

sarria

Comeza o curso político e as catro forzas do municipio deberán convencer á cidadanía. **Páx. 2-3**

o páramo

Xorde un colectivo para utilizar o deporte como ferramenta para reunir á veciñanza. **Páx. 14**

paradela

A escritora Estefanía Padullés vén de presentar o seu novo álbum ilustrado. **Páx. 15**

samos

Acondicionouse un local no soto das vivendas comunitarias cunha axuda da Vicepresidencia. **Páx. 16**

láncara

A ANPA Pícaros do CPI Ramón Piñeiro de Láncara programa novas actividades. **Páx. 17**

Esixen solucións á situación da residencia



Compromiso da Deputación cos maiores

A Deputación reivindicou a consolidación dunha rede pública de residencias. **Páx. 12**

"O trato que reciben é igual para todos"

O alcalde do Incio pon en valor a súa relación cos veciños e coa oposición no municipio. **Páx. 19**

Mellora do río Sarria



O BNG esixe melloras no río, xa que forma parte da identidade da veciñanza. **Páx. 4**

Novas normas de tráfico



A reforma do Regulamento Xeral de Circulación entra en vigor o 1 de outubro. **Páx. 10-11**

Exposición 'Gardiáns'



Jorge Arévalo presenta unha mostra sobre o traballo diario nas ganderías. **Páx. 16**

A Sociedade Deportiva Paradela

Adrián Fernández Juiz, presidente desde o ano 2024, afronta a nova tempada con ilusión. **Páx. 22**



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.



MAQUINAS Y
RECAMBIOS
LEMKEN

www.corbarsil.com

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

SARRIA

Inicio de curso: nove meses para decidir o futuro político de Sarria

Camiña Sarria e PP afrontan o tramo decisivo dun pacto que incluía 15 actuacións, mentres medran as incógnitas sobre as candidaturas para 2027

Setembro devolve os nenos e adolescentes ás aulas, pero tamén devolve a política á súa particular rutina. Comeza un novo curso e, con el, unha conta atrás que en Sarria xa non se pode ignorar: quedan nove meses para as eleccións municipais do 23 de maio de 2027. Nove meses nos que haberá que saber que queda realmente do pacto entre Camiña Sarria e Partido Popular, que proxectos chegarán a executarse e, sobre todo, quen estará disposto a disputar o futuro político da vila.

Porque en Sarria o calendario electoral comeza a pesar. O que durante meses podía parecer afastado está xa suficientemente preto como para que cada decisión, cada investimento e cada movemento político comece a ter lectura electoral. E neste escenario, o Acordo para o Desenvolvemento Estratéxico de Sarria (ADES), asinado hai un ano por Camiña Sarria e PP, convértese nun dos principais elementos para medir o que foi o mandato e o que pode acontecer nas próximas eleccións. Porque o taboleiro electoral xa está colocado. Só faltan por coñecer algunhas das pezas e, sobre todo, onde decidirá colocarse cada unha.

QUINCE COMPROMISOS E AS ACTUACIÓNS EN MARCHA. Camiña Sarria e PP asinaron en setembro de 2025 o ADES como

marco de diálogo e cooperación ata maio de 2027. O acordo apostaba pola estabilidade institucional, a lealdade entre administracións, unha planificación realista e unha comunicación transparente.

A folla de ruta incluía 15 actuacións: a mellora do Estadio Municipal da Ribela e do CEIP Frei Luis de Granada, a urbanización e cesión das travesías urbanas da LU-546, o apoio á Residencia de Persoas Maiores Nosa Señora do Carme, a sinalización viaria, a humanización da Praza da Vila ou a rehabilitación e musealización de Vila Andrea.

Tamén figuraban actuacións sobre a rede de auga, a creación dun parque ou praza nas vivendas anexas ao colexio, a mellora da Casa da Cultura e da Escola de Música, a posta en valor do barrio da Estación e do río Celeiro, a revalorización da Ponte Ribeira, un segundo Xulgado de Primeira Instancia, unha solución para o antigo centro de saúde e o muíño do Toleiro e a segunda fase do Polígono do Morelle.

