

sarria

A oposición municipal critica a xestión da residencia de maiores. **Páx. 3**

samos

O BNG denuncia que a Xunta deixa en risco as vivendas comunitarias. **Páx. 16**

paradela

A curtametraxe 'Mudanza' foi seleccionada para participar nun festival internacional. **Páx. 17**

láncara

Aprobados os orzamentos para 2026, con case 3 millóns de euros. **Páx. 19**

o páramo

O CEIP do Páramo impulsa un proxecto pioneiro de formación musical. **Páx. 20**

A veciñanza esixe unha mellora total do Chanto



Conceden un galardón á UNED de Lugo

Carlos García, codirector de LugoNaturalMente, presume deste premio. **Páx. 12**

A Deputación de Lugo aproba os orzamentos

Superan os 135 millóns de euros, "para un crecemento económico e social". **Páx. 14**

IES Gregorio Fernández



A directora Ana López, pon en valor o traballo desenvolvido no centro. **Páx. 8**

María Cabot, artista



Unha exposición sobre o rural da comarca de Sarria repasa temas costumistas. **Páx. 13**

Documental da Cova Eirós



Xosé González, realizador lucense, desenvolveu un traballo de 14 anos. **Páx. 15**

II Open do Camiño Vila de Sarria

A AC Taekwondo prepara o campionato, que terá lugar a principios de xaneiro. **Páx. 23**



INNOVACION,
COMPROMISO
Y GARANTIA



EXTENDEDOR DE SILO
MODELO VIMIANZO
CON BOMBOS
GALVANIZADOS



CUIDAMOS EL
BIENESTAR
ANIMAL



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



ENCONTRARÁS CUALQUIER TIPO
DE RECAMBIO AGRÍCOLA



¡CONSÚLTANOS SIN
COMPROMISO!



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



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

SARRIA

Comeza o Tapicheo de Sarria con 13 locais



O Tapicheo de Sarria, organizado polo Concello, celebrará a súa décimo oitava edición coa participación de trece establecementos, catro menos que na edición anterior.

O Adarve, DP Cristal, D’Orixen, Pan Team, Next, Don Pepe, hotel Alfonso IX, Central, O Turuta, 8 Mm, Al Paso to Go, Cubano e Cinza e Lume presentarán unha única creación gastronómica específica para o certame.

As tapas poderán probarse entre o 5 e o 8 de decembro a un prezo único de tres euros, mantendo o criterio adoptado na pasada edición. A organización lembra a importancia de que cada local indique o seu horario de servizo —que deberá ter unha duración mínima de tres horas diarias—. Se algún negocio non especifica o tramo horario, aplicárase o establecido tradicionalmente: de 20:00 a 23:00 horas. Ademais, recoméndase comunicar con antelación se nalgunha das xor-

nadas permanecerán pechados, co obxectivo de facilitar o percorrido ás persoas participantes. Os establecementos estarán distribuídos en catro rutas, sendo necesario visitar cando menos un local de cada percorrido para poder emitir o voto.

As persoas que completen o itinerario completo dos trece establecementos participarán nun sorteo dun viaxe ofrecido polos propios bares. O resto poderá optar a outros agasallos cedidos polos locais, como lotes de botellas ou ceas.

Os votos poderán depositarse ata as 23.59 horas do 9 de decembro. Das valoracións do público saíran seis finalistas, que deberán preparar de novo as súas creacións en datas posteriores para seren avaliadas por un xurado profesional. Este comité escollerá as tres propostas gañadoras, que recibirán os seus recoñecementos durante a cea anual da hostalaría da comarca sarriá.

Nace 'Mellora Sarria' unha iniciativa de participación cidadá

En Sarria acaba de nacer Mellora Sarria, unha plataforma de participación cidadá en liña que xorde da constatación dunha realidade que o propio grupo impulsor resume con claridade: “Hoxe, os veciños de Sarria carecemos de canles efectivas para facernos oír máis alá do voto cada catro anos. A participación debería ser continua, non un acto puntual”. Con esta intención, a iniciativa busca cubrir ese baleiro e ofrecer un espazo estable no que calquera persoa poida propoñer, debater e influír de maneira directa na vida municipal.

Os veciños e veciñas que impulsan o proxecto comparten “a ilusión por poñer o noso gran de area para mellorar a vila dende a base”, e aseguran que o obxectivo principal pasa por recuperar a capacidade de incidencia cidadá na xestión do concello. A súa proposta non pretende substituír o actual modelo representativo, senón complementalo cun mecanismo de democracia directa que evite que a vontade social quede desactivada entre eleccións. “Queremos que Sarria se governe tamén dende abaixo cara a arriba”, explican.

A plataforma funcionará como un espazo web no que calquera usuario rexistrado poderá participar a través de tres vías principais. A primeira será a de propoñer, permitindo presentar ideas para mellorar calquera ámbito do municipio, desde a mobilidade ou a limpeza ata a cultura. A segunda consistirá en debater, de modo que se poidan



comentar, matizar ou cuestionar as ideas doutras persoas sempre desde o respecto. A terceira vía será decidir, pois aquelas propostas que acumulen apoio suficiente poderán someterse a votación para impulsar que as iniciativas máis respaldadas poidan converterse en actuacións reais.

Os impulsores recoñecen que pode existir unha certa desconfianza inicial. “Despois de anos sen canles de participación efectivas, é lóxico”, admiten. Porén, confían en que a cidadanía valore a oportunidade de contar finalmente cun instrumento para expresar a súa voz. “A plataforma está baleira, e só se encherá coas ideas e a enerxía da xente. Confiamos no sentido común e no coidado que todos sentimos polo noso fogar”.

Desde o colectivo destacan que a participación cidadá “non pode limitarse a introducir unha papeleta cada catro anos”. Consideran que a

sabedoría colectiva dos sarriaos é o “maior recurso desaproveitado” do municipio e cualifican Mellora Sarria como “un intento humilde pero ambicioso de poñer ese coñecemento e ese coidado ao servizo de todos, transformando a queixa en proposta e a pasividade en acción”.

PRIMEIRA PROPOSTA. A primeira proposta da veciñanza céntrase na recuperación de O Chanto. Segundo indican, o estado actual da zona de lecer no río Sarria e O Chanto reflicte unha situación de abandono e degradación. Así, denuncian un abandono político que converteu este símbolo comunitario nun espazo “insalubre e degradado”, así como “o mal estado do río, con vexetación acuática e os tocos de árbores tras a recente tala de chopos”. A veciñanza demanda un proxecto de recuperación natural que restaure o río como espazo para o baño e a convivencia.



EXCLUSIVIDAD
para la **SALUD**
de tu **SONRISA**

Especialistas centrados en:

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

982 22 58 70 • 659 44 05 13
Info@ortodonciafigueiras.es

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

¡Ortodoncia todos los días!

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

A oposición de Sarria critica a xestión da residencia de maiores

O BNG de Sarria mostrou a súa preocupación pola situación da residencia de maiores do municipio, sinalando que os problemas de xestión e financeiros do centro son consecuencia da incapacidade do goberno municipal para planificar e asumir responsabilidades. Segundo o portavoz, Efrén Castro, a oposición leva anos propoñendo solucións, como a subida de taxas acompañada de cobertura social para evitar que ninguén quede excluído por motivos económicos, polo que "non existe bloqueio ningún, e resulta inadmisíble que se intente trasladar a responsabilidade á oposición".

Na xunta reitora da residencia, os grupos de oposición, PP, PSOE e BNG mostráronse contrarios a modificar a ordenanza de prezos públicos, polo que se descartou levar este asunto ao próximo pleno. O alcalde, Claudio Garrido, advertiu que, ante a falta de apoio económico doutras administracións e a negativa da oposición a aumentar as taxas, podería verse obrigado a tomar medidas como a non admisión de novos usuarios para reducir gastos, unha situación que, segundo afirma, compromete o futuro do centro.

O PSdeG-PSOE de Sarria considera "especialmente grave" que Garrido suspendese a xunta reitora da residencia ao comprobar que ningún dos tres grupos da oposición apoiaba a súa proposta. "É un novo exemplo da súa falta de talante democrático: cando non obtén o que quere, rompe as reunións e culpa aos demais. O patrón é sempre o mesmo", critica Escrontela.

Pola súa parte, dende o Partido Popular de Sarria califican de "victimistas e non axustadas á realidade" as declaracións do alcalde de Sarria respecto a un suposto bloqueio á resi-



dencia e recordan que na reunión da Xunta Reitora tenderon a man para buscar solucións fronte á situación económica do Concello que tamén se estende á residencia.

O voceiro socialista, Benjamín Escrontela, critica que Garrido empregue a ameaza de non admitir novos usuarios na residencia como resposta ao déficit económico. "Isto non é responsabilidade da oposición, senón o resultado de sete anos de abandono e falta de planificación". Para o PSdeG, anunciar esta posibilidade "é unha forma inaceptable de meter medo á poboación maior e as súas familias". A formación lembra que o propio alcalde recoñeceu que a residencia arrastra un déficit crecente e máis de vinte baixas laborais sen cubrir, situación que xa denunciaron os socialistas e que "non aparece da nada, senón que é consecuencia directa da súa falta de xestión". Ademais, apuntan que Garrido xa subiu as cotas en 2023 e intentou aprobar outra suba do 11% en abril "sen presentar ningunha mellora no servizo", o que demostra que "a súa única resposta aos problemas é cargar o custo sobre a veciñanza".

Finalmente, o BNG insiste en que os problemas da residencia non son novos e que afectaron tamén a gobernos anteriores, sen que ningún deixase de prestar o servizo. Castro reiterou que "é moi doado querer ser alcalde sen asumir ningunha responsabilidade sobre a xestión; levan xa sete anos de goberno e queren facer ver que acaban de chegar" e denunciou que "temos un goberno municipal esgotado e sen proxecto para Sarria". Os nacionalistas tamén apelan á implicación da Xunta de Galicia como administración competente en servizos sociais, para garantir a cobertura do centro.

A voceira popular, Carmen José López, defende que eles propuxeron unha suba do IPC "para compensar a suba dos prezos dos servizos e suministros e non agravar o déficit da residencia, tal e como asumiu tamén o resto da oposición, pero o Grupo de Goberno sempre vén con propostas pechadas que adoitan ser reiteradamente a mesma, subir as taxas sen buscar opcións alternativas".

Por iso, insisten en pedir ao Goberno local unha planificación e melloras para que a residencia sexa viable.

O BNG acusa á Xunta de bloquear investimentos clave para Sarria



O Bloque Nacionalista Galego criticou ao Goberno galego tras o rexeitamento do Partido Popular a todas as emendas que a formación nacionalista propuxo aos Orzamentos da Xunta para o ano 2026. As iniciativas buscaban, segundo o BNG, reforzar servizos públicos básicos e impulsar actuacións pendentes en Sarria.

A deputada Montse Valcárcel trasladou estas críticas nun encontro mantido cos concelleiros nacionalistas do municipio, Efrén Castro e Mónica López. Na reunión, analizaron o que consideran un escenario de "parálise institucional" e falta de compromiso do Executivo de Alfonso Rueda coa comarca.

Valcárcel lamentou que o PP bote abaixo propostas destinadas a resolver situacións enquistadas dende hai anos. Entre elas, destacou o desdobre do corredor Sarria-Nadela, unha conexión viaria que cualificou de "imprescindible" para a actividade económica e a mobilidade diaria. A portavoz lembrou que, tras máis dunha década de anuncios, a obra segue

sen concluír e non conta cun calendario claro.

Outro dos asuntos que o BNG leva tempo reclamando é a renovación da estación de autobuses. A deputada denunciou que a infraestrutura continúa "obsoleta e sen adaptación ás necesidades actuais", coa consecuencia directa de que o alumnado que se despraza a Lugo enfróntase a horarios escasos e pouco útiles.

Tamén fixo referencia á residencia de maiores, que permanece sufragada polo Concello malia tratarse dunha competencia autonómica. Criticou que a Xunta non destinase recursos públicos nin concertase prazas, mentres "si deriva fondos cara ao sector privado".

Para Valcárcel, o conxunto destas situacións evidencia que o Goberno do PP "carece de estratexia" para Sarria. Por iso garantiu que o BNG continuará traballando para que a comarca deixe atrás "anos de desatención" e recupere o investimento que considera necesario.

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

**CARGADORES ELÉCTRICOS
INSTALADOS POR PROFESIONALES**

CONECTA CON EL FUTURO EN TU HOGAR O NEGOCIO



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



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



A BMCS estrea repertorio cun concerto no CAPD

A Banda de Música da Comarca de Sarria ofrecerá o sábado 6 de decembro un concerto no Centro de Atención a Persoas con Discapacidade de Sarria, unha actividade que se enmarca na súa disposición estatutaria de contribuír á integración social e dinamizar a vida cultural da comarca.

Será a segunda vez que a formación visite este centro, xa que xa o fixera no mesmo mes do ano pasado, nunha actuación que deixara unha lembranza moi positiva entre os residentes, quen puideron desfrutar da música, bailar e mesmo tomar parte na interpretación dalgunhas das pezas.

A agrupación chega a este en-

contro tras pechar unha segunda tempada especialmente activa, con vinte actuacións entre concertos, pasarrúas e festivais, ademais de dous obradoiros formativos —un dedicado á dirección e outro á cana simple— que reforzan a súa aposta pola formación e a difusión musical en toda a comarca.

Este concerto no CAPD marcará o inicio oficial da terceira tempada da BMCS, que arrancará coa estrea de varias composicións que integrarán o repertorio de 2026.

Entre elas destacan “António Sousa Alves”, unha marcha do compositor portugués Vítor Resende, e “Filarmonia”, obra do tamén portugués Afonso Alves.

A Ludoteca de Nadal será do 22 de decembro ao 7 de xaneiro

A Concellería de Igualdade do Concello de Sarria pon en marcha para este Nadal a Ludoteca do Programa Sarria Concilia, unha proposta que se desenvolverá do 22 de decembro ao 7 de xaneiro, ambas datas incluídas, co obxectivo de crear un espazo de lecer dirixido ás crianzas das familias traballadoras durante o período vacacional. A iniciativa está destinada ao alumnado de Educación Infantil e de Educación Primaria dos centros educativos do municipio.

O servizo nace para favorecer a conciliación da vida laboral e familiar ao tempo que se impulsa o desenvolvemento integral das e dos menores participantes mediante unha programación que combina xogos, propostas creativas, actividades



culturais e dinámicas centradas no coñecemento do entorno.

A oferta inclúe un total de 75 prazas e establécese un mínimo de 15 participantes para activar a ludoteca. O funcionamento estrutúrase en tres modalidades horarias: o servizo de

madrugadores, de 07:30 a 09:30 horas; a Ludoteca, de 09:30 a 14:00 horas; e o servizo de friameira, garda e custodia, de 14:00 a 15:30 horas. O prazo para presentar solicitudes permanecerá aberto ata o 9 de decembro.

'Ambiente', de Manuel López Rodríguez, gaña o Fiz Vergara

O xurado da XXV edición do Premio de Poesía Fiz Vergara Vilariño, acordou outorgar o galardón ao poemario presentado baixo o lema Ambiente, que, unha vez aberta a plica, resultou ser obra de Manuel López Rodríguez.

A proposta destaca pola súa capacidade para combinar observación, emoción e simbolismo, ofrecendo unha lectura sensible e crítica do entorno familiar, social e urbano. Integrado por Pilar Pallarés, Míriam Ferradáns e Inmaculada Núñez, e coa presidenta da A.C. Ergueitas, María Casar Díaz, como secretaria, así como o concelleiro de Cultura de Sarria, César No, como presidente, o xurado salienta a coherencia temática do libro, a calidade expre-

siva da voz poética e a capacidade de convidar á reflexión sobre o concepto de habitar: o tempo, os espazos e as rutinas que conforman a vida cotiá. A precisión simbólica e a profundidade emocional consolidan Ambiente como unha obra unitaria e humana, capaz de transformar o ordinario en revelación.

