nos ofrece o espazo no que vivimos) e para o medio (unha educación sostible e respectuosa é precisa, posible e favorecedora).

**DISTRIBUCIÓN DE GASOLEOS**  
OFRECIENDO CALIDAD Y SERVICIO  
DESDE 1995

**GASÓLEO A (Automoción) / GASÓLEO B (Agrícola) / GASÓLEO C (Calentación)**

**V.V.**  
DISTRIBUCION DE GASOLEOS

**DISTRIBUCIONES VAZQUEZ Y VILLAR S.L.U.**

Treilán s/n - 27600 Sarria (Lugo) / e-mail: vazquezyvillar@yahoo.es  
TFNOS. DE PEDIDOS: 982 530 053 / 617 313 028 / 608 588 396

**CHAMORREGO**

**SERVICIO A DOMICILIO**





C/ Calvo Sotelo 140, Sarria - Telf: 982 533 664

## Acondicionan a vía LU-P-4304 coa axuda da Deputación

Estanse a desenvolver traballos de acondicionamento e mellora da estrada provincial LU-P-4304, que conecta o municipio coa Pobra de San Xiao. Este proxecto, que supón a continuación das obras levadas a cabo en marzo no campo da feira, viu incrementado o seu orzamento ata os 355.000 euros actuais, fondos que proveñen da participación directa da Deputación no plan.

Ata o de agora, os traballos céntranse nos puntos quilométricos 5,2 e 5,4 así coma no treito antigo da LU-P-2904 cuxo asfalto estaba en moi mal estado. Estase a realizar o aglomerado en quente destas zonas e está prevista a construción de beirarrúas de formigón e a renovación das redes de abastecemento de augas entre outros traballos.

## O Concello participa nun programa de emprego para impulsar a formación feminina

O concello do Páramo favorece a participación de mulleres nesta iniciativa que instruirá a un total de cen integrantes, con 30 accións formativas que combinan a modalidade de teleformación con accións colectivas presenciais de reforzo para favorecer a participación.

Dito programa, está financiado pola consellería de Promoción do Emprego e Igualdade e promovido e cofinanciado pola agrupación de concellos de Palas de Rei, Monterroso, Antas de Ulla, Portomarín, O Páramo e Guntín.

As participantes son destes citados municipios e doutros da provincia de Coruña como Melide, Arzúa, Sobrado, Boimorto, Toques e Santiso.

A organización destaca “o interese

das alumnas por formarse en diversas materias para as cales a participación é de mais de 20 alumnas e son temáticas relevantes para a mellora da inserción laboral e o desenvolvemento socioeconómico, posibilitando a inserción laboral das mulleres en situación de desemprego e que as empresas poidan atopar persoal cualificado”.

En canto á temática e ao número de participantes cos que contará cada un dos cursos, serán os seguintes: o de Internet, redes sociais e dispositivos dixitais terá un total de 23 alumnas, o de inserción laboral, sensibilización medioambiental e igualdade de xénero contará con 24 alumnas, as participantes de inglés profesional para turismo serán 21, as mesmas



que para o de básico de prevención de riscos laborais, o de manipulador de alimentos contará con 31 prazas ocupadas, o de habilidades sociais, comunicación, intelixencia emocional e traballo en equipo encheu 22 prazas, o de acompañante de trans-

porte escolar terá 36 alumnas e o de monitor de tempo libre un total de 22. As accións formativas a realizar serán 30 en total cunha duración que varía e toda a formación do catálogo de especialidades formativas do Catálogo do Sepe.

## Paradela toma medidas fronte á escaseza de auga

O alcalde, José Manuel Mato Díaz, busca a colaboración de tódolos veciños fronte a seca que está a sufrir a zona. Vén de realizar un comunicado no que recoñece que “debido á falta de choivas nos últimos meses a reserva de auga é cada vez menor polo que, de acordo co establecido dende a Confederación Hidrográfica do Miño-Sil, pedimos que se tomen as seguintes medidas: aforrar no uso da auga en destinos non prioritarios como o baldeo de rúas ou o lavado de vehículos, reducir o uso do lava-

louzas e a lavadora (poñelo a funcionar só cando estea cheo), empregar a ducha en lugar da bañeira e reducir os tempos, revisar posibles fugas, colocar atomizadores ou redutores nas billas, pechar a chave mentres lavamos os dentes e usar un vaso para enxaugar, empregar cubos de auga para limpar en lugar de mangueiras, pedimos ás explotacións gandeiras e industriais que fagan uso soamente da auga cando sexa estritamente necesario e que aquela auga que non se use, non se deixe correr”, declara.

## Convocada a XXVII edición do certame Manuel Oreste

O concello de Paradela vén de aprobar as bases para a vixésima oitava edición do certame literario Manuel Oreste Rodríguez López, que contempla as modalidades de narrativa, poesía e Camiño de Santiago.

O prazo de entrega para os relatos permanecerá aberto dende o sábado 1 de outubro ata o 30 de novembro. O xurado, designado polo concello de Paradela, dará a coñecer o seu veredicto no mes

de maio do 2023.

Os relatos que se presenten a este concurso, deberán ter unha extensión máxima de 20 folios e os poemas de 100 versos. No apartado de Camiño de Santiago, poderán concorrer tanto obras de narrativa como de poesía.

Haberá un primeiro premio de 1.000 euros en cada unha das tres modalidades. En narrativa e poesía, o segundo clasificado re-



cibirá 500 euros. O xurado reservase a liberdade de conceder, en cada categoría dous “accésit” e ata dúas mencións de honra como máximo, cunha dotación de 250 euros en cada caso.

**ORIXES.** O certame Manuel Oreste Rodríguez foi creado polo concello de Paradela no ano 1996 en memoria deste autor ao que se lle deu o título Fillo Predilecto do municipio.