Porén, un ano despois, só catro das 15 actuacións están en fase de desenvolvemento. A máis visible é a intervención no Estadio da Ribela, mentres avanzan tamén as actuacións relacionadas co CEIP Frei Luis de Granada, as travesías urbanas da LU-546 e a residencia de maiores.

O tempo comeza a ser, polo tanto, un factor político. O acordo foi deseñado para chegar ata maio de 2027 e agora quedan nove meses para que unha parte importante do prometido se converta en realidade.

CARMEN JOSÉ LÓPEZ, PONTE ENTRE CONCELLO E XUNTA.

Neste escenario, o Partido Popular chega tamén con candidatura coñecida. Carmen José López previsiblemente repetirá como cabeza de lista tras ser a persoa coa que Claudio Garrido asinou o ADES.

A súa posición nestes meses foi a de defender e impulsar desde a oposición aquelas actuacións que forman parte do pacto, ao tempo que busca, a través da Xunta de Galicia, financiamento para facer posibles diferentes proxectos incluídos na folla de ruta.

O papel do PP resulta así especialmente singular: é oposición no Concello, pero forma parte dun acordo co Goberno municipal e, ao mesmo tempo, ten capacidade de interlocución coa Xunta, administración gobernada pola súa mesma formación. López e os populares levaron a diferentes plenos iniciativas vinculadas a necesidades de Sarria e a problemas que aparecen recollidos no ADES. A súa candidatura deberá afrontar agora o



reto de explicar á cidadanía que parte do acordado puido avanzar grazas á súa intervención e que proxectos continúan pendentes. E esa posición tamén pode converterse nun argumento electoral: o PP poderá reivindicar a súa capacidade de conseguir investimentos e interlocución institucional, mentres Camiña Sarria terá que responder polo nivel de execución do acordo.

O BNG, CLAVE NA VILA. No outro lado do taboleiro aparece Efrén Castro, previsiblemente candidato do BNG á Alcaldía de Sarria. O nacionalista conta cunha posición institucional que lle permite mirar cara ás próximas municipais desde unha situación diferente: é vicepresidente da Deputación de Lugo. Desde ese cargo ten capacidade para impulsar actuacións e conseguir investimentos para o municipio, mentres continúa levando propostas ao pleno

municipal. Unha forma de facer política que tamén lle xerou críticas, precisamente porque en determinadas votacións o BNG coincide co Goberno de Camiña Sarria.

A súa posición, porén, é clara: apoiar aquelas propostas que considera beneficiosas para Sarria independentemente de quen as presente. Unha estratexia que lle permite reivindicar unha política baseada nos resultados, pero que tamén abre unha vía de ataque para os seus adversarios, que cuestionan que o BNG sexa suficientemente crítico co Executivo local. Castro chega así ás eleccións cunha dobre baza: a súa presenza no Goberno provincial e o traballo realizado desde a oposición municipal. O reto será transformar esa capacidade de actuación en apoio electoral e convencer á veciñanza de que existe unha alternativa ao actual Goberno.

EXCLUSIVIDAD para la SALUD de tu SONRISA

Especialistas centrados en:

Ortodoncia infantil y adultos

Ortodoncia invisible

Articulación Temporomandibular

Bruxismo

Problemas de Oclusión y Función

Diseño de sonrisa

Ortopedia dentofacial

¡Ortodoncia todos los días!

Lunes, miércoles y jueves: 12:00 a 20:00 h

Martes y viernes: 9:00 a 17:00 h

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. R/ Cántigas e Frores)

if

figueiras

ORTODONCIA



O PSOE, A GRAN INCÓGNITA. Se hai unha formación onde o escenario aparece máis aberto, esa é o PSOE. Benjamín Escontrela, cabeza de lista socialista nas municipais de 2023, continúa sendo unha das grandes incógnitas de cara a 2027.

A súa candidatura foi unha aposta do entón secretario provincial José Tomé, pero desde o primeiro momento xerou críticas dentro das propias filas socialistas. En decembro de 2023, poucos meses despois das eleccións municipais, militantes do PSOE de Sarria cuestionaron publicamente a súa actuación e aseguraron que, pleno tras pleno, "estaba a demostrar non rexerse por ningunha directriz socialista".