O poemario propón un exercicio de suxestión que procura ir máis alá da superficie, construíndo versos que, partindo do habitual, abren unha nova ollada ao envés de espazos e situacións. O xurado tamén destacou a autoconciencia poética da obra, as imaxes suxerentes e unha visión propia que convida a “ver” con renovada intensidade.

Sarria contará cun novo box de atordamento no matadoiro municipal

A Consellería do Medio Rural colaborará co Concello de Sarria na adquisición e instalación dun box de atordamento no matadoiro municipal, unha intervención destinada a modernizar as instalacións e garantir que o servizo se preste nas mellores condicións. A Xunta financiará esta actuación cunha achega de 30.000 euros a través dun convenio coa administración local. Os fondos permitirán ao Concello mercar e colocar un box de inmovilización para o atordamento do gando vacún, dotado dun sistema de empuxe e suxeición da cabeza que cumpre cos requisitos establecidos na normativa vixente.

O delegado territorial de Lugo, Javier



Arias, salientou a importancia desta mellora para a comarca de Sarria, onde o sector agrogandeiro ten un peso estratéxico. Lembrou que a zona concentra unha intensa activi-

dade agropecuaria e conta con numerosas salas de despece e pequenos obradoiros cárnicos, polo que o matadoiro municipal continúa a ser unha infraestrutura clave.

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 AC Huhú presentou BIS/BARRA, o terceiro bloque da Trienal Sarria

A Asociación Cultural Huhú vén de sacar á luz a súa exposición 'BIS/BARRA — Na parede está todo', o Bloque 3 da Trienal Sarria, un proxecto que reafirma a aposta pola creación artística nun territorio onde o rural e o urbano conviven a diario. A entidade destacou que este ciclo de mostra que tamén nesta comarca é posible consolidar unha cultura viva e estable, afastada de tópicos e aberta á participación da comunidade. A mostra desenvólvese en A Sede — NDAC, un espazo que, segundo a organización, funciona como epicentro deste proceso creativo colectivo e que explica mellor ca calquera teoría o presente e o futuro cultural de Sarria.

BIS/BARRA preséntase como un retrato ampliado das prácticas creativas da comarca de Sarria, no que conviven afeccionadas, artistas profesionais, veciñanza e participantes anónimas. Inclúe imaxes, obxectos e materiais que normalmente non se consideran obra de arte, procedentes de espazos domésticos, arquivos persoais e contextos non institucionais.

Con máis de 50 participantes e pezas de distinta natureza, é unha das exposicións máis numerosas e diversas realizadas en Sarria. E, ademais, durante o seu período expositivo, non se descarta a colaboración doutras institucións públicas, incluíndo visitas guiadas, encontros coas persoas participantes e actividades con centros escolares, ampliando así o impacto territorial do proxecto.

"Algunhas destas pezas convertéronse xa en referencias da memoria local, funcionando como ponte entre experiencia individual e historia compartida. Moitas das contribucións exhibense por primeira vez, e a mostra incorpora formas de creación



compartida e procesos colectivos que expanden o concepto de autoría", explican desde a asociación.

Nesta mostra conviven traballos domésticos, experimentos, recordos, materiais de arquivo e obra profesional, configurando unha respiración colectiva na parede. O obxectivo non é acumular, senón poñer en relación o íntimo, o doméstico e o artístico. O dispositivo expositivo concíbese como lugar de acollida. Non hai xerarquías entre participantes: as obras permanecen, dialogan e conviven. A exposición funciona como corpo colectivo sostido polo contacto e pola continuidade.

A exposición permanecerá aberta a novas incorporacións durante o seu desenvolvemento, co compromiso de ir colgando as pezas que están en camiño e mesmo aquelas que aínda non se atreven a dar o paso. Na clausura, prevese que máis de 80 obras conformen este retrato colectivo.

A PAREDE. "BIS/BARRA é un territorio común: o importante non é decidir que é arte, senón activar o que

a fai posible. Na parede está todo —e o todo, desta vez, pertence a todas".

BIS/BARRA, que estará dispoñible para visitar ata o 14 de febreiro, preséntase cunha instalación na que todas as pezas están colgadas á altura da mirada e aliñadas na mesma liña, un xesto sinxelo que busca igualar voces e miradas.

A asociación incidiu en que esta relación entre parede e chan simboliza o sostén da mostra: o que se exhibe e o público que o contempla. Ademais, fixo fincapé en que a metade das achegas pertencen a mulleres desmonta a idea de que o rural fala cunha única voz. A exposición, sinalan, non inventa esta realidade, senón que lle ofrece unha parede para facerse visible.

Concibida como unha radiografía do Sarria que existe cando ninguén mira, a mostra reúne memoria familiar, escola, afección e continuidade. Desde Huhú subliñan que a Trienal non pretende ordenar o territorio, senón deixar que este se exprese e apareza a través das obras e das persoas que as sosteñen.

O PP de Sarria reclamou apoio aos autónomos



O Grupo Municipal do Partido Popular de Sarria levou ao pleno ordinario de novembro da Corporación Municipal unha moción sobre a defensa dos traballadores autónomos e quedou sen aprobar nin rexeitar ao producirse un empate cos cinco votos a favor dos populares e os cinco en contra do PSOE e BNG, mentres que Camiña Sarria se abstivo por ser "unha cuestión nacional".

O PP quería que o Concello adoptase unha posición clara en apoio dun colectivo que, segundo denuncian, está a sufrir unha "carga impositiva e burocrática crecente" derivada das políticas do Goberno central. Os populares aseguran que esta situación está a frear o emprendemento e dificultando a creación de emprego no municipio.

A formación manifesta o seu rexeitamento ás decisións fiscais do Executivo estatal, que —afirma— manteñen aos autónomos "baixo unha presión desproporcionada, que limita a iniciativa empresarial e resta dinamismo á economía local".

Ademais, o PP lembra que con-

tinúa sen executarse unha parte dos compromisos asumidos polo Goberno en 2023, a pesar de seren medidas "imprescindibles para aliviar a situación do sector".

Entre esas accións pendentes sitúan a aplicación do réxime de franquía do IVE recollido na Directiva europea 2020/285, cuxo prazo de adaptación rematou o 1 de xaneiro de 2025.

A implantación deste sistema permitiría deixar exentos de presentar e pagar o imposto a autónomos e pequenas empresas cun volume anual inferior aos 85.000 euros, o que suporía un "alivio fiscal e administrativo de grande impacto".

Os populares insisten en que "ningunha institución pode mirar para outro lado ante esta realidade" e subliñan que agora "non é o momento de penalizar ao tecido produtivo, senón de acompañalo e protexelo".

Así, cargaron contra o Goberno de Pedro Sánchez por "impor unha presión fiscal asfixiante" e por "negar un alivio que Europa xa ten avalado".



PIZZERIA PAPARAZZI
100% ITALIANI
!!OFERTAS ESPECIALES!!

-50% en la segunda pizza familiar
-25% en la segunda pizza familiar

Martes
Familiar de Jambón y Bacon
8€

Servicio a domicilio
Reserva online 72 horas antes de la entrega (OPE)

Rúa Diego Pazos, 30 - Boleo Sarria
☎ 982 012 026

COMIDA PARA LLEVAR

cafe CUBAN bar

1º PREMIO XV CONCURSO DE TAPAS TAPICHEO'22

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

cafebarcubano

O Festival Ribela Love Nature 2026 xa ten data



Fotografía de Reyes Fernández

Os organizadores do Festival Ribela Love Nature confirmaron que a edición de 2026 terá lugar o 21 e 22 de agosto, unha cita que permitirá reencontrarse coa música e a natureza. A pesar de que agosto aínda queda lonxe, o festival anuncia xa a súa volta, mantendo a ilusión entre os afeccionados á música electrónica. Sarria repetirá como epicentro do

festival, que na súa edición de 2025 apostou por un cartel formado por artistas internacionais de referencia con talento local. Ademais, avanzaron que, con motivo do 5º aniversario, van facer un evento de presentación, con actuacións e avances da nova edición o sábado 27 de decembro en A Sede da Asociación Cultural Huhú.

A Aula CeMIT de Sarria lanza novos cursos gratuítos

A Aula CeMIT de Sarria vén de abrir o prazo de inscrición para tres novas formacións gratuítas para persoas de todos os niveis que desexen mellorar as súas competencias dixitais. A proposta combina contidos de iniciación coa aprendizaxe de habilidades prácticas adaptadas ás necesidades actuais. Un dos cursos é Seguridade TIC Básica, de 9 horas de duración, que permitirá ao alumnado aprender a identificar riscos, protexer a súa información persoal e navegar pola rede con maior tranquilidade. Tamén se impartirá Internet, ocio e

operacións dixitais, outro programa de 9 horas no que se abordarán diferentes usos da rede para comunicarse, informarse, realizar xestións ou acceder a contidos de entretemento de maneira segura. A programación complétase con Inicio á impresión 3D, unha formación máis breve, de 3 horas, que ofrecerá unha primeira aproximación práctica ao funcionamento desta tecnoloxía, coñecendo materiais, nocións básicas de deseño e a posta en marcha dun modelo real. As inscricións poden realizarse a través da web oficial da Aula CeMIT.

A XXVIII Festa do Cocido do Porco Celta será o 31 de xaneiro

Xa hai data para a Festa do Cocido do Porco Celta de 2026, que celebrará dezaioito anos como unha das citas gastronómicas máis importantes de Sarria. A convocatoria está impulsada polo Concello en colaboración cun grupo de hostaleiros, coa participación da Xunta de Galicia, a Deputación de Lugo e Asoporcel. O encontro terá lugar no campo da feira e reunirá arredor de 700 persoas distribuídas en 55 mesas con capacidade para 13 comensais cada unha. A edición deste ano contará como pregoeiro con Fernando Romay, exxogador de balon-



cesto, quen asumirá o relevo da catedrática de Pediatría da USC e presidenta da Fundación Española da Nutrición, Rosaura Leis. A xornada completárase con actuacións musicais, a entrega

de recoñecementos e outras actividades que se están pechando nestes días, sen descartar a presenza de postos de venda no recinto con produtos do porco e outros alimentos artesanais tradicionais da zona.

A Igrexa de Santa Mariña sométese a unha intervención para ser mellorada

A Igrexa de Santa Mariña está sendo sometida a unha intervención promovida pola Consellería de Cultura, Lingua e Xuventude da Xunta, cun orzamento de 546.000 euros, destinada a frear as filtracións de auga que padece o edificio. As obras céntranse na renovación da cuberta, que inclúe a substitución do entablado de madeira, a instalación dunha lámina impermeable e transpirable e a colocación dunha nova cobertura de lousa. Tamén se conservarán os paramentos exteriores mediante a limpeza da pedra, a eliminación de fungos e vexetacións adheridas, a recuperación das xuntas entre os sillares e a aplicación dun novo acabado nos muros.



No campanario, reconstruírase o chapitel superior, renovarase o piso, e instalárase unha nova escaleira de acceso á torre para mellorar a seguridade e o mantemento. Tamén se recuperará e restaurará o

pequeno espazo do baptisterio, así como se renovará o sistema de climatización. Por último, recuperaranse falsos teitos deteriorados e mellorarase a accesibilidade ao edificio cunha rampla.

EL EQUIPO DE LA CLÍNICA OBRADOIRO DENTAL OS DESEA FELICES FIESTAS Y PRÓSPERO 2026

- Odontología estética
- Odontología preventiva
- Endodoncia
- Prótesis
- Odontopediatría

- Ortodoncia
- Implantología oral
- Cirugía oral
- Periodoncia
- Patología de la oclusión

DRA. IRIA GASAMÁNS. Odontología general, endodoncia y prótesis. Colegiada 27001306.

DR. ALFREDO RODRÍGUEZ GRANDJEAN. Cirugía oral e Implantología. Colegiado 15001940.

DR. SAMUEL GARABAL. Ortodoncista. Colegiado 27001180.

ANISSA AMANCHAR. Higienista bucodental. Colegiada 1674.

CLÍNICA OBRADOIRO DENTAL

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




O MIRALLOS

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

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




RESTAURANTE A CARBALLEIRA DE REBOLEIRA
LEÑA Y CARBÓN

MAESTROS DE LA PARRILLA

Instagram: @a_reboleira_restaurante
San Martín de Río Lancia
A Reboleira 27692
Tlf: 641 027 705



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

RESERVAS:
Telf. 982 546 063






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

A Pulperia de Luis



RIO LOYO
Restaurante

Mesón Castro



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

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





Pontenova
mesón restaurante

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

Tel.: 982 546 003

Instagram: @catering_meson_a_pontenova
Facebook: Meson pontenova






A Fervenza
CASA GRANDE & RESTAURANTE

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



“Sei o que podemos aportar ao centro e á comunidade educativa”

Ana López, directora do IES Gregorio Fernández desde o 1 de xullo, afronta esta nova etapa con ilusión e repasa os proxectos do instituto

Jessica Fernández

O IES Gregorio Fernández fai 50 anos e Ana Isabel López Valín, que tomou o relevo de Fernando Díaz Copa despois de 25 anos de incansable traballo, afronta esta nova etapa con ilusión: “Para min, o centro é a miña casa, porque levo aquí 21 anos. Coñezo os compañeiros, o perfil do alumnado e o funcionamento do centro. Unha das razóns polas que me presenteí a directora foi o compromiso coa comunidade da miña vila, Sarria. Outra razón fundamental foi o equipo co que me presenteí, porque isto é un reto, un gran traballo e unha responsabilidade. Sei como traballan e o que podemos proporcionar ao centro e á comunidade educativa de Sarria”, explicou a nova directora. Así, o equipo directivo do IES Gregorio Fernández complétase coa vicedirectora María García, a secretaria Fe Pérez, a xefa de estudos de diúrno, M^a Luz Núñez, e a xefa de estudos de adultos, Isabel Rodríguez. O que foi director do IES Gregorio Fernández, Copa, que estivo á fronte do centro durante 25 anos, valora esta etapa de maneira positiva, destacando todo o que aprendeu dos alumnos, das familias e do seu equipo de traballo, aínda que recoñece que foron moitos anos de dedicación.

sarriao.

O edificio principal, coñecido como Edificio 100, lembra o exdirector, construíuse en 1985, mentres que o Edificio 300 inaugurouse en 1992 para albergar a maior parte do alumnado da familia profesional de Sanidade, que incluía os ciclos de Auxiliar de Clínica e Laboratorio, aínda que esta rama foi suprimida no curso 2000/2001, trasladándose os seus equipamentos aos institutos de Monforte e Burela. En 2001 construíuse o Edificio 400, ampliouse o taller de Mecanizado e o ximnasio, e tamén se creou a cociña e o comedor.

O curso 2009/2010 marcou a chegada do programa Abalar, e no 2011/2012 creouse a aula de Atención Educativa. No curso 2012/2013 inaugurouse a sección da Escola Oficial de Idiomas de Lugo en Sarria, impartindo inglés nos niveis A1, A2, B1, B2 e C1. O programa Erasmus iniciou a súa actividade no curso 2014/2015, “permitindo ao centro abrirse ao mundo a través da educación”, destaca Copa. Actualmente, o IES conta con acreditación Erasmus para Educación Escolar, e coa acreditación para Educación Superior, polo que poden participar en mobilidades alumnado de ESO, Bacharelato e Formación Profesional. No mesmo

centro, e instalándose tamén tres portas automáticas e ventás anti-suicidio. En 2022 colocáronse doce cámaras de videovixilancia exteriores para aumentar a seguridade, durante o curso 2023/2024 instaláronse 80 metros cadrados de placas fotovoltaicas no teito do Edificio 100, e 22 paneis dixitais nas aulas para fomentar a enerxía renovable. Ademais, nos cursos 2022-2024 foron acondicionados e adaptados os baños do Edificio 100 para persoas con mobilidade reducida. Finalmente, o ano pasado dotáronse de encerados dixitais a todas as aulas do centro.