Na súa última edición, este concurso recibiu máis de 900 traballos, na súa maioría remitidos por correo electrónico.

As bases para a participación poden consultarse na páxina dedicada á figura do escritor [www.manuelrodriguezlopez.org](http://www.manuelrodriguezlopez.org).

**CAFETERIA**  
**POLO**



**Tel. 982 530 021**

**SERVICIO A DOMICILIO**

Calvo Sotelo, 12 27600 SARRIA (Lugo)

**Brico Sarría**

**-Pinturas -Barnices**  
**-Pavimentos -Decoración**

Matías López, 80 - Bajo  
27600 - SARRIA - ( Lugo )  
Tel/Fax: 982 53 25 35  
Email: bricosarria@hotmail.com

# DEPUTACIÓN

## Impulsará á proxección das empresas lucenses no exterior

O presidente da Deputación, José Tomé Roca, e o presidente da Confederación de Empresarios de Lugo (CEL), Eduardo Valín, asinaron no Pazo de San Marcos un convenio de colaboración a través do que a institución provincial aporta 60.000€ para potenciar a proxección exterior das empresas poñendo en marcha o proxecto CEL Expansión 2022.

“Reforzamos moito o servizo de asesoramento en axudas e outros incentivos para mellorar a competitividade e posición das empresas fóra do país”, destacou o Presidente sobre a iniciativa, que enmarcou no diálogo e colaboración permanente que mantén a Deputación cos sectores produtivos para impulsar o seu desenvolvemento.

José Tomé apuntou que este proxecto responde á necesidade de mellorar as exportacións da provincia, que caen de xeito continuado desde o 2015, segundo reflicte o informe de Lugo en Cifras 2021, que elabora a propia CEL co apoio da Deputación. Esta publicación apunta que a provincia de Lugo exportou o ano pasado ao redor de 585 millóns de euros e importou case 725 millóns, o que



deixa unha balanza comercial negativa co exterior por valor de preto de 140 millóns de euros. Segundo este informe, máis do 80% das transaccións no exterior segue a producirse cara países da Unión Europea, cando hai oportunidades en mercados como Xapón ou os Estados Unidos.

Entre as actividades previstas no proxecto CEL Expansión 2022 subvencionadas pola Deputación está habilitar un servizo específico, baixo o nome de Gabinete Impulso Ext, para apoiar ás empresas da provincia durante este ano fronte aos efectos do conflito en Ucraína. Este servizo facilitará información útil

e actualizada sobre o impacto da guerra, asesoramento sobre axudas específicas ou datos sobre os mercados alternativos para as empresas exportadoras.

Ofreceranse tamén dúas formacións específicas sobre o mercado de Estados Unidos e Xapón. O primeiro é interesante para as empresas exportadoras da provincia porque presenta oportunidades en sectores como o vitivinícola ou o do produto gourmet; o segundo porque representa unha ocasión para as industrias de produtos feitos a man, enerxías renovables, servizos asistenciais, biotecnoloxía ou distribución e loxística.

## A Deputación financia as visitas do programa Da Escola á Granxa

A Xunta de Goberno da Deputación de Lugo aprobou a concesión de axudas para a organización de actividades no marco do programa “Da Escola á Granxa” de área de Medio Rural.

As achegas, dirixidas a asociacións de nais e pais, teñen como obxectivo poñer en valor os produtos de proximidade e o sector primario para as xeracións máis novas, financiando visitas a gandeirías, producións agrícolas e pequenas empresas agroalimentarias asentadas no rural, así como outras actividades de divulgación e sensibilización vinculadas ao medio rural.

En total, atendendo ás solicitudes presentadas, a área dirixida por Mónica Freire colaborará no financiamento de 72 actividades, organizadas por máis dunha trintena de anpas distribuídas por toda a provincia.

A deputada de Medio Rural, Mónica Freire, explicou que “a través destas visitas e actividades, que empezarán a desenvolverse a partir do inicio do curso, nenos e nenas de infantil e primaria, poderán achegarse a gandeirías e producións agrarias e coñecer de primeira man o traballo cos animais e cos cultivos, participar en obradoiros de elaboración de alimentos ou noutras propostas didácticas ligadas ao coñecemento da contorna e á educación ambiental”

A área de Medio Rural da Deputación investiu un total de 40.000 euros neste programa co que pretende tamén contribuir a consolidar unha oferta de recursos e servizos educativos arredor do sector primario e visibilizar referentes no rural. A resolución, coa listaxe de entidades beneficiarias, publicárase a vindeira semana no Boletín Oficial da Provincia.

# Actividades para os concellos durante o verán

Os programas **Actívate** ou **Saborea a túa provincia** viaxaron este verán por toda a provincia cun gran éxito de público

A segunda edición do programa provincial Saborea a túa provincia, que percorreu nove concellos da provincia durante as fins de semana ata o 2 de setembro volveu ser un éxito de público e de participación nestas xornadas gastronómicas e de lecer que promove a institución.

Nesta ocasión a cita estivo presente en Patón, Chantada, Taboada, Trabada, O Valadouro, Vilalba, A Fonsagrada, Navia de Suarna e Pol, que pechou o programa o venres 2 de setembro.

José Tomé lembrou que co Saborea a túa provincia, a Deputación busca “incentivar o consumo dos produtos de proximidade e dinamizar a economía dos concellos fomentando a actividade do turismo, da hostalería, do comercio e dos pequenos produtores”.

Segundo explicou o presidente este programa “forma parte da ampla estratexia que estamos desenvolvendo dende a Deputación de Lugo para consolidar un modelo de turismo



de calidade e sostible, un turismo de experiencias, con capacidade para atraer visitantes todo o ano, que pon en valor o noso patrimonio, tanto natural, como monumental, cultural ou gastronómico, e que contribúe a crear riqueza e a crear emprego, sobre todo no noso rural.”