As discrepancias internas non desapareceron co paso do tempo. En 2025, varios militantes socialistas de Sarria volveron manifestar o seu malestar polo que consideraban un "reiterado incumprimento dos estatutos e do regulamento do partido por parte da executiva municipal".

A controversia estaba relacionada coa convocatoria dunha Asemblea Extraordinaria para a elección de delegados ao 15º Congreso Nacional Galego, un

proceso que, segundo os críticos internos, estivo marcado por irregularidades.

Todo isto fai que a continuidade de Escontrela como candidato non estea clara e que o PSOE de Sarria afronte tamén unha posible reorganización interna antes de chegar ás municipais.

NOVA PRESIDENTA DA DEPUTACIÓN E NOVA COMISIÓN XESTORA SOCIALISTA.

A chegada de Carmela López á Presidencia da Deputación de Lugo, tras a saída de José Tomé, introduce tamén unha nova variable no escenario político sarriao. Ademais, Luis Ángel Lago Lage preside a nova Comisión Xestora que asume a dirección do PSdeG-PSOE na provincia de Lugo desde decembro de 2025, o que tamén incide nas pezas do taboleiro.

O cambio na Deputación produciuse nun momento no que o socialismo sarriao arrastra desde hai anos diferentes conflitos internos. Por iso, a nova etapa provincial podería ter consecuencias tamén na política local, especialmente á hora de decidir quen encabezará a candidatura socialista en 2027 e que relación manterá a estrutura provincial coa agrupación de Sarria.

Neste contexto, Benjamín Escon-

trela continúa sendo unha das incógnitas, mentres que tamén permanece aberta a posibilidade de que o PSOE busque un novo perfil para afrontar as próximas municipais. A nova dirección política da provincia, canalizada actualmente a través da Comisión Xestora, terá que xogar un papel



relevante nesa configuración.

E aquí aparece unha hipótese especialmente importante para o taboleiro político de Sarria: un eventual reencontro entre o PSOE e Claudio Garrido, antigo socialista e actual alcalde por Camiña Sarria. Se a formación independente perde forza ou non continúa como proxecto, o novo escenario provincial podería faci-

litar conversacións que hoxe parecen afastadas.

O cambio producido no socialismo provincial abre unha porta que durante os últimos anos parecía practicamente pechada. E nun Concello no que as alianzas poden acabar sendo determinantes para formar Goberno, calquera porta entreaberta pode terminar converténdose nunha das pezas máis importantes da mesa de xogo.

Aínda que o alcalde, Claudio Garrido, parecía ter asumido que esta lexislatura podía ser o final da súa carreira política, pero a situación do ADES e a frustración ante o escaso avance de parte dos compromisos parecen ter reactivado a súa ambición de continuar.

Agora, debe decidir se volverá encabezar Camiña Sarria, se o proxecto terá continuidade con outra persoa ou se, finalmente, se abrirá a porta a outro escenario político.

A súa decisión condicionará boa parte do taboleiro. Se Garrido repite, Camiña Sarria terá que defender o balance do seu mandato e do pacto co PP. Se non o fai, o futuro da formación queda igualmente aberto. E se a formación

se desfai, o seu pasado socialista pode volver aparecer como unha vía de futuro.

NOVE MESES PARA MOVER AS PEZAS.

Sarria comeza así un curso político no que cada movemento terá cada vez máis importancia. O ADES entra na súa recta final, o PP prepara a continuidade de Carmen José López, Efrén Castro perfila un novo asalto á Alcaldía desde o BNG e o PSOE debe decidir se mantén a aposta por Benjamín Escontrela ou busca un novo rostro para recuperar posicións.

Por riba de todos eles, Claudio Garrido mantén aberta a principal incógnita: continuar, cambiar de rumbo ou abrir unha nova etapa. Neste nove meses haberá negociacións, conversas, posibles acordos e tamén movementos internos que poden alterar o escenario actual.

As pezas deste taboleiro de xadrez xa comezaron a moverse, aínda que algunhas continúan esperando o momento exacto para cambiar de posición. E será nese movemento, máis que nos discursos, onde Sarria comezará a descubrir quen chega ás eleccións de maio de 2027 con máis posibilidades de dar o xaque definitivo.