“O meu obxectivo de futuro é ampliar a oferta educativa do centro, sobre todo no ámbito da Formación Profesional, ofrecendo máis oportunidades”

Copa resalta que “o alumnado do centro conseguiu aprobar as PAU durante sete anos consecutivos, igual que nos dous últimos anos”.



personalizada. Pola súa parte, o Bacharelato ofrece as modalidades de Ciencias e Humanidades, permitindo ao alumnado preparar as diferentes vías universitarias e profesionais.

A Formación Profesional abrangue ciclos básicos en Fabricación e Montaxe e Servizos Administrativos, ciclos medios en Mantemento Electromecánico, Mecanizado e Xestión Administrativa, e ciclos superiores en Administración e Finanzas, Mecatrónica Industrial e Sistemas de Telecomunicacións e Informáticos en réxime modular, xunto cun Curso de Especialización en Dixitalización do Mantemento Industrial.

Ademais, o centro conta con Educación Secundaria para Adultos (ESPA) en niveis I e II, e coa Sección da Escola Oficial de Idiomas de Lugo en Sarria, que imparte distintos niveis de inglés, ofrecendo así unha formación completa e adaptada ás necesidades de todo tipo de alumnado.

Por outra banda, a directora do centro, destaca a biblioteca e o Equipo de Dinamización de Lingua Galega, “que funcionan moi ben, na que se organizan actividades con frecuencia para fomentar o hábito da lectura e a defensa da cultura e lingua galega. Tamén temos concedido o PLAMBE, o Plan de Mellora de Bibliotecas Escolares nos centros públicos”. Ademais, pon en valor a Radio Bolboreta, “un proxecto que puxo en marcha Eduardo Rey”.

No que respecta a proxectos, participan no Plan Proxecta e presentaron a documentación para formar parte dun proxecto de inclusión educativa, o PIE, e tamén no “Innova, no que están implicados varios departamentos do centro”. Hai tamén plans de formación de profesorado, con varias liñas destinadas á actualización dos docentes.

Así, contan con Polos Creativos, teñen un coro chamado Coro da Ribela e grupos de traballo fomentando o benestar emocional da comunidade educativa. Máis centrado no alumnado, organízanse actividades deportivas como campionatos e ligas, “fomentando así os hábitos saudables e deportivos”, pon en valor Ana. A nivel internacional, partici-

pan en Erasmus: “O noso alumnado de ciclos e secundaria pode realizar mobilidades ou prácticas en empresas doutros países europeos como Alemaña, Croacia, Francia... Temos a acreditación de Educación Escolar, a Carta Erasmus de Educación Superior (ECHE), que permite tanto ao profesorado como ao alumnado moverse por Europa.

O FUTURO. Con respecto ao futuro, a directora, Ana López, afirma que lle gustaría “ampliar a oferta educativa do centro, sobre todo no ámbito da Formación Profesional. Gustaríame traer a Sarria máis ciclos formativos para ofrecer máis oportunidades ao alumnado da comarca”. Porén, “os inicios sempre resultan duros. Teño que recoñecer que é complicado, hai moita carga de traballo e moitas cousas que aprender. A día de hoxe, só penso en chegar a xuño; teño un mandato de catro anos, pero imos paso a paso e con ilusión”. Aínda así, sostén que o obxectivo a curto prazo é mellorar a convivencia no centro debido á gran diversidade cultural.

“Temos nenos da zona rural, do casco urbano de Sarria e tamén nenos que veñen de fóra cada semana; e cómpre acollelos ben, intégralos e acompañalos no proceso. Están aqueles que, ademais, teñen dificultades coa lingua, polo que hai que facilitarles a aprendizaxe lingüística e a integración social. As normas do centro, as distintas culturas... todo isto require tempo e acompañamento. Así que, polo menos agora, a miña prioridade é centrarme no benestar do alumnado. Que os estudantes cheguen, se integren, aproveiten as clases, non haxa conflitos e todo funcione con normalidade. Esa é a miña meta, e engloba tanto o alumnado como o profesorado. Tamén quero que o profesorado estea a gusto, que se sinta acompañado e que, se xorde algún problema na aula, poidamos traballar xuntos para resolvelo. En definitiva, o alumnado debe estar ben atendido e, ao mesmo tempo, hai que facilitar o traballo ao profesorado para que todo avance da mellor maneira posible”, conclúe.



A EVOLUCIÓN. O instituto foi creado no ano 1975 e iniciou a súa actividade en novembro dese mesmo ano como instituto de Formación Profesional, como sección do IES Daviña Rey de Monforte de Lemos. As súas primeiras instalacións estaban na Casa da Cultura, ata que en 1998 pasou a ser IES e, no ano 2000, adoptou o nome de IES Gregorio Fernández en honra ao recoñecido escultor

curso, iniciouse a impartición de FP Básica nas modalidades de Fabricación e Montaxe e Servizos Administrativos, construíndo un edificio de 110 metros. Entre 2016 e 2018 foron instaladas a fibra óptica e creouse a aula de radio, Radio Bolboreta. No ano 2020, debido á pandemia do COVID-19, o alumnado de ESO e Bacharelato cambiou de edificios para organizar entradas diferenciadas ao

OFERTA EDUCATIVA E PROXECTOS. Con respecto á oferta educativa, o IES Gregorio Fernández de Sarria conta con gran variedade de niveis educativos que xustifican a cantidade de alumnado que acolle, arredor de 400 alumnos e alumnas. A Educación Secundaria Obrigatoria conta con agrupamentos flexibles e/ou desdobres en 1º e 2º curso para favorecer unha aprendizaxe máis

A DEPUTACIÓN DE LUGO COA CULTURA



A Vicepresidencia apoia o dinamismo do tecido asociativo da comarca de Sarria

As axudas teñen como obxectivo promover a organización de eventos e actividades culturais

O pasado mes de novembro publicáronse as resolucións das convocatorias de axudas para as asociacións culturais que a Vicepresidencia da Deputación de Lugo convoca anualmente para contribuír á dinamización do tecido asociativo de base. Vintecinco asociacións culturais, veciñais e educativas da comarca de Sarria recibirán estas achegas destinadas á organización de actividades de interese cultural ou ao equipamento de locais sociais. Certames literarios e artísticos, obradoiros musicais ou de xogos tradicionais, actividades culturais en celebracións populares como magostos e xuntanzas interxeneracionais, a edición de libros ou a organización de viaxes de interese cultural son algunhas das actividades subvencionadas pola área

a Asociación Veciñal e Cultural Santiago de Cedrón, en Láncara, coa organización da Festa da Xuventude; a ANPA do Colexio Público Ricardo Gasset do Incio, coa organización dunha viaxe cultural e de obradoiros musicais; a Asociación de Veciños Fanagueiros de Eirexalba, coa organización dun certame literario e xogos tradicionais; a Anpa do CEIP de Samos, coa programación de xogos tradicionais e contacontos; a Asociación de Profesionais e Comerciantes de Samos, con actividades culturais no Samos Tapeo e para viaxes culturais; a Asociación Cultural Os Gorriós, coa organización do Festival de San Martiño Canival; a Asociación Cultural Grupo Xacobeo, coa organización dunha viaxe cultural; a Asociación Cultural Ergueitas; a Asociación de Anticuarios de Sarria



Actuación de Peleriños no Festival Move os Teus Marcos en Sarria. Fatal Films.

magosto e de actividades de Nadal; coa Asociación de Mulleres Rurais de Paradela, coa organización dunha viaxe cultural; tamén coa ANPA do CEIP de Triacastela, con clases de informática e mecanografía. Ademais, dedicaron investimentos para a adquisición de cadeiras por parte da Asociación de Veciños de San Martiño de Río de Láncara; para equipamento informático e mobiliario da ANPA do CEIP de Samos; para que a Asociación de Comerciantes e Artesáns de Samos comprase expositores; para que a Asociación Peleriños de Sarria adquirise material musical; para que a Asociación Ergueitas comprase equipamento informático; para que La Unión de Sarria mercase equipamento informático e mobiliario; para que a Asociación Crearte instalase unha porta no local social; para que a Banda de Música de Sarria comprase equipamento técnico e para que Asociación Veciñal Rivas de Miño no Páramo comprase estufas.

na conservación e posta en valor do patrimonio material e inmaterial. En suma, concedéronse máis de 500 axudas para a organización de actividades e para equipamentos, distribuídas por toda a provincia. Na resolución das convocatorias, aplícanse criterios relacionados co interese da actividade desde o punto de vista cultural, patrimonial

ficiarias das axudas. A responsable provincial valorou “a importancia da actividade das asociacións para facilitar a participación cultural en todo o territorio da provincia. Sen esa rede de base non sería posible articular programacións culturais máis aló das vilas, que é unha das prioridades da área de Cultura porque entendemos a creación e a



Inauguración dunha das mostras da Trienal de Sarria. Colectivo Huhú.

provincial a través desta convocatoria, publicada o pasado mes de abril e dirixida a asociacións de toda a provincia que teñen a actividade cultural entre as súas finalidades. No relativo ao equipamento de locais, a maior parte das axudas solicitadas están ligadas á compra de mobiliario e equipamento técnico e informático para os locais sociais, instalacións que, ademais do uso cultural, nas parroquias rurais actúan como espazos de encontro da veciñanza. As asociacións beneficiarias foron

coa edición dun libro e organización da Feira de Antigüidades e Exposición; a Asociación Veciñal Sagrado Corazón de Nespereira, coa organización dun magosto e da Festa da Xuventude; a Asociación Cultural Crearte, coa organización dun ciclo de cinema; a Asociación Cultural Huhú, coa organización da Trienal de Sarria; a Sociedade La Unión, coa organización do Festival Interxeracións. Xa na comarca, tamén colaboraron coa Asociación Veciñal de Vilaragunte de Paradela coa organización do

Un piar de acción da área de Cultura

Esta convocatoria anual – que en 2025 contou cun investimento conxunto de 500.000 euros – é un dos eixos da colaboración da Vicepresidencia da Deputación de Lugo co tecido cultural de base. As axudas, en réxime de concorrência competitiva, teñen como obxectivo promover a organización de eventos e actividades culturais en todo o territorio da provincia, fomentar a participación e a implicación da veciñanza nas actividades e

e etnográfico ou a súa consolidación no tempo, e primase as entidades de concello de ata 2.000 habitantes. A deputada de Cultura Iria Castro explicou que “a resposta á convocatoria, que medra cada ano en solicitudes, reflicte o crecente dinamismo das asociacións, unha rede fundamental para facilitar o acceso á actividade cultural e crear espazos de socialización e convivencia arredor da cultura e do patrimonio, especialmente nas parroquias e concellos máis pequenos”, que son unha parte importante das bene-

participación cultural é un dereito para todas as persoas, vivan no lugar no que vivan”. Ademais das axudas directas, a área de Cultura ofrece ao tecido asociativo a posibilidade de participar nas programacións que se poñen en marcha ao longo do ano como o programa de promoción da música tradicional Tradigalu, o Móvete, que inclúe actuacións musicais de rúa, espectáculos de narración oral e maxia ou proxección audiovisuais e os circuitos de teatro profesional e afeccionado, cos que se financia total ou maioritariamente.



Visita á ANPA de Samos.

COMARCA

Asoporcel idea un sistema pioneiro de trazabilidade



A Asociación de Criadores da Raza Porcina Celta (Asoporcel) acaba de desenvolver un novo sistema que permitirá que as canles e as cabezas de Porco Celta incorporen na súa etiquetaxe un código QR intelixente co que o consumidor poderá consultar toda a información do animal e do proceso de produción. Galicia convértese así na primeira comunidade en ofrecer un sistema de trazabilidade total e verificada para unha carne autóctona. A través deste código, poderase acceder a datos como o número de precinto, sexo e idade do animal, data de sacrificio, nome do propietario e localización da granxa, matadoiro, industria transformadora, técnico responsable e peso da canle. A información está dixitalmente certificada e vinculada a un sistema blockchain, que garante a súa inviolabilidade e transparencia. “O consumidor poderá coñecer con exactitude de onde vén o que está a comer, e iso tradúcese en confianza e seguridade alimentaria”, explican desde Asoporcel. “Ao mesmo tempo, é unha ferramenta que pon en valor o traballo dos nosos gandeiros, que apostan pola calidade, o benestar animal e

o respecto polo medio ambiente”. A implantación deste sistema contribuirá tamén á modernización e dixitalización do sector gandeiro galego, así como a reforzar a competitividade das explotacións e favorecer a súa adaptación aos obxectivos da nova PAC. “Estamos a dar un paso decisivo cara á dixitalización e a transparencia total da nosa carne”, destacan desde a asociación. “Asoporcel garante unha trazabilidade real, da granxa á mesa, e reforza o compromiso do Porco Celta coa inocuidade alimentaria e coa sustentabilidade”. A primeira proba do sistema realizouse a finais de outubro con pezas procedentes de ganderías socias de Asoporcel e estará totalmente operativo a partir de 2026. Este sistema de etiquetaxe foi unha iniciativa derivada do proxecto Asoporcel, de trazabilidade dixital certificada por blockchain na cadea produtiva do Porco Celta, que leva a cabo dentro das axudas para a execución de proxectos innovadores de grupos operativos AEI; e está financiado polo Feader, no marco do Plan estratéxico da política agraria común (PEPAC) 2023-2027.



Peluquería
Isolina

Tu peluquería de confianza desde 1987

Avda de Castilla, 19 - Triacastela 617 403 579

Diversa Infantil da comarca de Sarria propón actividades gratuítas

A Plataforma de Diversidade Infantil da Comarca de Sarria vén de poñer en marcha un novo programa de actividades gratuítas para o curso 2025/2026, co obxectivo de promover a inclusión, o benestar emocional e a sensibilización no ámbito educativo. Unha das propostas é a maleta sensorial, un recurso en préstamo que inclúe xogos e materiais manipulativos pensados para traballar a atención, a coordinación motora, a integración sensorial e a calma, facilitando ademais a autoregulación emocional. Esta actividade está destinada a casas niño, escolas infantís, garderías, centros de educación infantil e primaria, así como outros colectivos vinculados á infancia. A programación complétase co visionado dunha parte da serie documental Galicia Diversa e un coloquio posterior co seu guionista e director, Manuel Darriba. Esta sesión está recomendada para estudantes de secundaria, bacharelato, formación profesional, educación superior e



outros grupos interesados en reflexionar sobre a diversidade e a convivencia. A entidade lembra que tamén atenderá solicitudes de fóra da comarca e agradece a colaboración das persoas que adquiriron pulseiras solidarias para diferentes eventos, grazas ás cales foi posible adquirir o material da maleta sensorial. As entidades interesadas poden solicitalas reservando data a través do correo diversainfantil@gmail.com.

RECADACIÓN PARA INICIATIVAS. A masterclass de zumba celebrada o no pavillón do CEIP Ricardo Gasset do Incio cumpriu con creces o propósito co que fora organizada: recadar fondos para a Plataforma Diversa Infantil de Sarria. A valoración foi positiva e celebraron que a actividade permitise reforzar o labor da Plataforma Diversa Infantil, que destinará os fondos, 990 euros, a accións de visibilización e sensibilización sobre inclusión.

O supermercado Farruquiño abriu a súa primeira tenda en Lugo

O supermercado Farruquiño abriu o seu primeiro punto de venda en Lugo, no número 3 da Rúa Santiago. A xerente, Sonia Romy, e o administrador, Rubén Yanes, con experiencia en tendas de Abadín, Cospeito, Sarria e Burela, traen á cidade un supermercado clásico, con produtos de sempre a prezos moi competitivos. Entre os produtos máis destacados están as carnes, froitas e queixos pola súa calidade excepcional, así como o trato próximo ofrecido aos clientes. A tenda permanece aberta de luns



a sábado de 9:00 a 21:00 horas, e os domingos e festivos de 10:00 a 14:00 horas, permitindo que as

veciñas e veciños poidan facer as súas compras durante os 365 días do ano.