“O éxito da primeira temporada do Saborea a túa Provincia levounos a reeditalo este ano, pero con novidades para tratar de melloralo e, desta

forma, aumentar o retorno económico para os negocios da zona. Para isto introducimos melloras na estrutura e no funcionamento das xornadas e tamén melloramos as localizacións, xa que este ano celebrouse en lugares que contan cunha importante actividade social, hostaleira e comercial”, sinalou Tomé Roca.

A actividade consistiu nun autobús-cociña onde profesionais da asociación provincial de cociñeiros e coci-

ñeiras de Lugo elaboraron receitas con produtos típicos de cada zona. Utilizaron alimentos con distinción da súa calidade polo selo Denominación de Orixe ou Indicación Xeográfica Protexida, como a Faba de Lourenzán, a Patata Galega, o Pemento de Mougán, o Lacón, a Tarta de Santiago, o Mel de Galicia ou o queixo San Simón da Costa; e tamén empregaron nas súas elaboracións razas autóctonas como o Porco Celta, a Galiña de Mos ou o Vacún Galego. Tamén se contemplaron degustación de pratos elaborados con produtos de proximidade e un taller de cociña para nenos e nenas nas que elaboraron un prato con produtos da provincia.

**ACTÍVATE.** A Deputación de Lugo celebrou a boa acollida do programa Actívate, unha iniciativa a través da que a institución provincial ofreceu en 26 concellos da provincia actividades gratuítas para todos os públicos. Os participantes realizaron, as

fins de semana de abril a xullo, actividades vencelladas ao turismo deportivo e de aventura, como sendeirismo, surf, piragüismo, kaiak, vela, trekking, escalada ou equitación.

A institución provincial buscaba con esta proposta turística seguir apoiando, en colaboración cos concellos, a actividade do sector turístico, a hostalería e o comercio, e a aposta por un modelo de turismo sostible, de calidade e con capacidade para atraer xente durante todo o ano. Trátase dun impulso a un sector que xera experiencias, pon en valor o rico e diverso patrimonio natural e cultural da provincia e que aporta valor ao territorio, e axuda a manter e a xerar emprego, sobre todo no medio rural.

Actívate sumouse a outras iniciativas que ten en marcha a Deputación de Lugo cos mesmos obxectivos de apoiar ao tecido produtivo vinculado ao turismo, á hostalería e ao comercio, e, ao mesmo tempo, favorecer un turismo de calidade e sostible.

# COLABORACIÓNS

## Lumes incontrolados

### COA NOSA VOZ



Pablo Veiga

**L**evamos un verán este ano caracterizado polas altas temperaturas e por unha escaseza de choivas; en xullo e agosto apenas se contabilizaron un par de xornadas de auga na maior parte do territorio galego, polo que a seca xeneralizada é unha realidade, afectando incluso á propia subministración para negocios e vivendas particulares, con restricións nalgunhas vilas e cidades.

E como non, consecuencia deste tempo son os incendios. Unha vez

máis, observamos que cando a climatoloxía actúa da maneira que o está a facer nos últimos dous meses, é dicir, moita calor, pouca humidade e algo de aire, créase a fórmula perfecta para que os nosos montes ardan de novo. A maioría deses incendios son provocados de forma intencionada polo home, sen saber a ciencia certa cales son as motivacións e que se espera a cambio de facer tanto mal. Pero cómpre valorar outra causa, como aconteceu a mediados de xullo no Courel e na Pobra do Brollón, que aquí en Galicia non era habitual, as treboadas secas, é dicir, produto da excesiva calor xéranse episodios de aparataxe eléctrica, pero que non derivan en choivas. Esa foi a razón,

ou iso nos contaron, dos lumes nas zonas mencionadas, onde arderon máis de cento dez mil hectáreas, que ven sendo case a superficie total do municipio de Begonte, véndose na obriga de evacuar a veciños das súas propias casas ante o perigo que supuña. As imaxes e as testemuñas das persoas afectadas non deixaron dúbidas ao respecto; a pesares de que non se produciron vítimas, os danos materiais foron considerables, así como o desastre medioambiental que conlevan estes voraces incendios. E non foi soamente neses dous concellos, os cales tiveron que levar a cabo un esforzo considerable para atender os seus administrados, senón tamén noutros puntos da Ribeira Sa-

cra ou en Valdeorras, sen esquecer os que se produciron na provincia de Pontevedra —na Chaira, ata a data fumos librando—.

E de novo escoitamos lamentos duns e doutros; se o monte non está coidado, o abandono do rural, a destrución continuada do bosque autóctono, o cambio climático, etc., etc. Logo aparece a típica, tónica e repetitiva liorta política que en raras ocasións aporta solución.

O certo é que temos un enorme problema que probablemente vaia medrando, porque veráns coma este, secos e moi calorosos, que xa se teñen producido no pasado, habémoslos ver no futuro con máis frecuencia e por riba co perigo engadido das treboadas secas. Estamos

ante un auténtico desafío que afectará as nosas vidas e as das xeracións vindeiras. Non só Galicia ten este problema, xa que unha morea de áreas na península Ibérica foron pasto de lumes incontrolados. A todos nos sonarán nomes como Bejís ou Vall d'Ebo, no Levante, xa que foron citados constantemente nos medios de comunicación.

Do acontecido aquí na nosa provincia, un queda coas afirmacións da alcaldesa do Courel, onde insta a ser coidadosos coas plantacións de piñeiros preto de zonas habitadas e incidir nunha nova ordenación do monte.

Máis clara non podía ser. De aquí en adiante xa veremos como se actúa.