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

ECONÓMICO Y EFICIENTE
PÍDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
NUESTROS NUMEROSOS TRABAJOS EN LA COMARCA DE SARRIA NOS AVALAN

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

Mellora Sarria pide recuperar a tradición dos doces típicos



A plataforma social Mellora Sarria alertou da progresiva desaparición dunha parte do patrimonio gastronómico tradicional do municipio e reclamou medidas para garantir a conservación e recuperación dos doces máis representativos da vila. O colectivo advirte de que elaboracións históricas como os melindres, os rusos ou os *santitos* perderon presenza ou calidade co paso dos anos, mentres que moitos dos fornos tradicionais xa pecharon ou teñen unha actividade residual. Segundo sinala a entidade, os melindres deixaron de elaborarse como se facían antigamente, os rusos desapareceron practicamente por completo e os *santitos* afastáronse das súas receitas orixinais. A esta situación súmase, aseguran, a substitución progresiva de produtos artesanais por elaboracións industriais máis económicas, un fenómeno que consideran unha ameaza para a identidade gastronómica local. Mellora Sarria sostén que a perda destes doces supón tamén a desaparición dun legado cultural ligado á historia da vila. A plataforma desta-

ca que se trata de elaboracións únicas, asociadas á memoria colectiva, ás celebracións e ás tradicións de varias xeracións de sarriaos. Ademais, lembra que arredor destes produtos existía unha actividade económica vinculada á produción e á venda que tamén se foi reducindo co paso do tempo. Para reverter esta situación, a entidade propón a creación dunha escola de oficios especializada na recuperación da repostería tradicional de Sarria. O obxectivo sería localizar e documentar as receitas orixinais, formar novas xeracións de profesionais na elaboración artesanal destes produtos e garantir a continuidade deste coñecemento. A iniciativa tamén aposta por establecer medidas de protección para estas elaboracións e por impulsar mecanismos que eviten a súa desaparición definitiva. Desde Mellora Sarria consideran que aínda é posible preservar este patrimonio gastronómico, pero advirten de que é necesario actuar canto antes para evitar que se perdan receitas e técnicas que forman parte da historia e da identidade da vila.

O BNG denuncia o abandono do río Sarria e reclama actuacións

O BNG de Sarria denuncia o estado no que se atopa o río Sarria e reclama ás administracións implicadas que adopten medidas para recuperar e conservar este espazo natural. A formación nacionalista considera que o río "non pode seguir así" ante a situación de deterioro que, segundo sinala, presenta actualmente. Entre os problemas que destaca o BNG atópanse o deterioro de presas e caneiros vinculados aos antigos muíños, a presenza de plantas invasoras e a acumulación de algas, que a formación considera que evidencian problemas no estado da auga. A isto súmase, segundo denuncia, unha sensación de abandono nun espazo que debería estar coidado, vivo e protexido. O BNG defende que o río forma parte da identidade, da paisaxe e da vida diaria de Sarria, polo que considera necesario ir máis aló das declaracións e apostar por medidas concretas de mantemento, coordinación e conservación. Neste sentido, a formación nacionalista responsabiliza do actual estado do río ao que cualifica de "desleixo" das administracións implicadas, sinalando directamente ao Concello de Sarria, á Confederación Hidrográfica do Miño-Sil e á Xunta de Galicia. O BNG reclama unha actuación coordinada que permita recuperar o espazo fluvial e garantir o seu coidado. Á denuncia política súmanse tamén as queixas trasladadas por veciños e veciñas de Sarria a través das redes sociais. Parte da cidadanía lembra que a vila está situada entre dous ríos, o Sarria e o Celeiro, e que ambos forman un sistema fluvial conectado, polo que consideran que o abandono afecta ao conxunto do espazo.