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

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

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

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

Rúa Da Liberdade, 126, 27600 Sarria

“A boca é a porta de entrada á saúde e debemos coidala”

Iria Figueiras defende un enfoque centrado na funcionalidade, no diagnóstico temperán e no seguimento continuo dos pacientes

Iria Figueiras, graduada en Odontoloxía e cun Máster en Ortodoncia e Ortopedia Dentofacial pola Universidade Complutense de Madrid, leva anos dedicada en exclusiva á súa especialidade. Desde o seu centro, Ortodoncia Figueiras, insiste en que “a ortodoncia vai moito máis alá da liña de dentes” e que o que realmente importa é a funcionalidade. Sempre repite que “a boca é a porta de entrada a unha mellor saúde: se podemos respirar, mastigar e falar ben, o resto do corpo funciona mellor”, e por iso a súa aposta é ofrecer en Lugo un servizo centrado no diagnóstico preciso e no seguimento continuo.

A profesional explica que o seu proxecto naceu da necesidade de contar na provincia cun centro especializado, exclusivo: non unha clínica dental convencional, senón un espazo onde a ortodoncia fose o eixo principal, no que o paciente reciba unha atención integral e pensada especificamente para resolver problemas funcionais, non só estéticos.

Figueiras lembra a miúdo que a ortodoncia abrangue moito máis do que a maioría das persoas imaxinan. Describe a oclusión —a forma en que mordemos, mascamos ou falamos— como unha clave absoluta para o benestar: “A ortodoncia trata todo o que abarca a oclusión”, comenta, e engade que mellorar a mordida pode repercutir positivamente en aspectos tan diversos como a respiración, o sono ou mesmo a dixestión. Segundo ex-



plica, “non se trata só de aliñar os dentes”, senón de conseguir que o paciente “respire mellor, fale mellor, mastique mellor e poida mellorar así a súa calidade de vida”.

Un dos puntos nos que máis insiste é no diagnóstico na primeira infancia. Recalca que “non se trata dun tratamento precoz, senón dun diagnóstico precoz”, porque esa é a fase clave para identificar posibles problemas e evitalos antes de que deriven en complicacións maiores. Para ela, cada valoración temperá é “regalar saúde futura”.

En canto ás técnicas máis demandadas, Figueiras confirma que os aliñadores están moi de moda, pero advirte de que non todo vale para todos os casos. Asegura que “cada técnica é mellor para un problema ou outro” e que o importante é partir dun

diagnóstico sólido. Di que, se se sabe desde o primeiro momento cal é o problema e cales son os obxectivos, “pódese escoller mellor a técnica que usar”. Explica aos pacientes os límites e posibilidades de cada opción, pero subliña que “o máis importante é que o paciente entenda ben o que hai”.

Se hai un aspecto no que fai especial fincapé é no seguimento diario. Afirmar que “o seguimento é fundamental” e que poder ofrecer unha atención continua evita complicacións e retrasos. Considera prioritario que cada paciente saiba que pode acudir “no momento que sexa” se algo non vai ben, e que non teña que esperar semanas cun bracket caído ou cun aliñador que non axusta. Defende o valor da continuidade e asegura que “a atención diaria e o seguimento sem-

pre pola mesma persoa é moi importante: as mesmas mans e a mesma cabeza pensante”.

Figueiras recoñece tamén que cada vez hai máis adultos que se animan a comezar un tratamento de ortodoncia. Conta que moitos acoden porque notan problemas funcionais, outros porque perderon algunha peza e necesitan recuperar espazos, e outros, simplemente, porque buscan mellorar a estética. Lembra que “as técnicas avanzaron moitísimo nos últimos 30 anos” e que hoxe existen opcións moi discretas que facilitan a decisión. A tecnoloxía é outra das aliadas fundamentais na súa práctica clínica. Detalla que o seu centro conta con, radiodiagnóstico 3D (CBCT) e convencional, escáner intraoral e fotografía intra e extraorais. Con estas ferramentas, asegura, pódese obter “un diagnóstico máis preciso” e ofrecer ao paciente unha explicación detallada, visual e comprensible do seu caso.

Aínda así, lembra que “as ferramentas son fundamentais, pero sempre da man dun profesional experto”.

De cara á chegada do Nadal, época na que moitos tratamentos sofren “os desaxustes típicos das festas”, a especialista recomenda manter a constancia. Di que nesta época “tomamos máis azucre, máis doces e máis alimentos duros”, pero que a clave é manter a hixiene e avisar se algo se altera. Resume así o seu consello principal: “O importante é comunicarnos e ser conscientes da repercusión que esa perda de hábitos pode ter”.

Esa combinación de especialización, análise detallada e trato próximo define o espírito de Ortodoncia Figueiras, un centro que, en palabras da propia Iria, busca sempre “o tratamento máis ideal para cada paciente”.

Representantes do Camiño Francés convidan ao Papa a facer o Camiño

Unha delegación formada por alcaldes e representantes locais dos once concellos galegos que integran a Mancomunidade de Municipios do Camiño Francés, entre eles o alcalde de Palas de Rei, Pablo Taboada, e a alcaldesa de Triacastela, Olga Iglesias, viaxou ao Vaticano para convidar oficialmente ao papa León XIV a peregrinar polo Camiño de Santiago con motivo do próximo Ano Santo 2027.

Durante a audiencia xeral celebrada na Praza de San Pedro, os representantes galegos fixeron entrega ao Pontífice dunha carta formal de invitación, acompañada dunha vieira de Sargadelos e dun bordón xacobeo, dous dos símbolos máis recoñecidos do peregrino e emblemas da hospitalidade galega.

O xesto enmárcase no programa “Almas del Camino”, unha iniciativa que busca difundir os valores universais do itinerario xacobeo e fortalecer os vínculos entre Galicia e o Vaticano. A carta invita ao Papa a percorrer algún dos tramos do Camiño Francés, unha das rutas máis emblemáticas e transitadas do Xacobeo.

Os representantes dos concellos subliñaron que unha eventual visita papal suporía “un gran impulso” para o Ano Santo 2027, no que se prevé unha importante afluencia de peregrinos e visitantes, consolidando así o papel do Camiño como espazo de encontro espiritual, cultural e de fraternidade entre pobos.

**PERMUY
GESTIÓN**

CORREDURÍA DE SEGUROS

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

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

¡No te pierdas nuestras ofertas de diciembre!

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

¡TE ESPERAMOS!

Rúa da Liberdade, 86 27600 SARRIA (Lugo)

982 53 01 47
982 53 50 63
610 221 677

Noelia Rodríguez ponse á fronte de Agromuralla



A asociación Agromuralla renova a súa xunta directiva, con Noelia Rodríguez como nova presidenta e dando entrada no seo do colectivo a novos sectores como o do vacún de carne ou o do viño.

Tras unha década de actividade, a asociación xurdida das tractoradas polos baixos prezos do leite, acordou dar cabida tamén a outros sectores da produción de alimentos. "O medio rural ten problemas comúns que temos que afrontar dende unha óptica máis transversal", defendeu a nova presidenta, Noelia Rodríguez.

As dificultades para acadar prezos xustos en orixe para os produtores, os problemas de relevo xeracional e a escasa valoración social da importante labor que realizan os agricultores e gandeiros tanto desde o punto de vista do subministro de alimentos á poboación como de coidado do territorio son algúns dos retos que comparten os distintos sectores.

RENOVACIÓN DE CARGOS. Tal como establecen os estatutos de Agromuralla, a Asemblea Xeral acordou tamén a renovación de cargos da Xunta Directiva, que foron aprobados por unanimidade. Tras catro anos como presidente, José Luis Pérez Barreiro cede o testigo a Noelia Rodríguez,

titular dunha explotación de vacún de carne da Pastoriza e asesora xurídica da asociación dende a súa creación fai 10 anos.

Estará acompañada na directiva da asociación por Alberto Fouce, da gandería Herdeira SC de Guntín como vicepresidente; Antonio Alvite, da SAT Alvite da Pastoriza como secretario; Pablo González, viticultor de Quiroga como tesoureiro; e de José María Castro, de Castro Buxía SL de Trazo; Miguel Pérez, de Casanova Holstein de Baleira; e Javier Regueiro, da Gandería Cordeiro de Cospeito como vogais.

A unión e solidariedade entre produtores e a representación dos seus intereses diante da Administración seguirán a ser dous dos eixos principais de actuación de Agromuralla, que este ano, tralos devastadores incendios forestais sufridos no verán na provincia de Ourense, centrou os seus esforzos en subministrar aos gandeiros das zonas afectadas comida para os seus animais, ao igual que fixera no ano 2017 a explotacións dos Ancares.

A forraxe que está a ser enviada é doada por socios de Agromuralla e outros gandeiros de distintas zonas de Galicia e transportada a Ourense coa colaboración de camioneiros e empresas do sector do transporte.

“Apostar por unha comunicación máis humana, creativa e próxima”

Carlos García, codirector de LugoNaturalMente, presume do Galardón Nacional de Boas Prácticas Universitarias á UNED de Lugo

A UNED de Lugo vén de ser distinguida co Galardón Nacional de Boas Prácticas Universitarias, concedido polo Consello Social da UNED, pola iniciativa “A Comunicación: unha nova ponte cara a Lugo”, un proxecto que permitiu modernizar e transformar a estratexia comunicativa do centro. Baixo a coordinación do Brand Manager da UNED de Lugo, Carlos García, consolidouse un modelo comunicativo innovador, baseado na diversidade de formatos e na vocación de reforzar a identidade institucional.

Entre os avances máis salientables figura a campaña de matriculación “A Universidade Que UNE”, convertida nunha referencia que pon en valor o papel da educación pública e de calidade, así como a transmisión de cultura e principios entre xeracións.

Que significa para vostede e para o equipo da UNED de Lugo recibir este Galardón Nacional de Boas Prácticas Universitarias?

É un recoñecemento emocionante e, ao mesmo tempo, unha grande responsabilidade. Este premio avala un traballo colectivo sustentado na coherencia, na planificación estratéxica e na convicción de que a comunicación é unha ferramenta esencial para achegar a universidade á sociedade. Para nós representa a confirmación de que apostar por unha comunicación máis humana, creativa e próxima produce resultados reais.

En que consistiu o proxecto ‘A Comunicación: unha nova ponte cara a Lugo’?

Foi un proceso de transformación integral da estratexia comunicativa da UNED de Lugo. Non nos centra-



mos só nas canles, senón tamén na identidade, no relato e no propósito. O obxectivo era converter a comunicación nunha ponte viva entre a institución, o alumnado e a cidadanía, reforzando a marca UNED como referente educativo, cultural e social na provincia.

Un dos fitos máis destacados foi a campaña ‘A Universidade Que UNE’. Que representa este proxecto?

É a nosa “nena mimada”. É unha campaña que fala de unión, de valores e da transmisión cultural entre xeracións. Inspirada en O Mundo de Onte de Stefan Zweig, busca poñer en valor a educación pública como motor de cohesión social. Conseguimos construír unha mensaxe emocional que conecta co territorio e coa súa xente.

Que impacto tivo esta nova estratexia na comunidade universitaria?

Os datos son claros: un incremento do 10% na matrícula, unha comunidade dixital que supera os 20.000 seguidores, 12 canles coordinadas e máis de 80 pezas audiovisuais ao ano. Ademais, o noso videopodcast

LCD, que superou as 80.000 reproducións na súa primeira tempada, consolidou unha posición de referencia para novas experiencias deste tipo na provincia.

Como valora o papel da comunicación na universidade actual?

A comunicación deixou de ser un complemento para converterse nunha auténtica columna vertebral. É a ferramenta que permite transmitir coñecemento, xerar confianza e fomentar o sentimento de pertenza. Nun contexto dixital e en constante cambio, a universidade debe ser clara, accesible e coherente coa súa misión social.

Que retos se marca a curto e medio prazo?

Queremos crear e seguir innovando, explorar novos formatos e continuar fortalecendo a conexión coa provincia de Lugo. Aspiramos a que a UNED de Lugo non sexa só un centro educativo, senón tamén un espazo de encontro, cultura e pensamento crítico. A comunicación debe seguir sendo ese fío invisible que une persoas, ideas e futuro.



LIMPIEZAS ISABEL

674 467 444
641 171 951

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

isabellimpiezas@gmail.com

LIMPIEZA DE:

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

A CASA

::cenor

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

Geolocalización GPS
Anclaje magnético
Homologada DOT

BALIZA V16 GEOLOCALIZABLE
WARNLIGHT
31667

39'90€

cenor
tu tienda de confianza

BLACK FRIDAY

Tecnología exclusiva de LG,
con más de 1.000 millones de colores

LG QNED AI

QNED

Re-NEW
Smart TV
150c

2.040
Zonas
DPM II

569€

LG
25QNED82A6B

Ofertas válidas hasta el 27/11 de 2025 o hasta agotamiento. Los PVPs no incluyen transporte e instalación ni montaje.

“Quixen reflectir a paz que se sente no rural nas miñas pinturas”

Susana María Díaz Cabot, afincada no Páramo desde hai 7 anos pero de orixe pontesa, expuxo na Casa da Cultura de Sarria unha mostra pintórica costumista

Jessica Fernández
Quen é María Cabot?

Eu son Susana María Díaz Cabot. Nacín en Santiago, pero pasei toda a miña infancia nas Pontes e despois marchei a estudar a Bellas Artes a Madrid, porque daquela non existía a escola de Pontevedra. Alí estiven o tempo que estudaba e outros anos traballando, ata que decidín volver a Galicia, sempre co foco posto no rural. Así, estiven primeiro en Quiroga, logo en Sarria e finalmente acabei no Páramo.

Por que no Páramo?

Eu sempre quixen vivir no ámbito rural e vivir da horta. Buscaba un lugar onde afastarme de todo o ruído e no Páramo atopeino. Gústame moito o

tema da natureza, as rutas, as flores, e gústame o entorno natural do Páramo. Tiven a sorte de que unha señora ofreceume un lugar onde vivir e quedábame preto Sarria, así que decidín vivir alí. Estou moi contenta aquí, aínda que me gusta toda a comarca de Sarria. Por exemplo, estiven en Samos cun ceramista, Lolo Fernández, que daba uns cursos de olería en Samos para recuperar o labor alí e atraeume moito esta zona, que non estaba en auxe, había pouca xente.

Artista de profesión, tamén de paixón?

Sí, pinto e traballo tamén co barro. En inverno adoito pintar e no verán traballar co barro. Eu teño taller fóra,

nunha palleira, e co tema das mans húmidas é mellor traballar o barro en verán. E no inverno céntrome na pintura, que é algo que fago desde que era nena, xa cuns 8 ou 9 anos nun taller dunha señora das Pontes que tiña un estudo de pintura, e é algo moi característico de min. Así, pinto a diario desde aquela e por iso decidín estudar Bellas Artes. O do barro comezou máis tarde, cando participei nuns encontros para artistas que tiñan lugar en Sargadelos, e namorei.

A súa exposición ‘Aldea’, exposta na Oficina de Turismo de Sarria, que mostra?

Chámase ‘Aldea’ porque recolle elementos característicos do Páramo, o



que vin cando cheguei alí. Así, empecei a pintar hórreos porque hai un, practicamente, por cada casa. Ademais, á xente gústalle conservalos, e están ben conservados. Eu creo que forman a identidade da xente do Páramo. Parecíame un nexo de unión da aldea e o rural e como eu xa pintaba flores, mesturei pinturas de flores con hórreos e tamén gatos porque hai moitos no Páramo. Tamén represento veciños da zona, como a pintura na que dous vellos están pousados sobre unha porta en dúas partes, algo que mostra proximidade, xa que é xente aberta, aínda que haxa pouca xente, parecen felices de estar alí cos seus costumes e a súa forma de vida, orgullosos das súas raíces conservadas e transmitidas, ves como unha paz interior que é o que quixen reflexar. Outra característica da obra é que uso calquera soporte, gústame reciclar e pinto sobre táboas, caixas de froita, sacos de café, fago eu os marcos, fago eu as pinturas cando poido...

Que outros proxectos ten en marcha?