## Insubmisión

### O PUPITRE



Julio Díaz

**E**stando a punto de rematar o verán e sentado a carón de dúas familias que mantiñan o eterno debate de principio de curso, como si da canción do verán se tratase, “Deberes Si, Deberes Non” rememorei un cabreo especial que vivín aló polo mes de novembro do ano 2016 cando unha confederación de pais pedía o boicot á realización das tarefas escolares e decidín reproducir neste “meu pupitre” o artigo que un medio de comunicación me solicitara para coñecer a miña opinión sobre tan espiñoso tema. I mos aló

“Chámome Alex, teño 9 anos e fai dous días que apenas durmo porque non sei que facer; o profe púxome unhas tarefas e papá di que non teño que facelas”.

Unha vez máis, como se dun clásico se tratase, preséntase o debate dos deberes escolares pero este ano condimentado coa campaña dunha confederación de pais que pide o boicot e a insubmisión ás tarefas escolares, suscitando unha gran controversia no seo da comunidade educativa, que se fai extensible a toda a sociedade e que coincide, ademais, con outras campañas publicitarias que dalgún xeito cuestionan o labor do profesorado e atenta contra a liberdade de cátedra e o principio peda-

gógico e organizativo dos nosos centros educativos.

Manifesto o meu rechazo ante estas propostas que incitan a insubmisión e ao boicot atentando contra a liberdade do profesorado e a súa autoridade profesional e académica.

A comunicación no centro educativo entre o profesorado e as familias resulta fundamental para resolver estas controversias desde o diálogo co titor/a, co equipo directivo ou desde os órganos de participación educativa como é o Consello Escolar. As propostas de boicot e insubmisión non encaixan na boa dinámica educativa lanzando unha mensaxe demoledora sobre a relación profesor-alumno que socava a autoridade do docente, atenta contra a boa convivencia escolar e en última instancia, contra o rendemento académico do alumno.

Non podo entender que o máximo representante, a nivel nacional, dunha asociación de pais pensase e menos aínda se atrevese a promover unha campaña que di “O meu fillo non leva deberes por unha decisión familiar”. E digo eu cando vai o médico dille “O meu fillo non toma a medicación por decisión familiar” e o domingo no fútbol espétalle ao adestrador “O meu fixo xoga de dianteiro pero hoxe é porteiro por decisión familiar”. Sigo pensando e sorriño para dentro imaxinando a cara que se lle pode quedar á Garda Civil cando con rotundidade lle diga: “Non pode multar ao meu fillo por ir sin carné, xa que o fai por unha decisión familiar”.

Vamos, de coña. Outra das frases para enmarcar é “Na escola falta unha asignatura: o tempo libre”, pois pode ser, pero ese argumento desa asociación de pais para esixir menos deberes baseado en que precisan máis tempo para eles, máis tempo libre e para a vida familiar, obliñame a trasladarlle que unhas deberes ben plantexados deben ocupalos, dependendo da idade, non máis de hora e media que comparado co tempo que adican á televisión, redes sociais, videoxogos, novas tecnoloxías e as múltiples actividades extraescolares ás que os anotan non ten moito sentido culpar as tarefas escolares da falta de disfrute dos seus fillos. O que está claro é que o que os docentes botamos en falta é outra asignatura que se chama “participación real e efectiva dos pais”. Ninguén dubida de que escola e familia deben de traballar de forma conxunta, pero parece que a maioría das veces en vez de aunarse esforzos o que fan é camiñar en liñas paralelas que non conducen a ningures.

A participación real e colaborativa da familia é unha asignatura pendente nos centros educativos. Familia e escola teñen que traballar ao unísono, pero o certo é que non sempre os pais o entenden deste xeito e acaban colocándose “frente a” en lugar de “ao lado” e moitas veces os camiños de colaboración que escollen en vez de remar na mesma dirección e sentido fano en sentido contrario.

### O RECUNCHO DE CANELINA



É recomendable que os pais coñezan ao profesor dos seus fillos e que traten de ter unha relación colaborativa e cordial; é preciso rematar coa tensión que a día de hoxe xérase nos nosos centros educativos no que respecta á relación dos pais cos docentes dos seus fillos. Non é entendible o clima de tensión que moitas veces se está a vivir, debe asumirse que a aula é cousa do docente e debe ser o lugar onde poida realizar o seu traballo sen presións nin coaccións. Moitas veces os docentes preguntámonos por qué estes mesmos proxenitores que se están a inmiscuir no

noso traballo non o fan no doutros profesionais, ninguén se imaxina a un papá /mamá dicíndolle ao médico como debe anestesiarse, onde aplicar o bisturí, onde saturar, que receitar... e iso é aplicable aos distintos profesionais que ao longo do tempo traballan cos seus fillos. Aínda que quizais teña unha explicación grazas á teoría, baseada en feitos científicos, que conclúe que “neste país todo o mundo entende de fútbol e de educación”.

Gustárame acabar citando un proverbio africano que di: “Para educar a un neno fai falta toda a tribu”

## DEPORTES

# O fútbol está listo para empezar

Os equipos da provincia están xa listos para dar comezo á liga da tempada 2022/23 de fútbol, que recupera a normalidade tras dous condicionados pola situación pandémica mundial.

As categorías sénior arrancan na súa totalidade este mes, aínda que os que están nas categorías superiores xa iniciaron este ano o seu camiño. O Lugo, o mellor situado, está en Segunda División e polo tanto foi o único en adiantarse ao resto, xa que xogou o seu primeiro partido na ponte da agosto.

O Lugo B ou Polvorín debutou esta fin de semana na nova categoría á que ascendeu a tempada pasada, a Segunda B, onde se enfrontará a equipos do noroeste peninsular, que compernden Asturias, Galicia e Castela León.