Nas reaccións da veciñanza tamén aparecen comparacións con outros municipios. "Tan bonito que está Monforte con seu malecón e Sarria dá pena e en pleno Camiño de Santiago, vergonzoso", sinala un dos comentarios. O BNG considera que a recuperación e conservación do sistema fluvial debe ser unha prioridade e reivindica que Sarria tamén debe medirse polo coidado dos seus ríos, especialmente nunha vila atravesada polo Camiño de Santiago e cun importante patrimonio natural e paisaxístico. **MELLORA SARRIA.** Neste mesmo sentido, a plataforma social Mellora Sarria, nacida o pasado mes de novembro, anunciou como primeira proposta a necesidade de acometer unha "recuperación integral do río Sarria e da contorna de O Chanto". A plataforma considera este espazo un "símbolo comunitario" que, segundo denuncia, está hoxe convertido nun "lugar degradado", polo que reclama unha actuación que permita recuperar o seu valor am-

biental, paisaxístico e social. Segundo Mellora Sarria, o deterioro do río e das súas infraestruturas é consecuencia dun "abandono político deliberado". O que no seu día foi anunciado como "o proxecto máis ambicioso para Sarria" leva anos deteriorado: o edificio de servizos continúa apuntalado e o río, que foi apto para o baño durante máis de corenta anos, está hoxe "practicamente inutilizable". A plataforma criticaba a tala de centos de árbores de ribeira na zona do Chanto. Denuncian que esta actuación arrasou coa vexetación natural, eliminou sombra, reduciu biodiversidade e deixou desprotexida a ribeira, agravando a degradación dun espazo que consideran recuperable "coa mínima vontade política". Por isto, a plataforma demandaba investir na rehabilitación natural do río, incluíndo a creación de piscinas naturais, como existen noutros concellos galegos e portugueses. Mellora Sarria pide recuperar o río para o baño, adecuar novamente a zona de O Chanto e devolverlle ao municipio un lugar de convivencia, lecer e identidade colectiva.

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

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

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

C-27-001438

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

CLÍNICA OBRADOIRO DENTAL

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

Sindicatos e Concello abordan a situación do persoal da residencia

CIG, CSIF e UGT, organizacións sindicais maioritarias na representación do persoal do Concello de Sarria, trasladaron o seu respaldo ás traballadoras e traballadores da Residencia de Maiores Nosa Señora do Carme e destacaron a súa profesionalidade, dedicación e compromiso diario coa atención das 91 persoas residentes. A valoración dos tres sindicatos prodúcese tras a reunión mantida co Concello de Sarria para analizar as condicións laborais do persoal e diferentes cuestións relacionadas coa organización e funcionamento do centro. Durante o encontro, as organizacións sindicais defenderon a necesidade de continuar introducindo melloras, ao tempo que apostaron por abordar as necesidades da residencia "desde o rigor" e tendo en conta as posibilidades reais da Administración local.

Segundo explican CIG, CSIF e UGT, o Goberno local trasladou durante a reunión as limitacións existentes para incorporar persoal, tanto polas restricións derivadas da taxa de reposición como polas dificultades que poden xurdir para cubrir determinadas necesidades temporais mediante as bolsas de emprego. Neste sentido, un dos acordos alcanzados foi convocar e actualizar con maior frecuencia as bolsas de contratación e reforzar a difusión das convocatorias. O obxectivo é facilitar unha resposta máis rápida cando se produzan necesidades de persoal na residencia.

Os sindicatos consideran tamén necesario seguir avanzando nas propostas formuladas polo Comité de Empresa e pola representación sindical para mellorar as condicións de traballo. Recoñecen que existen aspectos que deben ser corrixidos

e reivindicacións que continuarán defendendo, pero consideran que o camiño debe pasar pola negociación e o diálogo.

CIG, CSIF e UGT aseguran que continuarán reclamando ao Concello as medidas necesarias para garantir unhas condicións laborais adecuadas e unha atención de calidade ás persoas residentes. Ao mesmo tempo, reivindican o "respecto absoluto" pola profesionalidade das traballadoras e traballadores que sosteñen diariamente o funcionamento do centro.