Paralelamente, na mesma oficina de

turismo hai unha exposición permanente miña sobre os hórreos durante todo o ano. Como pasan moitos peregrinos, chámalles moito a atención este tipo de construción cando entran en Galicia, xa que moitos non saben moi ben o que é. A idea foi continuar con esta temática dos hórreos, amosando diferentes momentos: os días, as noites, as ocasións... Tamén participei durante tres ou catro anos nunhas exposicións colectivas arredor do Camiño de Santiago que estaban tamén na antiga prisión preventiva, e expuxen en máis lugares arredor de Galicia.

Cales son os seus plans de futuro?

Gustárame vivir o resto da miña vida no Páramo, pero non o seu, a vida dá moitas voltas. Por agora, estou contenta, traballo a horta, teño mazás, intento facer a miña vida alí e combinando iso coa arte, que teño un estudo, pois quero seguir nesa liña. Para min, non pinto como un pasatempo, o meu traballo é pintar, a miña profesión. No Páramo, en primavera fan as feiras e adoito levar unha mostra de pintura para que a xente vexa o que fago.



OSCAR
ALQUILER DE COCHES

951 12 93 33

OSCAR.ES



NOPER
CAR

Alquiler de Vehículos en Sarria

VEHÍCULOS INDUSTRIALES



DESDE **36€** /DÍA

TURISMOS



DESDE **30€** /DÍA

MONOVOLUMEN 6-9 PLAZAS



DESDE **90€** /DÍA

200 KM
INCLUIDOS AL
DÍA Y SEGURO

TENEMOS UN COCHE DE ALQUILER PARA CADA NECESIDAD

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

DEPUTACIÓN

A Deputación aproba os orzamentos e a declaración contra a violencia de xénero

O Goberno da Deputación de Lugo sacou adiante os Orzamentos da institución provincial para o vindeiro 2026, que superan os 135 millóns e euros “para consolidar o crecemento económico e social da provincia”. Soben máis dun 3,7 % respecto aos do 2025 e darán continuidade o proxecto de impulso do benestar social, “apostando con firmeza polos servizos públicos”; e de fomento das actividades produtivas, “potenciando os sectores estratéxicos”.

Así os valorou o presidente, José Tomé Roca, antes da sesión plenaria que abandonaron os deputados do PPdeG antes da votación. O mandatario provincial cualificou de “lamentable” o seu comportamento, pediulles madurez política, seriedade e responsabilidade para “deixarse de espectáculos e poñerse a traballar”. “Levan cinco anos de rexeitamento sistemático á previsión de fondos da Deputación, porque teñen unha posición fixa de bloqueo, non do resultado dun análise real do contido dos presupostos”, reprochou. As contas da Depu-

tación foron aprobadas grazas aos votos a favor do PSdeG e do BNG. A deputada de Economía, Recadación, Facenda e Especial de Contas, Carmela López Moreno, puxo en valor uns orzamentos que “están deseñados para avanzar no proxecto de progreso social e económico”, asentado nas políticas sociais, a mellora da mobilidade, cooperación cos concellos e o apoio aos sectores produtivos. Uns números “realistas”, porque se mantén o nivel de execución orzamentaria no 85 %; “investidores”, porque soben aos 19,5 os investimentos reais e “profundamente sociais”, cunhas transferencias correntes que chegan aos 18,5 millóns de euros.

Destacou tamén a “débeda cero” da institución provincial, proba dunha xestión “rigorosa, responsable e comprometida co uso eficiente dos fondos públicos”.

POLÍTICAS SOCIAIS. Os orzamentos reservan 41 millóns de euros ás políticas sociais. “Seguiremos tecendo a nosa rede de protección social, que é ampla e forte, con 41 millóns

de euros que destinaremos a seguir poñendo a disposición da veciñanza residencias para maiores públicas e de calidade, ao SAF ou á Teleasistencia”, detallou a Deputada de Economía. Nese sentido, explicou que os Centros de Atención a Maiores dan cobertura a 300 persoas, a Teleasistencia domiciliaria coida doutras 2.000 e que mediante o Servizo de Axuda no Fogar, a Deputación cofinancia ao ano 200.000 horas de atención para preto de 2.000 usuarios e usuarias.

11,5 millóns de euros irán destinados aos Centros de Atención a Maiores, son case 700.000 euros máis que o ano pasado. Uns fondos que servirán para manter en funcionamento as residencias de Trabada, Pol, Ribadeo, A Fonsagrada, Castroverde, Pedrafita do Cebreiro, Meira, Navia de Suarna e Ribas de Sil; e para continuar avanzando nos proxectos que a Deputación ten comprometidos noutros 9 municipios da provincia. Nese sentido, destacou que 4 –Becerreá, A Pontenova, Guitiriz e A Pobra do Brollón– abrirán a corto ou medio prazo.

A mellora da mobilidade seguirá concentrando un “importante esforzo investidor” de 27 millóns de euros por ser “o primeiro factor de igualdade territorial”. E detallou Carmela López Moreno que esa partida incluírá no 2026 a obra nova, conservación, desbroce e actuacións do Parque Móbil. Nese sentido, valorou que a institución provincial daralle continuidade “ao mellor plan de estradas da historia da Deputación” posto en marcha este ano, baseado en criterios técnicos, “co que estamos a realizar neste 2025 máis de 100 actuacións en 52 concellos da provincia, sen distinción de cores políticas”.

Explicou a Deputada que só a través do Plan Deputación a institución mobilizarán, no 2026, 22,25 millóns de euros cun incremento respecto a este ano de 250.000 euros, cumprindo así co acordo de Goberno de subilo nun millón de euros este mandato. Ademais destacou entre as políticas de apoio aos municipios o Centro de Innovación Territorial, un proxecto “pioneiro” que contará con 850.000 euros achegados entre

a institución provincial e o Goberno de España para situar o rural no epicentro das políticas de desenvolvemento.

Por outra banda, a Deputación reserva para o 2026 13,5 millóns de euros a políticas estratéxicas, que terán un impacto no sector primario, o comercio, a hostaleira e o turismo. Nese sentido, a Granza Gayoso Castro contará cun investimento de 2 millóns de euros; as políticas vencelladas ao turismo, subirán ata os 3,5 millóns de euros; e a área de Medio Ambiente, outros 3,5 millóns de euros.

DECLARACIÓN POLO 25N. Aprobaram, ademais, por unanimidade unha declaración institucional polo 25N, o Día Internacional para a Eliminación da Violencia contra as Mulleres.

Mediante este texto a Deputación reafirma o seu compromiso “firme e irrenunciable” para erradicar a violencia exercida contra as mulleres e condena todas as formas de violencia machista, incluíndo a negociación ou a súa minimización. Nun ano no que van 38 mulleres asasinadas en todo o ano en todo o Estado Español, dúas delas en Galicia, a institución provincial mostra no texto o seu apoio ás vítimas, animando á cidadanía a actuar unida, rexeitando a violencia.

EN BREVE



CONVENIO. A Deputación de Lugo e a Federación da Asociación de Veciños Lucus Augusti veñen de asinar tres convenios de colaboración polos que a institución provincial destinará un total de 22.000 euros á entidade veciñal.

Tomé reclama na FEMP partidas para as competencias asumidas

O presidente participou en Madrid na Xornada sobre o Futuro das Deputacións Provinciais, organizada pola Federación Española de Municipios e Provincias (FEMP) e celebrada na súa sede institucional. A cita reuniu responsables provinciais, representantes municipais, persoal técnico da administración local e expertos en gobernanza pública para debater sobre os desafíos estruturais e de futuro das deputacións, nomeadamente o financiamento, a gobernanza e o equilibrio territorial.

Tomé Roca puxo o foco na necesidade de abordar con rigor a situación das competencias impropias que as deputacións están a asumir, en especial no ámbito dos servizos sociais, un eido no que as demandas crecen e a responsabilidade das entidades provinciais é cada vez maior. “É fundamental reforzar o papel das deputacións como institucións de cohesión territorial, garantes da igualdade de oportunidades e do apoio técnico e económico aos concellos máis pequenos. Pero as competencias teñen



que estar acompañadas de financiamento. E non o digo eu, é que o di a propia Lei”, afirmou o presidente. Subliñou que se trata dun asunto “vital, que todas as deputacións debemos reivindicar de maneira conxunta, desde a cooperación institucional e co obxectivo de garantir servizos públicos de calidade en todo o territorio”. Nese sentido, falou do caso da Deputación de Lugo, que ten unha rede de Centros de Atención a Maio-

res con 9 residencias funcionando e con outras 9 proxectadas, en construción ou en trámites de apertura. Ao tempo, defendeu o papel das deputacións como institucións “próximas e imprescindibles para o equilibrio territorial e o apoio ao municipalismo, especialmente no rural”, lembrando que sen elas os concellos carecerían da capacidade necesaria para prestar servizos esenciais en condicións de igualdade.

PINTOR

PINTURAS HOGAR

LATAS

tel.:659 76 79 36

PINTURAS - BARNICES

PERSIANAS

PAPEL PINTADO

TARIMA FLOTANTE

659 767 936

HOGAR

CORTINAS - STORES

RIELES

ALFOMBRAS

EDREDONES

C/ Benigno Quiroga,

93-95, bj - **982 533 497**

SARRIA (Lugo)

“Cova Eirós é un espazo arqueolóxico impresionante e iso quixemos mostrar”

Xose González, realizador audiovisual e director do documental 'O camiño de Cova Eirós' pon en valor o proceso de investigación arqueolóxica en Triacastela

Jessica Fernández

Como comezou no mundo audiovisual?

Eu gradueime en 2004 do ciclo de Realización Audiovisual na Coruña e durante uns anos traballei de montador en diferentes produtoras audiovisuais. Coa crise de 2010-2011 a industria estaba nun mal momento e matriculeime en Arquitectura Efímera, na escola Mestre Mateo, que tardei 6 anos en sacalo, porque afortunadamente seguí traballando cando me chamaban de diferentes produtoras. Nas prácticas do ciclo coñecín a Idoia Cuesta, que é creadora téxtil en Cela, Outeiro de Rei, e comecei a traballar con ela á vez que xa estaba montando o meu documental, que comecei a gravar no 2011, coincidindo con esa crise da que falaba.

Como xorde a idea de producir un documental sobre a Cova Eirós de Triacastela?

A idea do proxecto nace en 2010 cando pensamos en desenvolver un produto audiovisual que servira como serie de televisión sobre os puntos de interese xeolóxico de Galicia. Así, descubrimos a Cova Eirós, onde os arqueólogos levaban traballando desde o ano 2008, e vimos que era un xacemento moi importante porque se tiña documentado a ocupación da cova por parte dos neandertais. Coincidencias da vida, coincidín co arqueólogo, propúxenlle este proxecto, pareceu-lle interesante e puxémonos mans á obra coa elaboración da memoria, presentámolo ao equipo de arqueólogos da USC e gustoulles moito porque ademais o seu labor tamén ten unha parte de divulgación. Tivemos

que falar tamén con Votorantim, que teñen unha concesión sobre a canteira onde se atopa a Cova Eirós, e deixáronnos gravar.

Foi un proceso de gravación e montaxe longo.

Comezamos a gravar no ano

enfocalo cara ao proceso de investigación dentro da cova en si mesmo, algo que nunca vira nun documental. Así, a montaxe foi un proceso moi difícil que nos levou varios anos.

Como é gravar nunha cova?

vamos. Por iso lle demos tanta importancia no feito de estar alí en vivo e en directo mentres a xente traballaba. Ademais, vivimos achados mentres estívimos alí, como a aparición dun antigo lume de neandertais, o



2011 e fomos tamén no 2012, 2013, 2016, 2017 e 2018. É dicir, desde o ano 2011, fomos gravar de maneira intermitente. A idea foi ir nas campañas de arqueoloxía que se desenvolvían en agosto por parte dos arqueólogos e nós adaptámonos a eles. En total, conseguimos gravar 130 horas de material, entre as que se atopaban tamén entrevistas, que despois decidín non incluír no documental. Pareceume máis interesante

É incómodo. Pero non só por gravar aí dentro, senón todo o camiño ata alí. Non é que sexa un camiño longo, pero é dificultoso porque Canelo, a parroquia, está nun val, e para chegar á cova hai un camiño estreito ao lado dunha parede vertical á que te tes que pegar porque do outro lado caes ao fondo do val se tropezas. Despois, é unha cova, nun espazo angosto, frío e húmido con moita xente, e metendo os equipos que le-

descubrimos de pinturas rupestres...

Todo este traballo e sen axudas, non?

Exacto, é un proxecto completamente independente. Só contamos coa axuda do Concello de Triacastela o primeiro ano, e para nós foi moi importante, porque axudaron cando facía falta, ao poñer en marcha o proxecto, pero logo non volve-mos ter ningún tipo de axuda ou subvención. Porén, para seguir

adiante fixémoslo sos porque pensamos que era importante facelo. Os arqueólogos chegan, escavan, descubren algo ou non, e volven ao ano seguinte, con paciencia, con esmero. Intentamos reflexar iso de forma fiel aínda que non fose un proceso de produción audiovisual canónico e para iso houbera que arriscar apostando polo proxecto. Para min, esas son as cousas que lle dan valor ao filme.

Cales son as aprendizaxes máis relevantes durante a gravación?

Pois que fai falta moita constancia e fe inquebrantable nunha idea para mantela tanto tempo. E que o equipo é moi importante. No relativo a produción, o guión, a rodaxe e a montaxe nun documental independente poden superpoñerse de forma moi creativa. E penso que é fundamental ensinar a montaxe, cerca da súa versión final, en determinado momento a persoas de confianza con criterio para obter opinións que axuden a melloralas. A experiencia foi moi enriquecedora tamén porque a min sempre me gustou a historia, e neste sentido foi unha aprendizaxe tremenda, son afortunado e doulle as grazas a todos os que participaron e fixeron posible o proxecto.

Que máis se pode ver no documental?

O arco temporal que recolle o documental vai desde o ano 1996 cunhas imaxes dun grupo de espeleólogos que entran na Cova Eirós ata o ano 2018. Tamén se poden ver aos veciños de Canelo, en Triacastela.

Que vén agora?

Tivemos dous estreos do documental, unha en Canelo, que a verdade é que foi moi ben e á xente do pobo encantoulle, e outra nos cines Códex de Lugo, que tamén valoramos positivamente. Agora, o 20 de decembro presentaremos o documental na Sala Númax de Santiago de Compostela e a intención é seguir levando o documental por toda Galicia.

O LOTÓN | DECORACIÓN COMERCIOS | CONCURSO DE ESCAPARATES

SORTEO
1.000
EUROS!
15-31 DEC

A ASOCIACIÓN DE
COMERCIANTES E EMPRESARIOS
DE SARRIA DESEXAVOS UN

BO NADAL

*e moi felices
compras en Sarria*

PREMIOS GOBERNADOS POR

XUNTA DE GALICIA

aces

Asociación de Comerciantes e Empresarios de Sarria

CCU

Centro Comercial Unificado de Sarria

O BNG denuncia que a Xunta deixa en risco as vivendas comunitarias

O Concello de Samos expresou a súa indignación tras recibir a comunicación oficial da Xunta de Galicia pola que se lle denega unha subvención de case 40.000 euros destinada a cubrir parte dos gastos das vivendas sociais comunitarias, un servizo fundamental para a atención das persoas maiores e dependentes do municipio. Segundo o goberno local, esta decisión fai perigar directamente a viabilidade dun recurso imprescindible para a veciñanza. A alcaldesa, Chus López, expresou “o fondo malestar do goberno municipal ante unha medida que supón un novo golpe aos servizos sociais dos concellos, especialmente dos rurais, cada vez máis afogados por unha política continuada de recortes e falta de compromiso por parte da administración autonómica”. O executivo local lembra que a propia Lei de servizos sociais de Galicia establece que calquera atribución de competencias ás entidades locais en materias de titularidade autonómica debe ir acompañada da correspondente transferencia de medios

económicos, materiais e persoais. Porén, segundo sinalan, esta previsión legal non se cumpre na práctica diaria dos concellos. “No caso das vivendas comunitarias, falamos dun servizo imprescindible para asegurar unha atención digna ás persoas maiores, asumido case na súa totalidade polo Concello, sen que a administración autonómica aporte os recursos necesarios para mantelo. É unha situación inxusta, insostible e que pon en risco a calidade da atención que recibe a veciñanza”, explicou a rexedora. Esta non é a primeira vez que a alcaldesa Chus López denuncia esta situación, na que desde o Concello de Samos se senten “infrafinanciados”. Por iso, desde o Concello de Samos avanza que seguirán defendendo con firmeza os intereses dos seus habitantes e esixindo que a Xunta cumpra coa lei e coas obrigas de financiamento que lle corresponden. “Non é de recibo obrigarnos a asumir competencias alleas sen achegar un só euro para financiarlas”, concluíu o goberno local.