Outro dos equipos que comeza esta fin de semana unha nova andaina pola competición futbolística nacional, é o Lugo A xuvenil, que participa na División de Honra dende hai varias tempadas, a categoría máis alta para a mocidade, e que conserva a categoría ano tras ano cunha gran actuación.

Seguindo cos sénior a fin de semana próxima, 11 de setembro, poranse en marcha a maior parte das competicións. En Terceira, o Vilalbés e o Viveiro serán os encargados de defender as cores da provincia, que compartían anteriormente co Polvorín.

Pola súa banda, en Preferente xogarán este ano Sarriana, Ribadeo, Lemos, As Pontes e Residencia, aos que se suma Portomarín mentres que Foz e Escarón caen á Primeira Galicia.

Tamén terá data de inicio de tempada a Primeira Galicia nesta mesma fin de semana. A competición recupera o sistema anterior á pandemia e volve haber un único grupo, o 3, no que 18 equipos disputarán 34 xornadas para e maio dar a coñecer aos novos ascensos. Este ano recibe a categoría ao San Ciprián e o Antas pero Alfoz e San Roque xogarán en Segunda.

A Segunda Galicia tamén recupera formato, polo que haberá dous grupos de 16 equipos cada un con caras novas. Nesta ocasión comezarán unha fin de semana máis tarde, a do 17 e 18 de setembro. Este ano volve ou se estean na categoría Castro B, Comercial, Lemos B e Carballedo mentres que Quiroga e Bóveda volve a Terceira. Os arrastres tamén se levaron a categoría máis baixa a Abadín e Matela no Norte, e Palas, O Incio, Santa Comba e Páramo no Sur. Tamén hai equipos novos en terceira este ano, a Comercial B e o Vilalbés B, formados para esta nova tempada, que contará en terceira con 11 equipos no Norte e 12 no Sur. A competición, co formato de sempre, arrancará o 24 de setembro.

**EQUIPOS DE BASE.** As ligas xuvenís seguirán co Lugo B na Liga Nacional



xuvenil como único representante xa que o Vilalbés descendeu a pasada tempada. Esta dará comezo tamén o 11 de setembro.

Na Liga Galega, polo tanto, estarán este ano xunto ao descendido, Viveiro e Milagrosa, que ascenderon, e Residencia e Ribadeo. Cae o Calasancio.

En cadete, ao Lugo de División de Honra súmase este ano o Viveiro, e na Galega, outro Viveiro ascendeu da provincial á Galega. Continúan no norte Lugo B e Milagrosa e Calasancio no Sur. Tampouco estarán Residencia e Vilalbés.

En infantil o Lugo estrea a División de Honra, creada este ano, mentres que na Galega seguirán Viveiro e Residencia e únese o Vilalbés.

Xuvenís e cadetes iniciarán a competición co sistema prepandemia a fin

de semana do 17 e 18 mentres que os infantís farano unha semana máis tarde.

Ademais, as ligas provinciais, que tamén recuperan formato, comezarán tamén no mes de setembro para as categorías xuvenil, cadete e infantil, unhas o farán a fin de semana última de setembro e outras ao seguinte. Xogarán todos en Primeira nas categorías máis pequenas mentres que os xuvenís terán Primeira e Segunda novamente. Si haberá Segunda para os infantís do Sur.

**FEMININO.** O fútbol feminino aínda non ten calendario para os equipos provinciais, agás o PM Friol, que este ano xogarán na Segunda Federación tralo seu ascenso, e que dará comezo á competición tamén o 11 de setembro.

## Comeza unha nova edición do Rally Terras do Incio de clásicos

Este rally turístico de automóviles clásicos que este ano acada a súa X edición, percorrerá as zonas máis bonitas e recónditas de Galicia facendo parada en Lugo e visitando diversas comunidades autónomas do país.

O encontro deste ano vén marcado polo cariño e a ilusión dos seus promotores para conmemorar estes dez anos de encontros.

Terá lugar do 4 ao 11 de setembro e nel poderanse ver rechamantes clásicos vidos de todo o territorio nacional que lucirán rodando polas estradas galegas, exhibindo vehículos e auténticas lendas do século pasado.

O Rally Terras do Incio é unha concentración de 25 vehículos clásicos, algúns deles con máis de 50 anos de antigüidade, vidos de diferentes puntos de España. Auténticas xoias do mundo do motor de fabricantes coma Ferrari, Aston Martín, Mercedes, Corvette, Lancia ou Jaguar.

O rally, que este ano alargase durante 7 días para poder ofrecer unha experiencia máis completa, realizará a súa saída dende a Praza do Concello de Sober (onde estarán expostos os clásicos o vindeiro 4 de setembro). O día 6 estarán no concello do Incio, fronte ao embalse, o día 8 en Santiago de Compostela diante da Catedral en horario de 9.30 a 13.00 horas e finalmente, o día 9 estarán na Praza de España de Pontevedra de 11.00 a 18.00 horas.

## O nome do campo de fútbol A Ribela, en Sarria, a debate

Vén de trasladarse unha petición ao concello de Sarria para facer efectivo o cambio de nome do campo de fútbol A Ribela.

A SD Sarriana propón que se decida a través dun referéndum e a directiva está de acordo con que sexan os socios do club os que elixan cal será a futura denominación do estadio.

As propostas diverxen entre dous grupos. O primeiro deles, formado polos socios máis antigos que presentan 400 firmas ao concello co obxectivo de que o campo de fútbol leve o nome de Carlos Alberto, un histórico futbolista, adestrador e directivo da Sarriana falecido o ano pasado. Ao que se lle rendeu homenaxe o pasado 17 de agosto no campo. E por outra banda, o grupo que



aposta polo nome de Antonio Peña, falecido tamén hai varios anos e que foi presidente da entidade durante dúas décadas.