CRÍTICAS A CCOO. Un dos puntos abordados tanto polos sindicatos como polo Concello foi a ausencia de CCOO na reunión, despois das recentes críticas difundidas por esta organización sobre a situación da residencia. CIG, CSIF e UGT cuestionan as expresións e mensaxes trasladadas por CCOO e consideran que proxectan unha imaxe "extremadamente negativa" do centro que, ao seu xuízo, non representa a realidade da residencia nin o traballo desenvolvido polo seu persoal. As tres organizacións advirten de que este tipo de comunicacións poden xerar preocupación entre as persoas residentes e as súas familias e consideran que non contribúen a resolver as dificultades que poidan existir. Os sindicatos matizan que esta posición non significa negar a existencia de necesidades ou aspectos susceptibles de mellora. Pola contra, aseguran que levan tempo defendendo avances nas condicións laborais, na organización do servizo e na cobertura adecuada dos postos necesarios para o funcionamento da residencia.

Tamén lamentaron que CCOO non participase no encontro, malia estar

igualmente convocada polo Concello, especialmente tendo en conta que as informacións que deron lugar á reunión procedían desta central sindical.

Pola súa banda, o Concello asegura que CCOO coñecía a convocatoria desde o pasado luns, pero finalmente non asistiu ao encontro. A Administración local sinala ademais que o sindicato non se puxera previamente en contacto co Concello para trasladar as cuestións que posteriormente fixo públicas.

O Goberno local defende, neste sentido, que as valoracións sobre o funcionamento da residencia deben partir de información contrastada e lembra que xa se están aplicando medidas para reforzar a estrutura de persoal. A Administración asegura que respecta o dereito das organizacións sindicais a formular críticas, reivindicacións e propostas, pero reclama que estas se baseen en datos que permitan coñecer a situación real do centro.

A OPOSICIÓN. A situación da Residencia Nosa Señora do Carme xa provocou diferentes posicionamentos nos últimos meses. En febreiro deste ano, o PSdeG denunciou que as traballadoras do centro quedarían sen cobrar a nómina por primeira vez na historia do municipio. Anteriormente, en novembro de 2025, o BNG tamén manifestara a súa preocupación pola situación da residencia e atribuíu os problemas de xestión e financeiros do centro á "incapacidade do goberno municipal para planificar e asumir responsabilidades".

Agora, CIG, CSIF e UGT apostan por manter aberta a negociación co Concello e continuar reclamando melloras, pero ao mesmo tempo



defenden o labor dos profesionais e rexeitan que as dificultades existentes se utilicen para trasladar unha imaxe que consideran excesivamente negativa do centro.

MÁIS PRAZAS PARA PERSOAL. O presidente do Padroado e alcalde de Sarria, Claudio Garrido, puxo tamén o foco no persoal da residencia e na necesidade de continuar mellorando as súas condicións. "Os traballadores son unha parte fundamental da residencia. Son eles os que están todos os días ao lado dos nosos maiores, coidándoos, acompañándoos e facendo posible que o centro funcione. Por iso temos que seguir traballando para mellorar as súas condicións", sinalou.

O alcalde lembrou o esforzo económico que supón para o Concello manter unha residencia destas características e garantir a atención das 91 persoas maiores que viven actualmente no centro. "Manter unha residencia destas características supón un enorme esforzo económico para o Concello. Estamos falando de 91 persoas maiores, das súas familias e dun servizo que consideramos fundamental", afirmou.

Garrido defendeu así que a Administración local está introducindo cambios na residencia e insistiu na intención de continuar incorporando melloras coa participación dos representantes dos traballadores.

Entre as medidas destacadas polo Concello figura a modificación da Relación de Postos de Traballo (RPT), mediante a que se incorporaron 16 novos postos á estrutura da residencia. A Administración local subliña que esta actuación xa está executada e que, polo tanto, non se trata dunha previsión futura.

Ademais, durante a reunión abordáronse diferentes cuestións relacionadas co persoal e acordouse manter aberta a vía de negociación para continuar introducindo melloras tanto nas condicións dos profesionais como na organización do servizo.

O Concello defende que o reforzo dos equipos e a mellora das condicións laborais teñen unha incidencia directa na atención ás persoas maiores. A residencia conta con persoal de diferentes ámbitos, entre eles asistencia, enfermería, medicina, xerocultura, traballo social, fisioterapia, animación e administración.



PIZZERIA PAPARAZZI
100% ITALIANI

!!OFERTAS ESPECIALES!!