Vive Samos nace coa vontade de poñer en valor o turismo

A vila de Samos conta cun novo colectivo dedicado a promover o turismo e a dinamización local. Trátase de Vive Samos, unha asociación creada por persoas comprometidas co municipio, procedentes de distintos puntos de España pero afincadas na localidade, que decidiron unir esforzos para contribuír á recuperación e promoción do territorio tras os incendios rexistrados este verán. Segundo explican desde a entidade, os lumes provocaron numerosas cancelacións de reservas e unha notable diminución de visitantes, o que repercutiu directamente na actividade turística e hostaleira da zona. Neste contexto, Vive Samos nace co propósito de impulsar actividades e iniciativas orientadas á promoción da paisaxe, os recursos naturais e o sector turístico e hoteleiro, considerados fundamentais



para o sostemento económico e social do municipio. Entre as súas liñas de acción, a asociación pretende tamén poñer en valor o Camiño de Santiago, especialmente o Camiño Francés, que atravesa Samos cara a Sarria, consolidando así o papel do concello como un dos enclaves máis emblemáticos da ruta xacobeá.

A presidenta da asociación, Nuria Román, salientou que a acollida por parte da veciñanza foi “excelente”, e agradeceu o apoio institucional recibido desde o Concello. En particular, destacou a colaboración da alcaldesa, Chus López, que “xa contribuíu activamente a que a iniciativa poida consolidarse e comezar a traballar en novos proxectos”.

Presentado o Tombo de Samos en galego, unha xoia patrimonial

A primeira edición en galego do Tombo de Samos, o códice fundamental da historia do mosteiro samanense, foi presentado na Biblioteca municipal nun acto no que participaron a alcaldesa, Chus López, acompañada de Xaime Félix López Arias, coñecido como Arlindo, responsable dunha tradución que lle levou trinta anos de traballo rigoroso e continuado, e do editor Pablo Quintana. O manuscrito orixinal, datado no século XIII, consérvase no Arquivo Histórico da Universidade de Santiago de Compostela e constitúe unha das fontes documentais máis relevantes da Galicia medieval. Esta é a primeira vez que se realiza



unha edición completa en papel e en lingua galega, ofrecendo así unha nova vía de acceso a un patrimonio documental esencial para a memoria histórica de Galicia. Durante a presentación, salientouse a importancia deste volume,

que reúne 287 pezas que conforman o tomo primitivo e que inclúen rexistros reais, eclesiásticos e nobiliarios, así como documentos clave sobre a organización, a administración e o funcionamento do propio mosteiro.

O Monte de Toca volveu ser protagonista dunha actividade

A Asociación Galega de Custodia do Territorio (AGCT) levou a cabo a segunda actividade divulgativa no Monte Veciñal en Man Común de Toca de Samos, centrada nesta ocasión na paisaxe e na súa evolución. Durante a xornada, os participantes estiveron acompañados polo veciño e presidente do monte, Benxamín Balboa Cereijo, quen explicou os valores ambientais e culturais da zona, así como a historia da aldea e da súa singular escola, un edificio construído polos veciños e actual-

mente de propiedade municipal, que se busca rehabilitar como local social da comunidade. Esta iniciativa encádrase no convenio asinado entre a AGCT e Cruz Vermella co obxectivo de achegar á sociedade o proxecto “Monte de Toca”, que prevé a restauración de 8 hectáreas de bosque mediante a plantación de máis de 10.000 árbores autóctonas, entre as que se inclúen carballos, castaños, bidueiros, teixos e outras especies propias da zona.



MÁXIMA CARGA ESTA PRIMAVERA
PARA LOS MÁS EXIGENTES

GRATIS BATERÍA ADICIONAL
EN MODELOS SELECCIONADOS

489€

¡DESCUENTE EN TU TIENDA ESPECIALISTA STIHL!

Ferretería Sarriá

Pedro Saco 33. Sarria.
Telf. 982 532 202



CREADOS

- PSICOPEDAGOGÍA
- EVALUACIONES PSICOPEDAGÓGICAS
- LOGOPEDIA Y LENGUAJE
- PSICOLOGÍA Y PSICOTERAPIA
- ATENCIÓN TEMPRANA (0-6 AÑOS)
- ESTIMULACIÓN PRECOZ (2-3 AÑOS)
- REFUERZO EDUCATIVO ESPECIALIZADO
- ESTRATEGIAS Y TECNICAS DE ESTUDIO

INFANTIL PRIMARIA ESO

¡Infórmate sin compromiso!

Calvo Sotelo, 183 Bajo
27600 Sarria (LUGO)
626 21 86 28

A curtametraxe 'Mudanza' estará no Cityblue Films Festival

A curtametraxe 'Mudanza', de Sonia Arias, continúa ampliando o seu recoñecemento fóra de Galicia ao ser escollida para competir na novena edición do Cityblue Films Festival, o Festival Internacional de Cine de Vigo, que terá lugar o próximo 6 de decembro. A súa escolla entre 864 filmes procedentes de 43 países evidencia tanto o impacto artístico da obra como a aposta dun equipo galego que acredita na capacidade do territorio para acoller proxectos ambiciosos.

A obra recibiu tamén os primeiros laureis, que buscan dar visibilidade a producións des-



tacadas, e a súa nova selección reafirma a consolidación do proxecto no ámbito audiovisual. Rodada en localizacións de Sarria e Paradela, a curtametraxe

destaca pola harmonía entre a contorna natural e un relato que rende homenaxe ás persoas con cancro, a través dunha narrativa íntima e coidada.

Mellórase a eficiencia enerxética do alumeadado público en varias parroquias

O Concello de Paradela levou a cabo melloras na eficiencia enerxética da instalación de alumeadado público en distintos puntos do municipio, un conxunto de actuacións que permiten modernizar a rede e avanzar cara a un modelo máis sostible.

As intervencións realizáronse nas parroquias de Vilaragunte, Andrea-de, Cortiñas (Toimil), Barán e Güián, dando resposta ás demandas veciñais e ás necesidades detectadas polos servizos técnicos municipais. O proxecto, que conta co apoio económico da Xunta de Galicia a través do Fondo de Compensación Am-



biental 2025, supón un investimento total de 34.535,37 euros. Grazas a esta achega, foi posible substituír luminarias antigas por outras de tec-

noloxía LED máis eficientes, mellorar os cadros de mando e optimizar a distribución da enerxía nas zonas de intervención.

A Banda de Música celebra a súa Cea de Santa Cecilia e Nadal

A Banda de Música de Paradela organiza a tradicional Cea de Santa Cecilia e Nadal, unha cita anual que reúne músicos, socios e veciñanza nun ambiente festivo e convivencial. O encontro celebrarase o domingo 7 de decembro, a partir das 19:30 horas, na Antiga Escola de Paradela.

O menú estará composto por callos, churrasco, sobremesa, café e bebidas, cun prezo de 27 euros por persoa. As inscricións poden realizarse chamando ao número 626 749 793 (Marisol).

Ao finalizar a cea realizarase o sorteo dunha cesta.



A Asociación de Mulleres Rurais de Paradela organiza unha excursión



A Asociación de Mulleres Rurais de Paradela vén de anunciar unha nova actividade dirixida ás súas socias e ao público en xeral: unha excursión ao prestixioso Balneario Termal de Mondariz, prevista para o 23 de decembro.

Trátase dunha proposta que combina benestar, gastronomía e coñecemento cultural, ofrecendo unha xornada completa nun dos complexos termais máis emblemáticos de Galicia. A saída realizarase pola mañá desde os puntos de encontro habituais, cun autobús de ida e volta incluído. Unha vez en Mondariz, as participantes poderán desfrutar dun almuerzo e dun xantar bufete, con sobremesas e bebidas incluídas —viños, cervexa, auga e café—, nun ambiente especialmente pensado para o descanso e a convivencia.

O programa inclúe unha visita turístico-informativa ao balnea-

rio, onde se explicará a historia e as propiedades das súas augas mineromedicinais, consideradas das máis recoñecidas de España. Tamén se realizará unha demostración sobre o uso terapéutico destas augas e a súa aplicación en tratamentos de saúde e benestar.

Un dos puntos máis esperados da xornada será a entrada á Piscina Termal, un espazo lúdico-relaxante con chorros, correntes e áreas de masaxe acuática, situado baixo unha espectacular cúpula circular.

A organización destaca que se trata dunha actividade pensada para compartir unha experiencia inesquecible antes das festas do Nadal, fomentando o encontro e o benestar persoal. O prezo especial para as participantes do grupo é de 45 euros, incluíndo transporte, comidas e acceso ao spa. As Mulleres Rurais de Paradela animan a inscribirse canto antes, pois as prazas son limitadas.



Seguen en marcha os traballos nas árbores da praza de Edizlo



O Concello de Láncara puxo en marcha os traballos de mantemento das catro árbores situadas na praza de Edizlo, na Pobra de San Xiao. As intervencións prolongáronse durante varios días, dependendo das condicións meteorolóxicas, e obrigan a aplicar cortes de tráfico e restricións de aparcamento nas rúas próximas. A rúa da Estación permanece pechada á circulación, mentres que

un tramo da rúa Benigno Quiroga está cortado durante o desenvolvemento dos traballos. Ademais, non se pode aparcarse en ambas as vías para permitir o uso de maquinaria e o desprazamento do persoal encargado das tarefas en altura. Estas intervencións son necesarias para a conservación das árbores e a seguridade tanto dos operarios como dos veciños e veciñas.

Trasliste prepárase para unha nova edición da súa comida veciñal, que inclúe música

A parroquia de Trasliste, no concello de Láncara, xa ten todo listo para celebrar a súa tradicional comida veciñal o vindeiro 13 de decembro, unha xornada organizada en honra a Santa Lucía e que combinará actos relixiosos, encontro social e animación musical. A programación comezará ás 13:00 horas cunha ofrenda floral no cemiterio parroquial, á que seguirá, ás 14:00, unha misa solemne. Rematado o oficio, celebrarase unha sesión vermú

amenizada polo Dúo Dilema, que volverá ao escenario a partir das 17:30 horas para ofrecer a actuación principal da tarde. A comida veciñal terá lugar ás 15:00 horas e requirirá retirar previamente o ticket correspondente. O menú inclúe xamón cocido, polbo á feira, churrasco, bebida, sobremesa, café e gotas, cun prezo de 38 euros. A cita está organizada pola Asociación Cultural Río Pombo e conta coa colaboración da Deputación de Lugo.

Agente Exclusivo

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

O Muvicla organiza as súas tradicionais xornadas o día 10

O Muvicla organiza a IV Xornada sobre as alternativas ao uso do petróleo en aplicacións agrícolas o 10 de decembro co obxectivo de analizar solucións enerxéticas sostibles e expoñer experiencias prácticas que permitan reducir a dependencia do petróleo na actividade agraria. A programación comezará ás 10:00 horas coa recepción de asistentes e, a continuación, coa benvinda a cargo de María J. Bande Castro, presidenta do Muvicla. Pouco despois, Jesús Combarro Pereira, director de proxectos agropecuarios de Abanca, inaugurará oficialmente o encontro. Ás 10.25 horas, Marcos Vázquez Marey, director do museo, presentará a ponencia “Que fixemos coa enerxía e o que faremos en MUVICLA”. Seguidamente, Inés Santé Rivera, profesora da Escola Politécnica Superior de Enxeñaría de Lugo, profundará na relación entre enerxía e territorio coa conferencia “A enerxía e o territorio, o gran binomio”. Tras unha pausa para o café, ás 11.25 horas o director da Banda Filarmónica de Lugo, Iván Martínez Sabio, ofrecerá unha intervención musical en directo. A sesión continuará ás 12.00 horas con José Antonio López, presidente do Colexio de Enxeñeiros Agrícolas de Lugo, quen analizará o aproveitamento enerxético e o porcino. Logo, ás 12.30 horas,



Ana Castro Montero, especialista de Fendt, abordará a aposta do grupo AGCO pola electrificación da maquinaria agrícola. A partir das 13:00 horas terá lugar un caso práctico centrado nas instalacións fotovoltaicas en agricultura, impartido por Pablo Rodríguez Varela, técnico de Instaladores Monfortinos. A mañá pecharase cunha visita guiada polas instalacións do museo antes da comida no propio recinto. Xa pola tarde, a actividade retomase ás 16.00 horas cunha mesa redonda titulada “Agricultura e alimentación, con que enerxía?”, moderada polo investigador Quico Ónega López e na que participarán gandeiros, docentes e enxeñeiros vinculados ao sector primario. O debate porá enriba da mesa os desafíos enerxéticos actuais e as oportunidades que ofrece a transición cara a modelos máis sostibles.

Ás 18:00 horas presentaranse varias publicacións de anos anteriores e, pouco despois, a veterinaria e xefa territorial da Consellería do Medio Rural, Olga Iglesias Fontal, clausurará a xornada. O peche chegará cunha interpretación musical de “Airíños Aires”, coa gaita de Marcos Vázquez Marey e acompañado na percusión por Brais Vázquez Bande.

PREMIO RODOLFO PRADA. A Deputación de Ourense entregou a Muvicla un dos premios Rodolfo Prada á xestión cultural, recoñecendo o seu traballo na preservación do patrimonio agrario, na recuperación da memoria rural e na creación dun espazo divulgativo vivo e participativo. Así, Marcos Vázquez, promotor do proxecto, destacou o seu compromiso de continuar traballando pola cultura galega e pola promoción do medio rural.

Organizan un campamento de Nadal para nenos e nenas de 4 a 13 anos

O Concello de Láncara presenta un ano máis o seu Campamento de Nadal, pensado para apoiar ás familias durante as vacacións e ofrecer aos máis pequenos un espazo de ocio educativo, creativo e divertido. Destinado a nenos e nenas de 4 a 13 anos, o prazo de inscrición estará aberto do 1 ao 12 de decembro, e a lista de admitidos farase pública o 16 de decembro na sede electrónica do concello. O campamento desenvolverase todos os días en horario de 10 a 14.00 horas e inclúe actividades variadas adaptadas ás diferentes idades, como manualidades, panxoliñas, contacontos e xogos. As persoas interesadas poden so-



licitar información na Biblioteca Municipal ou chamando ao 982 543 066, así como realizar a inscrición a través da sede electrónica en lancara.sedelectronica.gal.

Con esta iniciativa, o Concello de Láncara reforza o seu compromiso de apoiar ás familias e promover actividades de calidade para a infancia durante as festas de Nadal.

Aprobados os orzamentos para 2026, con case 3 millóns de euros

O Pleno do Concello de Láncara aprobou o orzamento "máis ambicioso da súa historia recente", tal e como defende o Goberno local, xa que ascende a 2.917.864,09 euros, con investimentos de case 1 millón de euros. O alcalde, Darío Piñeiro, recoñece e valora a implicación da Deputación Provincial de Lugo, que "confirma o seu papel como verdadeiro motor do desenvolvemento rural" ao achegar de case 700.000 euros, o que representa máis do 70 % do total dos investimentos.

"Sen este apoio decidido da institución provincial, sería imposible acometer unha transformación desta envergadura. Resulta especialmente significativo que, mentres a Deputación pon enriba da mesa esta cantidade histórica, a Xunta de Galicia nin está nin se lle espera", asegura o alcalde, Darío Piñeiro.