A actual directiva di que calquera das dúas opcións é moi merecida ante o importante papel

que estes dous veciños xogaron para o club e de momento, non se decanta por ningunha ata que o concello e a comisión de honores tomen unha decisión. Algo que propoñen que se leve a través de voto secreto e en urna.

## O partido en homenaxe a Carlos Alberto recada 1.500 euros

O primeiro memorial a Carlos Alberto Díaz López, xogador da SD Sarriana, consegue facerse cun total de 1505,63 euros que serán destinados integramente á Asociación Española Contra o Cancro (AECC).

O acto celebrouse no estadio de Ribela do concello de Sarria o pasado 17 de agosto pero non foi ata o de agora, que se realizou a transferencia do diñeiro recadado.

O salón de plenos do concello acolleu a firma da transferencia que os familiares do homenaxeado efectuaron á entidade. No acto estiveron presentes diversas personalidades entres as que se atopaban familiares e achegados de Carlos Alberto, o alcalde do concello de Sarria, Claudio Garrido, o concelleiro de Deportes, Félix Seijas, e a presidenta en Lugo da Asociación Española Contra o Cancro, Mariluz Abella.

Dos fondos obtidos 1.078,25 euros correspóndense coa venda de 502 entradas e o resto, 427,38 euros, fan referencia ao total que os árbitros que participaban no evento percibirían en concepto de honorarios e que decidiron doar á causa para aportar o seu granito de area.

Tódolos participantes e organizadores do evento quixeron poñer de manifesto o compromiso existente neste acto benéfico e dende o concello, quixeron mostrar o seu apoio mantendo o compromiso para que esta homenaxe se celebre a partir de agora de forma anual.

Por outra banda, as categorías da SD Sarriana xa teñen data de comezo para esta próxima tempada. Se che gusta o fútbol, non o dubides e inscíbete nos distintos grupos: infantil, cadete, xuvenil, biberon, prebenxamín, benxamín e alevín.

# “Gústame crear boa atmosfera para poder traballar cos nenos”

**Adrián López Armesto é adestrador do CB Sarria de baloncesto e foi nomeado recentemente seleccionador galego de minibasket feminino**

**Antes de ser adestrador de baloncesto fuches xogador... levas moito tempo practicando este deporte? Gustouche dende sempre?**

Si, xoguei moitos anos. Empecei a xogar torneos un pouco extra oficiais con 12 anos e a día de hoxe teño 38 así que imaxínate. Estiven sempre vencellado ao CB Sarria. Levo toda a vida, de forma ininterrompida, colaborando dunha maneira ou outra. Primeiro como xogador e a continuación, con 17-18 anos, xa comecei a xogar e levar equipos en colexios.

**Fai canto tempo que eres adestrador?**

Con 17 anos empecei a adestrar. Foi algo que foi semi profesional e nese período empecei a compaxinar o que era o tema de ser xogador con adestrar aos nenos.

**Sempre traballaches con nenos? Tivéche claro dende sempre que querías adestrar a nenos?**

Si, a verdade é que si. Dende o momento no que entrei no club, malia que fora do deporte realicei a miña formación en algo que non ten nada que ver, sempre tiveren claro e gustoume moito o tema de adestrar a nenos e estar con nenos. É polo que realmente sinto paixón. Ao final despois dunha evolución lóxica neste mundo pois a verdade é que o que máis me gusta é o ambiente super sano que hai. Creo que teño unha relación moi sana coas familias, con el resto de adestradores, cos clubs próximos, cos clubs incluso doutras partes de fora de Galicia. Teño moita facilidade para poder relacionarme con xente, e creo que ese é un dos meus puntos fortes para que me vaia todo un pouquiño rodado. A verdade é que si, dende moi mozo tiveren claro que me gustaba adestrar.

**Das clases a nenos de que idades?**

Adestrei a nenos dende 5 ata 17 anos (de categoría junior). As derradeiras xeracións que levei foron máis de xogadoras femininas e non tanto de equipos masculinos.

**Cal é a rutina que segues para os adestramentos?**

A nosa filosofía no club céntrase principalmente no perfeccionamento individual do neno ou nena. Sobre todo, a nosa base dos adestramentos é traballar a técnica individual. Centrámonos máis na técnica individual que non na táctica que os nenos poidan coller á hora de xogar. Son moitos exer-

cicios e moitas as repeticións de técnica, técnica, técnica que facemos. Reiteramos iso e é verdade que despois trasladámolo todo á táctica. A táctica son os sistemas de xogo, a maneira e a forma que teñen os nenos de xogar no campo. Pero xa che digo, o noso obxectivo é que o neno ou nena mellore de forma individual para que despois chegue a ser un bo xogador ou xogadora en equipo e chegue a realizar bós exercicios nos partidos.

**É sinxelo traballar con eles?**

Eu creo que a clave todo é ter paixón polo que fas. Estar a facer algo que che gusta e ter feeling cos nenos. O fundamental é ter feeling. Chega un momento no que non é necesario ser constantemente un sarxento ou ter man dura cos nenos, eu creo que o respecto gáñase a base de confianza. Ti podes ter unha relación perfectamente cordial fora da pista con eles e que eles poidan contarche os seus problemas, o seu día a día... bueno, eu fágoo así porque así o sinto. Gústame falar con eles, que sempre teñan a miña porta aberta por si teñen algún problema que poidan contarmo. E eu creo que a partir dese momento créase un

vínculo co que é moito máis doado traballar. Eu creo unha atmosfera boa para poder traballar con eles, a miña filosofía é esa. Gústame preocuparme por eles tamén fora da pista.