O Plan Único da Deputación servirá para mellorar a rede viaria municipal, con 313.221,99 euros que permitirán a pavimentación completa de Airexe, Neira e Sampaio, a construción dun novo camiño ao cemiterio de Láncara e a mellora do acceso de San Pedro a Carracedo, ademais de arranxos en vías públicas de todos os núcleos. Son obras demandadas durante anos polos veciños e veciñas e que "por fin verán a luz".

Os convenios de cooperación coa Deputación supoñen outro pilar fundamental do orzamento. Un total de 250.000 euros permitirán mellorar infraestruturas municipais como os camiños de acceso a Rebordelo, San Paio e Tourelle, o aglomerado da estrada Castelo-Láncara, a construción dun muro de contención en



Pedreira e o aglomerado da praza do Outeiro.

Ademais, outros 70.495,17 euros destinaranse á modernización do alumeadado público rural con tecnoloxía LED en zonas como A Reboleira-Río, Río-San Martiño e diversos lugares da Pobra de San Xiao, "actuacións corresponden a competencias nas que a Xunta podería colaborar", lembra o rexedor.

Pola súa parte, melloraranse as instalacións do pavillón deportivo municipal grazas a un convenio específico coa Deputación dotado con 145.000 euros.

O Concello de Láncara tamén conseguiu captar fondos da AGADER, que achegará 87.000 euros para actuacións en Augalevada, Villouzán e Monseiro, e do Grupo de Desenvolvemento Rural, que financiará con 17.882,48 euros a rehabilitación ambiental da fonte de Castrodello.

Tamén haberá unha partida para o Servizo de Axuda no Fogar, que contará con 515.000 euros para garantir a atención ás persoas depen-

dentes. A recollida de lixo disporá de 174.300 euros para manter un servizo diario de calidade, mentres que o alumeadado público consumirá 127.000 euros para manter iluminadas todas as parroquias. A Festa da Tenreira, o evento do ano, contará con 40.000 euros para consolidarse como referente comarcal.

O novo orzamento entrará en vigor o 1 de xaneiro de 2026. Para entón, as máquinas xa estarán traballando nas primeiras obras dunha transformación que "marcará un antes e un despois na historia de Láncara", defenden. "Estamos ante un momento histórico para Láncara. Nunca antes se investira tanto no noso municipio", afirma Darío Piñeiro. "A Deputación de Lugo demostranos cada día que si é posible apoiar aos concellos rurais con feitos, non con palabras. Mentres uns poñen 700.000 euros enriba da mesa, outros nin sequera se senten a falar con nós. A mensaxe é clara: Láncara non está soa", concluíu o rexedor láncares.

María Vázquez recibiu o XXIII Premio Ramón Piñeiro Facer País nun acto emocionante



A actriz María Vázquez foi distinguida co XXIII Premio Ramón Piñeiro Facer País, outorgado pola Asociación Cultural Val de Láncara, nunha xornada que congregou na Pobra de San Xiao diversas persoas destacadas do panorama cultural da provincia de Lugo.

A celebración comezou ás 12.00 horas na Casa do Concello, onde a homenaxeada asinou no Libro de Honra tras compartir un encontro coa concelleira de Cultura de Láncara, Alba Sangil; o vicepresidente da Deputación de Lugo, Efrén Castro; e a presidenta da entidade organizadora, Marta Horbán. Nese momento inicial, as tres figuras institucionales subliñaron a relevancia de continuar facendo cultura en Galicia.

A concelleira Alba Sangil salientou que é posible desenvolver unha traxectoria profesional no eido cultural dentro de Galicia, sen necesidade de marchar a Madrid, e destacou o labor da Asociación Val de Láncara por promover un

premio consolidado e por converter o concello nun referente cultural. Afirmou tamén que María Vázquez representa á perfección eses valores. Pola súa parte, Efrén Castro cualificou a xornada como "unha festa" e recoñeceu o papel do Concello e da asociación, ademais de lembrar que as últimas premiadas do galardón foron mulleres feministas que hoxe son referentes para toda a sociedade. Durante a súa intervención, María Vázquez afirmou que, en realidade, deberían ser os presentes quen recibisen o premio polo seu labor en favor de facer país a través deste tipo de iniciativas culturais.

A actividade continuou logo na antiga escola de Láncara, onde se celebrou o acto de entrega do galardón —construído polo artesán Marcos Ladra—. A organización decidiu non ir á ponte de Carracedo, como se prevía inicialmente, debido á chuvia que marcou a xornada.



o incio

Carralcova acende o seu alumeado de Nadal con árbore xigante e luces



A parroquia de Carralcova, no Incio, acendeu o seu alumeado de Nadal coa colocación dunha árbore xigante e numerosas luces que iluminaron a contorna. Durante a xornada, ofrecéronse chocolatadas de balde para todas as persoas que se achegaron á parroquia e instaláron-

se caixas de correos reais e de Papá Noel para que os nenos puideran mandar as súas cartas. Ademais, os asistentes puideron desfrutar dun mercadiño de Nadal e escoitar panxoliñas, completando así unha xornada festiva e chea de ambiente de Nadal para toda a comunidade.

O alumnado do CEIP Ricardo Gasset do Incio compartiu lembranzas cos maiores

O alumnado do CEIP Ricardo Gasset do Incio participou nun encontro comunitario cun grupo de usuarios e usuarias da residencia de maiores, unha xornada creativa e interxeracional dirixida pola ilustradora Julia Lago e por Branca, do Colectivo Outonía. O obxectivo desta actividade era entrevistar ás persoas

maiores para descubrir como era a súa infancia, que costumes tiñan, que lles permitían facer e de que maneira se divertían. Tras as conversas, nenos, nenas e maiores realizaron conxuntamente debuxos en formato cómic baseados nesas lembranzas, así como un retrato individual de cada persoa entrevistada.



SONDEOS CORDERO
Especialistas en pozos de barrena

Más de 30 años de experiencia trabajando en la comarca de Sarria

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

¡PIDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO!

Tfno.: 629 070 720
Triacastela Lugo

o páramo

O CEIP do Páramo impulsa un proxecto de formación musical

O CEIP Plurilingüe do Páramo vén de poñer en marcha un innovador proxecto de formación instrumental dirixido ao alumnado de Educación Primaria, integrado de maneira oficial dentro do currículo escolar.

Trátase dunha iniciativa pioneira na provincia de Lugo e, probablemente, tamén no conxunto do Estado, ao incorporar o aprendizaxe de instrumentos de vento metal —trompeta, trompa, bombardino e trombón— desde o segundo ciclo de Primaria. Aínda que existen centros en España que desenvolven programas semellantes en ESO ou en sexto de Primaria, non se teñen referencias de experiencias consolidadas que comecen a unha idade tan temperá, o que converte esta proposta nun proxecto singular e innovador.

Este proxecto nace coa vontade de achegar a música a todos os nenos e nenas, demostrando que a integración natural da formación musical na escola enriquece o aprendizaxe e fortalece a comunidade educativa.

A idea inicial e todo o deseño pedagóxico levan a sinatura de Antonio Ibáñez, Toni, mestre de Educación Musical e titulado superior en trompeta, cunha ampla traxectoria no ámbito educativo e artístico. El é o promotor da iniciativa e o responsable de elaborar o material curricular necesario para integrala no marco oficial de Primaria, adaptando contidos, metodoloxías e secuencias didácticas para que o alumnado poida iniciarse no estudo dun instrumento de vento metal desde idades temperás.

Todos os mércores ofrécense ta-



mén unha actividade gratuíta de formación instrumental, impartida polo propio Toni, auténtico motor e alma deste proxecto. A súa implicación, xunto co respaldo do equipo directivo e das familias, está a ser clave para o crecemento e consolidación da iniciativa dentro da comunidade educativa.

O proxecto conta tamén co apoio decidido do director do centro, Manuel Rodríguez, Manolo, cuxa implicación foi determinante. A súa disposición para facilitar todos os trámites e recursos permitiu adquirir o instrumental preciso, garantindo que a proposta comezase cunha base sólida e totalmente equipada desde o primeiro día. Esta iniciativa desenvólvese cunha metodoloxía propia, concibida para ser accesible, sostible e inclusiva. Fronte aos custosos programas comerciais ofrecidos por algunhas marcas especializadas, o CEIP Plurilingüe do Páramo aposta por un modelo educativo propio que prioriza a calidade e a viabilidade económica. O centro anima, ademais,

a que outros colexios que estean a desenvolver experiencias similares establezan contacto para compartir coñecementos e crear sinerxías de futuro.

OS BENEFICIOS. Entre os beneficios máis destacados atópanse o fomento do traballo en equipo, a convivencia e a responsabilidade compartida; a creación dunha alternativa saudable fronte ao uso excesivo das pantallas; o enriquecemento cultural e artístico; e o impulso do desenvolvemento cognitivo e emocional, mellorando a memoria, a coordinación, a creatividade e a autoestima.

A formación musical en idades temperás está amplamente recoñecida polo seu impacto positivo no desenvolvemento integral do alumnado.

Como colofón a estes primeiros meses de traballo, a recentemente creada agrupación instrumental do centro realizará o seu debut no Festival de Nadal do CEIP Plurilingüe do Páramo, unha cita moi agardada polo alumnado e as familias.

O Goberno local prepara a II edición do Mercadiño de Nadal

O Concello do Páramo volve apostar pola celebración do seu Mercadiño de Nadal, que este ano chega á súa segunda edición tras o éxito acadado na súa estrea.

A cita desenvolverase o día 13 de decembro e, igual que na pasada convocatoria, o campo da feira converterase no punto de encontro no que nenos, nenas e familias poderán compartir unha xornada pensada para

o desfrute colectivo.

A programación incluírá postos de artesanía, alimentación e antigüidades, ademais doutras actividades que o Goberno local aínda está a concretar.

Na edición anterior, os máis pequenos recibiron a visita de Papá Noel e, xa pola tarde, os asistentes puideron participar nunha degustación de chocolate quente acompañado de roscón, unha proposta que contou

cunha gran acollida veciñal.

Dentro da programación de Nadal impulsada polo Concello, tamén se mantén unha das citas máis esperadas do inverno: a Cabalgata de Reis.

O desfile celebrarase, como vén sendo habitual, o 5 de xaneiro de 2026, converténdose un ano máis no evento que marcará o inicio da véspera de Reis para as familias do municipio.

COLABORACIÓNS

A Arte do Fluxo Constante

KUNG FU, SEMIÓTICA E LINGUAXE DA TRANSFORMACIÓN



José Manuel Nunes

O cultivo do Kung Fu, nome que damos ao patrimonio marcial chinés, constitúe, per se, unha manifestación de autorrealización.

Isto é, no propio feito de cultivar a arte da defensa persoal, o practicante experimenta a plenitude na busca permanente dun grao cada vez maior de perfección. Cada movemento, cada esforzo por acadar un nivel maior de destreza, converte a práctica nun camiño introspectivo de crecemento persoal e de motivación intrínseca.

Kung Fu: A busca da excelencia

O termo Kung Fu significa, literalmente, “Esforzo Permanente” ou “Esmero Constante”. Non é unha arte marcial, senón a súa práctica: un algo difícil de definir, que se busca permanentemente.

Neste camiño, a meta do practicante é a autorrealización no propio proceso de perfeccionamento constante.

Por iso, o concepto transcende a acción puramente puxilística. O monxe que varre as follas na soleira do templo, ou o ca-

lígrafo que afina o trazo, ou o músico que persegue a nota perfecta, ou o ferreiro que procura a excelencia moldeando o metal, poden chegar a alcanzar o Kung Fu.

O movemento poético: A semiótica natural

Esta vivencia cara a un perfeccionamento constante-Kung Fu- está intimamente ligada ao profundo coñecemento da natureza.

As artes marciais chinesas incorporaron unha filosofía ideomorfa na que os conceptos e a estratexia proceden directamente do eido natural, integrando a semiótica —linguaxe dos signos e dos símbolos— tanto na dimensión mecánica como psicolóxica da arte marcial.

Esta conexión é evidente na taxonomía técnica: é máis intuitivo e natural nomear unha postura que imita o xeito de montar a cabalo como Paso de cabalo, ou un movemento defensivo e elegante como A garza abre as súas ás, que codificar a técnica con sistemas alfanuméricos, abstractos, máis propios da idiosincrasia científica occidental. A natureza non é só unha metáfora: é o vocabulario consubstancial para construír a memoria neuromuscular.

Isto observámolo no resto de artes marciais asiáticas, como as coreanas e xaponesas, caso

do vocábulo Juchum Seogi ou Kiba dachi, en coreano e xaponés respectivamente, referíndose á Posición de cabalo.

O Xing Yi Quan “Puño da Forma e da Intención” é o un bo exemplo de sistema ideomorfo, fundamentando as súas técnicas nos cinco elementos chineses: Madeira, Lume, Terra, Metal e Auga, concepción moi distinta dos catro elementos da filosofía occidental, da antiga Grecia.

Esta estrutura ou esquema puxilístico constrúese a partir dos mesmos compoñentes que a medicina tradicional chinesa. A arte marcial espella un concepto toaísta común á medicina, ao feng shui e a toda arte ou disciplina tradicional. Algo que tamén influenciou, por exemplo, a cultura coreana, tal e como podemos ver, por exemplo, na bandeira de Corea do sur, co concepto Tae Guk, o que na China é chamado Tai Ji “Supremos Opostos”, isto é o proceso constante de creación e destrución entre Yin e Yang.

De feito, o Tae Guk esténdese como nome da primeira serie de Poomsae “Formas” do Taekwondo, estando asociado cada un deles a un dos oito Pal gwe, nome coreano dos Ba gua “Oito Mutacións”, representadas graficamente por trigramas. Falamos de Ceo, Terra, Trono, Auga, Montaña, Vento, Lume e Lago.

Precisamente, no patrimonio



marcial chinés-Kung Fu- ao igual que o Xing Yi Quan “Puño da Forma e da Intención” está o Ba Gua Zhang “Palama das Oito Mutacións”, sistema ideomorfo completamente fundamentado neste concepto filosófico chinés, reforzando así a afirmación de que a semiótica é un elemento nuclear da idiosincrasia das artes marciais asiáticas: Kung Fu e demais.

Sentimento natural: A fluidez da transformación

Segundo a filosofía chinesa taoísta, a natureza non é inmutable; pola contra, a súa esencia é a transformación continua —fluxo do Tao— e o equilibrio dinámico entre creación e destrución.

A meta do practicante avanzado é adaptarse a esa realidade, o que o leva á procura do Sentimento Natural: fusión entre a mecánica ou physis e a mente ou psique, para non re-

sistirse ao cambio, senón fluír co concepto chinés de Wu wei “Acción baleira”.

Nunha situación de emerxencia defensiva non hai tempo para a reflexión: o corpo reacciona por si mesmo. É o estado de resposta talamocortical rápida, no que se transcenden as sensacións e a acción defensiva convértese nunha adaptación instintiva e perfecta á circunstancia, invocando a eficacia e a fluidez do instinto natural.

O Kung Fu é, en última instancia, a disciplina que converte a defensa das persoas nunha arte que celebra a eficacia e a beleza da transformación constante inherente ao universo, en profunda conexión coa medicina tradicional chinesa e coa cosmovisión filosófica taoísta, mesmo, en certo modo, tamén nas escolas budistas de Kung Fu, como a Shaolín.

Tapisa, s.l.

TU FÁBRICA DE SOFÁS A MEDIDA

¡RETAPIZAMOS TU VIEJO SOFÁ!

982 533 165
646 599 185

Crta. Comarcal 546, km 21 Sarria

FACENDA FARRUQUINO

ATENCIÓN FAMILIAR

SOMOS ESPECIALISTAS EN CARNE FRESCA, CO CORTE AO GUSTO DO CLIENTE

DESCUBRE O NOSO EMBUTIDO DE A FONSAGRADA

HORARIOS DE LUNS A SÁBADO
Horario continuo de 9:00 a 21:00 h.