**Vimos de coñecer que fuches nomeado seleccionador galego de minibasket feminino. Como recibiches a nova? Esperabas o nomeamento?**

A verdade é que foi unha sorpresa. Eu este ano levei o seguimento da selección 2011 do equipo mini feminino na categoría de alevín, que é o equipo do que serei agora seleccionador. Realicei varias concentracións ao longo da tempada, unhas catro ou cinco.

E unha vez que finaliza o ciclo, a federación busca darlle certo cambio a varias seleccións. Cando me avisaron desto, a verdade é que foi unha gratísima sorpresa. Non contaba con elo para nada. Ao final si que é certo que a miña evolución, sobre todo esta tempada a nivel de club, foi magnífica. Creo que as cousas saíron bastante ben, ao final creo que é un premio en recoñecemento a toda unha traxectoria e hai que pensar que é moito máis complicado conseguir este tipo de nomeamento xa que hai moitos



adestradores a nivel de Galicia que poden ir. É un premio moi bonito que se lembren dun para ser seleccionador.

**En que pensas que vai cambiar o teu traballo a partir de agora? Implicará maior esforzo pola túa banda?**

Sinceramente eu sempre tiveren moi claro que teño grandes metas pero enfocándoas de cara ao club. Quero ver crecer ao meu club, para min o CB Sarria é todo. A min o CB Sarria formoume e é onde realmente eu pasaba a maior parte do tempo cos adestradores e cos xogadores que hoxe en día considero amigos meus. O meu primeiro adestrador continúa hoxe en día vencellado ao club, traballa como secretario. Os meus amigos son do baloncesto, o ambiente que vivín sempre foi fantástico. O meu obxectivo, a miña meta e a miña ilusión sería continuar aquí moitos anos e ver como o club continua a crecer e segue

dando pasos firmes (dende ter unha directiva organizada a adestradores que sintan esa paixón por formar aos nenos). Ao final é todo remar na mesma dirección.

**Como dis entón en canto a perspectivas de futuro, permanecerás no club?**

Eu téño moi claro. Eu a día de hoxe teño moi claro que quero seguir no CB Sarria e quero seguir formando parte de algo moi bonito que creo que estamos a crear entre todos. Dende presidencia, directiva, adestradores, colaboradores, empresas que apoian a nivel de concello... ao final é iso, hai moita xente detrás e é algo moi bonito. E eu sintome moi ben tratado, ao final é a miña casa e onde vou estar mellor que na casa?

**Fálanos de algún partido que recordes con especial cariño ou para o que os adestramentos foran máis complicados**

Podería falar de 300 partidos dos que teño gratos recordos. Si que é certo que eu destacaría máis as xeracións coas que pasei moitos anos como por exemplo, coa miña última xeración de junior feminino. É certo que ti como adestrador desenvolves unha parte moi bonita que é a de dirixir a nenos no seu día a día.. e iso é moi gratificante para un adestrador. Por exemplo, teño un gratísimo recordo de cando xogaba. Ao final as categorías de formación xogando sendo infantil, cadete, junior.. os recordos de cando xogas son preciosos e eu creo que realmente é algo que marca moito. Gústame moito remarcarlo aos nenos porque creo que é un recordo que van ter para toda a vida. Xa cando empezas no mundo senior a partir dos 17-18 anos o ambiente é distinto pero realmente cando xogas en categorías infantís ou xuvenís, nun club como o CB Sarria que non traemos a ninguén de fora e os nenos son todos de aquí, ao final realmente é cando estás formando (na maior parte dos casos) ao teu grupo de amigos para toda a vida. Moita da xente e moitos dos rapaces cos que eu comecei a xogar, a día de hoxe que para min é o importante, como digo son os meus amigos. Para min iso é fundamental.



# 35 equipos participan na Copa Deputación de Fútbol Sala

A III Copa Deputación de Fútbol Sala comezará o 4 de setembro, na que participarán 35 equipos de 3ª División Nacional Masculina, Preferente Masculina, 1ª e 2ª Autonómica Masculina, Preferente Feminina e 1ª Autonómica Feminina.

A competición retómase despois de dúas temporadas co apoio da Vicepresidencia da Deputación de Lugo, que incentiva a participación dos equipos con premios en función dos partidos disputados e das eliminatorias superadas (entre 220 e 340 euros), ademais de premiar aos equipos campións e subcampións de cada categoría (entre 400 e 750 euros)

O deputado de Deportes Efrén Castro explicou que “co patrocinio desta competición reforzamos o apoio aos clubs de fútbol sala da provincia que, ademais de beneficiarse economicamente da participación, teñen a oportunidade de comezar a competir e traballar na posta a punto de cara a temporada” e sinalou “o alto nivel do fútbol sala na provincia, con equipos de referencia internacional como o Burela FS, deber ser un incentivo para reforzar a afección e a práctica deste deporte”.

No acto de presentación, no que participou o vicepresidente da Federación Galega de Fútbol Carlos Méndez e o responsable de fútbol sala de Lugo na Federación Galega de Fútbol Iván Pico, explicouse a representantés dos clubs inscritos o sistema de competición e realizou o sorteo para definir os emparellamentos nas distintas ca-

tegorías.

Polo que respecta á liga, as previsións da Federación de Fútbol son que a competición comece a mediados do mes de setembro, concretamente a fin de semana

do 17 e 18. Aínda non están os calendarios oficiais, agás en Preferente, pero a maior parte das categorías teñen escollida esta data para o inicio oficial, o resto irán nas semanas seguintes.

## III COPA DEPUTACIÓN DE FÚTBOL SALA

### 3ª DIVISIÓN MASCULINA E PREFERENTE MASCULINA

Equipos participantes (13): SD Xove FS, Concello de Begonte FS, Praias de Barreiros CD, O Korreo Gutiriz FS, Outeiro SD, Insuas do Miño de Rábade FS, Covirán Quirgoa FS, Os Meigallos FS, Castroverde, CP Casás, Vilalba FS B, PM Friol FS, FSF Castro

### Emparellamentos Fase Previa

Castroverde – Korreo Gutiriz FS  
Insuas do M. – Praias de Barreiros  
FSF Castro – SD Xove FS  
PM Friol – Covirán Quiroga  
CP Casás – Outeiro de Rei

(Meigallos, Concello de Begonte FS e Vilalba B, directos a cuartos)

### PREFERENTE E PRIMEIRA DIVISIÓN FEMININA

Equipos participantes (8 equipos): Ribeira FS, Vilalba FS, ADC Lugo Sala, Concello de Begonte FS, UD Pastoricense, Taboada Feminino, FSF Castro B, SD Castroverde

### Emparellamentos Cuartos

UD Pastoricense – Ribeira FS  
Vilalba FS – ADC Lugo Sala  
FSF Castro – Concello de Begonte  
SD Castroverde – Taboada

### 1ª E 2ª DIVISIÓN MASCULINA

Equipos participantes (14): O Korreo Gutiriz FS B, Puebla Futsal, Samos Fútbol Sala, Outeiro de Rei SD B, Cubelas, Luisitalia, Oural FS, ADC Lugo Sala B, Concello de Begonte FS B, PM Friol B, Parrillada Porta Santiago, Ribeira FS B, SD San Lázaro, Decotropic

### Emparellamentos Fase Previa

Oural FS – ADC Lugo Sala B  
Puebla FS – Outeiro de Rei B  
Parrillada P. Santiago – Luisitalia  
PM Friol B – Samos Fútbol Sala  
Ribeira FS B – SD San Lázaro  
Decotropic – O Korreo Gutiriz  
Cubelas e Concello de Begonte FS B, directos a cuartos (por sorteo)

### CALENDARIO

- Fase Previa: 4 de setembro (eliminatorias a partido único)
- Cuartos de final: 11 de setembro (eliminatorias a partido único)
- Semifinais: 18 de setembro (eliminatorias a partido único)
- Final: 1 de novembro (partido único)

## O CB Sarria reúnese para afrontar a nova tempada



O CB Sarria de Baloncesto celebrará o martes 6 de setembro na Casa da Cultura do concello, unha convocatoria de asemblea xeral ordinaria ás 20.30 horas en primeira convocatoria e ás 21.00 horas en segunda e última convocatoria.

Os puntos que se tratarán na orde do día serán: a memoria deportiva e o balance económico da tempada 2021-2022, a cesamento da dirección e elección de novo presidente e por último, o proxecto deportivo e o orzamento do que se disporá a tempada 2022-2023.

Cabe lembrar que o club vén de desfrutar dunha moi boa traxectoria este ano, non só pola participación dunha das súas alumnas nunha convocatoria da preselección española U14 (a sarriá Noa López), senón tamén polo nomeamento dun dos adestradores do club (Adrián López Armesto) coma Seleccionador Galego de Minibasket Feminino.

**AXUDAS.** Por outra banda, a Vicepresidencia segunda e Consellería de Presidencia, Xustiza e Deportes vén de resolver a orde

de axudas para a adquisición de equipamentos deportivos destinados a clubs e federacións deportivas, que distribúe 83.000 euros entre dez entidades da provincia de Lugo. Así mesmo, destina 210.000 euros a 24 federacións deportivas que estenden o seu ámbito de actuación a toda a comunidade, auspiciando eventos e competicións deportivas ao longo do ano en distintos puntos do territorio.

Estas achegas da Secretaría Xeral para o Deporte facilitan a compra de material específico destinado á participación en competicións deportivas oficiais ou á realización de adestramentos, e de material non específico como transporte ou equipamento de ximnasio e material sanitario.

Os clubs beneficiados en Lugo son o Club de Natación Portamiñá, o Club korbis, Club Atletismo Lucus, Club Judo Lugo, Club Piragüismo Cidade de Lugo, C.B. Sarria, Club Triatlón Cidade de Lugo, Club Fluvial de Lugo, Club de Orientación Compás e Club Estudiantes.

## TELÉFONOS DE INTERESE

### LÁNCARA

Concello: 982 54 30 77  
Garda Civil: 982 54 31 47  
Centro de Saúde (cita previa): 982 54 30 39

### PARADELA

Concello: 982 54 11 01  
Garda Civil: 982 53 04 74  
Centro de Saúde (cita previa): 982 54 11 97

### SARRIA

Concello: 982 53 50 00  
Policía Local: 982 53 08 50  
Garda Civil: 982 53 04 74  
Centro de Saúde (cita previa): 982 53 21 11  
982 53 21 12 / 982 53 21 13

### SAMOS

Concello: 982 54 60 02  
Garda Civil: 982 54 60 08  
Centro de Saúde (cita previa): 982 54 70 02

### O INICIO

Concello: 982 42 70 14  
Garda Civil: 982 42 00 46  
Centro de Saúde (cita previa): 982 42 70 77

### TELÉFONOS DE INTERESE



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

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



### TRICASTELA

Concello: 982 54 81 47  
Garda Civil: 982 54 60 08  
Centro de Saúde (cita previa): 982 54 80 18

# SARRIAXA

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

Edición: PORTAS COMUNICACIÓN S.L.

Dirección: Diego E. García Puente

Teléfono: 661 464 323

E-mail: redaccion@sarriaxa.com

Impresión: Tameiga Publicacións S.L.

Dep. Legal: LU 57-2021



*MUEBLES*  
**LA FÁBRICA SARRIA**

**LIQUIDACIÓN  
TOTAL**

**TODO**

**20% - 30% - 40% - 50% - 60% - 70%**

**Por traslado de instalaciones a Matías López 49. Sarria**