DOMINGOS E FESTIVOS
De 10:30 a 14:00 h.

RÚA DIEGO PAZOS 47, SARRIA
www.facendafarruquino.gal

DEPORTES

O Club Baloncesto Sarria impulsa o seu III Campus do Nadal a finais de ano



O Club Baloncesto Sarria prepara xa a terceira edición do seu Campus do Nadal, que terá lugar entre o 26 e o 29 de decembro co propósito de ofrecer aos rapaces e rapazas unha experiencia deportiva enriquecedora nun ambiente festivo e dinámico. O campus está pensado para mozos e mozas nados entre 2008 e 2018 que teñan interese polo baloncesto, tanto se están a dar os primeiros pasos como se xa contan con certa traxectoria, xa que o programa inclúe propostas adaptadas a todos os niveis. Ao longo de catro xornadas, os participantes mellorarán aspectos técnicos do xogo e integraranse en actividades deseñadas para fomentar o compañeirismo, o espírito deportivo e a diversión. Ademais do enfoque no baloncesto, o Campus do Nadal inclúe actividades recreativas e de convivencia para que os participantes se coñezan mellor e gocen xuntos. Estas actividades están deseñadas para fomentar o traballo en equipo, a

amizade e a diversión fóra da cancha. Como é habitual, o campus contará con dúas modalidades de participación. A opción externa está orientada a quen prefira asistir unicamente durante o día, desde primeira hora da mañá ata última da tarde, incluíndo o servizo de comida para facilitar a organización das familias. Esta alternativa permite gozar das propostas deportivas sen pernoctar nas instalacións. A modalidade interna, pola súa parte, está deseñada para quen queira vivir unha inmersión completa no campus, con estadía en cuartos compartidos, todas as comidas incluídas e actividades nocturnas supervisadas polo persoal organizador. O campus, como todos os anos, contará con adestradores de primeiro nivel, que achegarán a súa experiencia e coñecementos para elevar a calidade das sesións deportivas.

Dani Giménez valora "o talento e valentía" dos xogadores

Dani Giménez asumiu a dirección do primeiro equipo Sénior A da SD Sarriana a comezos de novembro, tras a marcha de Iván Carril, iniciando así unha nova etapa ao fronte do conxunto sarrián para o que resta de tempada. O adestrador, antigo porteiro durante a súa carreira deportiva, realiza unha valoración moi positiva destas primeiras semanas de traballo e subliña que “foron semanas moi boas, nas que os rapaces se adaptaron desde o primeiro día ao meu método”. O técnico explica que el e o seu corpo técnico estableceron “un modelo de xogo baseado no que consideramos máis axeitado para o equipo, mantendo parte do traballo previo porque entendemos que tamén se estaba facendo ben”. Destaca que a Sarriana conta cun cadro “con moito talento e moita xuventude”, elementos que lles achegan “valentía para intentar cousas que, desde a miña visión do fútbol, son moi positivas”. Porén, admite que lles falta “experiencia, calma e control nalgunhs partidos”. Giménez insiste en que o seu propósito é que o equipo sexa “cada vez máis valente, que non teña medo a xogar coa pelota nin a asociarse”, mantendo á vez a identidade dun conxunto “vertical e atrevido de cara ao gol”. Para iso, explica, están centrando parte do traballo “na



Fotografía de Alba Arias

mellora defensiva e en darlle un pouco máis de orde á parcela ofensiva”. O adestrador recoñece que están a atravesar unha etapa complicada debido ás lesións, aínda que destaca a actitude exemplar do grupo: “Os rapaces adestran igual, están centrados no que deben, non perden enerxía en queixas nin excusas. Iso é clave para competir”. Por outra banda, di que, tendo en conta a súa experiencia profesional, afirma que intenta “orientalos e esixirille a cada un para que chegue ao máximo das súas posibilidades”. Considera que os xogadores deben dar o seu máximo “na Sarriana, pero tamén pensando en poder dar o salto a clubs de maior nivel”. E, sobre os obxectivos desta tempada, subliña que a prioridade é “salvar o equipo, manter a categoría

e permitir que o club siga medrando pouco a pouco”. Giménez define como meta realista do proxecto “permanecer nesta categoría todos os anos que sexa posible, consolidándonos progresivamente”. E engade que se debe “apostar polo talento local, pero tamén polo que hai en toda Galicia, mantendo esa esencia familiar e humilde propia de Sarria, que achega unha forte identidade aos clubs e aos equipos do municipio”.

RESULTADOS DO SÉNIOR A. Con 15 puntos, o equipo de 2ª RFEF atópase na metade da táboa clasificatoria, unha situación que ven positiva desde o equipo técnico, xa que o obxectivo deste equipo ascendido a tempada pasada é a salvación, é dicir, manterse na categoría, como dicía o adestrador, o maior tempo posible.

MADERAS Y DERIVADOS

PUERTAS

ARMARIOS

COCINAS Y COMPLEMENTOS

TABLEROS Y TARIMAS

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

Tel. 982 533 505 - Fax 982 531 731

www.maderasgrandas.com | info@maderasgrandas.com

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

Axudámosche a optimizar as túas facturas de enerxía?

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

Entra e infórmate!

982 876 681

sarria@xenera.com

GESA ENERGIA Colaborador Oficial de XENERA

Últimos días para apuntarse ao Torneo de Nadal fútbol sala

O Torneo de Nadal de fútbol sala celebrarase os días 26, 27 e 28 de decembro. Co obxectivo de impulsar a competitividade e reforzar o espírito deportivo, os premios serán de 1.000 puntos para o equipo vencedor, mentres que o subcampión será premiado con 500 puntos e o seu galardón. Pola súa parte, os conxuntos que finalicen en terceira e cuarta posición recibirán 120 puntos xunto co seu trofeo acreditativo. Tamén distinguirá o rendemento individual mediante os premios ao mellor porteiro e ao mellor xogador do torneo. A inscrición poderá completarse ata o 23 de decembro.

A AC Taekwondo prepara o II Open do Camiño Vila de Sarria

A AC Taekwondo de Sarria xa está preparando a segunda edición do Open do Camiño Vila de Sarria, que se celebrará o sábado 10 de xaneiro de 2026 no pavillón novo do Chanto. A nivel galego, este tipo de eventos adoitan reunir entre 400 e 500 deportistas, polo que superar esa cifra sería considerado un éxito rotundo, segundo destacou Alex Losada, responsable do club, que engade “creo que podemos logralo”.

A xornada comezará pola mañá coa proba clasificatoria para a selección galega infantil, que marcará o inicio do circuíto competitivo de 2026. Posteriormente, durante o resto do día celebrarase unha gran festa do taekwondo, con categorías pouco habituais tanto en Galicia como en España, incluíndo modalidades en parellas e tríos. O obxectivo é que tanto os máis pequenos como os que inician a competición poidan probar, competir e familiarizarse coas dinámicas deportivas.

Losada explicou que a fase matinal permitirá aos nenos e nenas descubrir a competición nunha contorna menos esixente, “para que a vexan como un xogo e co tempo formen parte de campionatos máis rigorosos e preparados para competir a altos niveis”. O club aposta por unha filosofía de aprendizaxe progresiva, na que o obradoiro inicial permita gozar, aprender e despois medrar como deportistas. As inscricións abriranse o 1 de decembro e permanecerán dispoñibles ata o 28 do mesmo mes, dando opción a todos os interesados a participar nesta cita



deportiva de referencia no calendario galego de taekwondo.

PRESIDENT CUP G3. Mateo Fernández proclamouse subcampión na President's Cup de Austria, unha competición internacional na que o deportista participou na categoría júnior individual e onde conseguiu unha medalla de prata despois dunha xornada chea de intensidade e bo nivel competitivo.

O taekwondista iniciou o seu percorrido superando na primeira rolda ao seu compañeiro e rival español, un duelo que o impulsou cara á seguinte fase. No segundo combate enfrontouse ao representante de Hong Kong, ao que tamén conseguiu derrotar, asegurándose así o pase ás semifinais. Nesa rolda volveu exhibir un gran dominio, impoñéndose con claridade ao competidor austríaco e accedendo á final.

No duelo decisivo, Mateo tivo como adversario ao representante de Francia. O galego cedeu no primeiro *poomsae*, recuperou terreo gañando o segundo e

deixouno todo para o desempate final, que finalmente caeu do lado do seu rival, o que o levou a concluír cun brillante segundo posto.

COPA DEPUTACIÓN. A AC Taekwondo Sarria organizou a fase provincial da Copa Deputación de Lugo, un evento deportivo que tivo lugar no municipio e que congregou a máis de 200 deportistas que competiron coa intención de aseguraren unha praza no campionato autonómico previsto para o día 13 de decembro. A xornada desenvolveuse cun alto nivel técnico e cun ambiente de compañeirismo que destacou entre participantes, adestradores e público asistente.

Desde o club agradeceron o apoio e a colaboración do Concello de Sarria, sinalando a súa implicación constante na organización de eventos deportivos no municipio e subliñando a importancia deste respaldo para continuar promovendo actividades que impulsan o deporte base e a participación da mocidade.

Polina Berezina sentou cátedra no Club Xirandela de Sarria



A *masterclass* impartida pola recoñecida ximnasta Polina Berezina e organizada polo Club Xirandela de Sarria resultou todo un éxito, tanto pola alta participación como pola conexión que se xerou entre a deportista e as participantes.

A xornada desenvolveuse cun programa completo no que se combinou o adestramento técnico coa parte máis artística e emocional da ximnasia rítmica.

A sesión comezou ás 15:45 horas co acceso e acreditación das ximnastas, seguido dun bloque inicial de técnica corporal entre as 16:00 e as 16:45 horas. A continuación, as participantes traballaron a expresión corporal ata as 17:45 horas, antes dun breve descanso. Polina Berezina retomou a actividade cunha sesión centrada no manexo dos aparatos de pelota e aro, que se prolongou ata as 19:00 horas.

A xornada culminou cun espazo dedicado ás charlas, fotografías e

sinaturas, un momento especial que permitiu ás ximnastas achegarse á súa referente. A partir das 20:00 horas, as familias das participantes tamén puideron acceder ao recinto para gozar das dúas pequenas exhibicións que Berezina realizou xunto coas deportistas.

Desde o Club Xirandela cualificaron a experiencia como “un luxo de *masterclass* con unha ximnasta de luxo”, destacando non só o seu talento deportivo, senón tamén a súa calidez persoal e proximidade coas nenas.

“É un orgullo para nós achegar ás nosas ximnastas aos seus grandes referentes, e aínda máis pola maneira en que o fixo Polina”, sinalaron desde a entidade sarriá. Polina Berezina, exximnasta olímpica da selección española, campioa de España en múltiples ocasións, medallista de bronce no Campionato do Mundo e na Copa do Mundo, e participante nos Xogos Olímpicos de París 2024.

O DH Molinos fixa data e volverá estar na Copa de España

O Descenso DH Molinos xa ten data definitiva para a súa próxima edición, que se desenvolverá o 26 de abril de 2026 no Páramo. A cita manterá a súa condición de carreira puntuable para a Copa de España BTT DHI, consolidándose como un dos eventos habituais do circuíto estatal. A organización volverá recaer no club sarriao DHG Team, que nas últimas tempadas adoita contar co respaldo da Vicepresidencia da Deputación de Lugo. Esta colaboración permitiu situar a proba entre as máis destacadas do calendario, garantindo a presenza de deportistas de primeiro nivel.

**FONTANERÍA Y GAS
VILAR VALCARCEL**

JOSÉ LUIS VILAR LOSADA

C/ Portomarín, 17 • C/ Arias de Arbieto s/n
27600 Sarria (Lugo) • Telf/Fax: 982 531 449
Móvil: 659 589 024 • vilavalcarcel@hotmail.com

AEROTERMIA

SUELO RADIANTE

BIOMASA

INSTALACIONES DE CALEFACCIÓN, FONTANERÍA Y GAS

C-27-000501

logopedia

Centro de
m^o del Mar Tourón
97 de callejón 11/1000

**Y TÚ
¿CÓMO
HABLAS?**

TRASTORNOS

- MIOFUNCIONALES
- AUDICIÓN
- LENGUAJE ORAL Y ESCRITO
- HABLA
- VOZ

NIÑOS Y ADULTOS de 0 a 99 años

Rúa Pedro Saco, 35 Entlo. 27600 Sarria
Tfno.: 669 260 537 m_martl@hotmail.com

DE RUTA EN RUTA

A Ruta Pau da Vella de Xove

Un percorrido circular ata o cumio do Monte Pau da Vella con vistas ao litoral e ás serras da contorna

A ruta circular do Monte Pau da Vella ofrece un percorrido de dificultade media que combina paisaxes abertas, patrimonio histórico e excelentes panorámicas sobre o litoral. O camiño comeza fronte ao centro social de Penasagudas, ao que se accede tras uns once quilómetros de estrada dende o centro de Xove pola LU-P-2604. Desde este punto inicial, o traxecto discorre ao longo de vieiros tradicionais e antigos camiños veciñais pertencentes á Comunidade de Propietarios de Laxamoura, que reúne a maior parte dos habitantes de San Isidoro de Monte. O itinerario avanza ata esta parroquia, onde se ergue a igrexa de San Isidoro, un templo de orixes moi antigas, datado no século VI e remodelado en 1966. A partir do panel informativo situado nas inmediacións, a senda continúa por unha pista de terra á esquerda, que se estende durante uns tres quilómetros. Máis adiante, unha nova sinal orienta ao camiñante nos dous quilómetros finais de ascenso ata o cumio. Na parte máis alta agarda unha cruz de granito dun metro de altura, considerada probablemente a máis antiga do municipio. Ao longo do percorrido, o camiñante pode apreciar tamén a riqueza ambiental que caracteriza esta zona do norte lucense. As ladeiras do monte están cubertas por matogueiras atlánticas, entre as que destacan toxos, breixos e pequenos bosquetes que ofrecen refuxio á fauna local. En determinados treitos é frecuente atopar pegadas de raposos ou xabaríns,

así como escoitar o voo das aves rapaces que adoitan sobrevoar a serra aproveitando as correntes de aire. A medida que se avanza cara ao alto, a paisaxe vai abrindo e permitindo observar a evolución do relevo e o contraste entre os vales interiores e a franxa costeira.

MONTE DE PAU DA VELLA. O punto culminante da ruta é o Monte Pau da Vella, situado na Serra do Buitro e pertencente á parroquia de Monte. Con 702 metros de altitude, constitúe o teito do concello e tamén unha divisoria natural cos territorios de Viveiro, Cervo e Ferreira do Valadouro. A orixe da cruz que coroa o alto é aínda motivo de debate: existen teorías que a vinculan cun antigo itinerario romano dedicado ás divindades, re-interpretado posteriormente pola tradición cristiá. A vista dende o cumo resulta especialmente atractiva. Dende alí distínguense o litoral de Xove e San Cibrao, os picos do Xistral e mesmo, nos días nubrados, apenas se albiscan as montañas costeiras que separan Galicia de Asturias. Grandes extensións de pasto nos arredores permiten o pastoreo en liberdade, e o silencio da contorna só se rompe de cando en vez polo son dos aeroxeradores que dominan a paisaxe eólica. Esta ruta, que combina natureza, historia e vistas privilexiadas, foi proposta no ano 2006 pola Asociación de Mulleres Bolboretas de Xove. A entidade apostou dende o primeiro momento por unha iniciativa de carácter ambiental que fomentase o sendeirismo e o contacto directo coa natureza.





Pili Madeira

FLORISTAS

bicarelo

📍 Rúa da Liberdade, 137
27600 Sarria (Lugo)

☎ 982 530 015 / 633 226 988

✉ floristeria@servimadeira.es

🌐 www.floristeriamadeira.es

MADEIRA

SERVICIOS FUNERARIOS

Funerarias

Tanatorios

Seguros



Desde 1945

Diego Pazos, 34 27600 SARRIA - Lugo

Teléfono y fax 982 53 00 15

funeraria@servimadeira.es www.tanatoriomadeira.es