-50% en la segunda pizza familiar

-25% en la segunda pizza mediana

Martes
Familar de Jamón a Basón
8€

Servicio a domicilio

Rúa Diego Pazos, 30 - Balao 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

Goián prepara as súas festas na honra ao Santo Cristo con moita música



A parroquia de Goián celebra as súas festas na honra ao Santo Cristo, que se celebrarán os días 4, 5, 6 e 7 de setembro. A Asociación de Veciños de Goián encárgase da organización dunha celebración que volverá combinar tradición, actos relixiosos, gastronomía e música.

As festas comezarán o venres 4 cun viacrucis ás 18.00 horas con saída desde a Igrexa polo Camiño Primitivo de Airexe ata a Escola de Goián, volvendo pola estrada ata o Cruceiro, a Fonte do Santo e rematando de novo na Igrexa.

Xa o sábado 5 de setembro terá lugar a xuntanza cabalar, prevista para as 16.00 horas, con saída desde Sarria e percorrido por unha ruta marcada. As persoas interesadas en participar deberán anotarse previamente nos teléfonos 669 42 37 54 (Diego) ou 616 08 07 29 (Martín). O último día para anotarse será o xoves 3 de setembro. Pola tarde, terán lugar os actos relixiosos, con confesións ás 19.00 horas e misa ás 20.00 horas. A partir das 21.30 horas celebrárase unha gran churrascada e queimada, que contará coa

actuación do Grupo Fortuna.

O domingo 6 será unha das xornadas principais das festas. Habrá misas a partir das 8.00 horas e ás 13.00 horas celebrárase a misa maior, seguida da procesión, que contará coa participación da Banda Faro Brass. A sesión vermú estará amenizada polo Grupo D'Kris. Pola tarde, haberá misa ás 18.00 horas e, xa pola noite, a partir das 22.00 horas, terá lugar a verbena co Grupo D'Kris e a orquestra Gran Parada. O luns 7 de setembro chegará o remate das festas. A xornada comezará con misa ás 12.00 e ás 13.00 horas, seguida de procesión. A continuación celebrárase unha sesión vermú a cargo do Dúo Puma. Pola noite, a partir das 22.00 horas, a verbena correrá a cargo do Grupo Claxxon, que será o encargado de poñer o broche musical a tres días de celebracións.

O programa inclúe ademais o sorteo de tres lotes de produtos, como parte dunha programación pensada para reunir veciños e visitantes e manter viva a tradición festiva da parroquia.

Sarria celebra o 8 e o 9 as festas na honra á Virxe dos Remedios

Sarria prepárase para celebrar os vindeiros 8 e 9 de setembro as festas na honra á Virxe dos Remedios, con dúas xornadas que combinarán os tradicionais actos relixiosos cunha ampla programación musical.

O martes 8 de setembro, os actos comezarán coas misas desde as 8:30 horas na capela. Ás 13:00 horas terá lugar a misa maior no Campo da Festa, seguida da tradicional procesión, que estará acompañada pola Banda da Comarca de Sarria.

A xornada continuará cunha sesión vermú coa Orquestra Florida Band. A partir das 18:00 horas será a quenda da Charanga Os Sureños, mentres que pola noite a verbena contará coas actuacións das orquestras Florida Band e Principal.

O mércores 9 de setembro, a programación comezará coa misa maior ás 13:00 horas, se-



guida dunha sesión vermú amenizada polo Grupo D'Kris. Pola noite, a verbena estará protagonizada polo propio Grupo D'Kris e por El Combo Dominicano, que poñerán o ritmo á segunda xornada festiva.

As festas dos Remedios constitúen unha das celebracións máis tradicionais e arraigadas de Sa-

ria, reunindo cada ano veciñanza e visitantes arredor da devoción á Virxe dos Remedios. Estas xornadas festivas son tamén unha oportunidade para manter vivas as tradicións locais e compartir momentos de encontro e convivencia, converténdose nunha cita destacada no calendario festivo da vila.

A XIV Ruta 4X4 da comarca de Sarria será os días 20, 21 e 22 de novembro

A XIV Ruta 4X4 da comarca de Sarria xa ten data. A cita, organizada polo colectivo Os Carro X Catro Sarria, celebrárase os días 20, 21 e 22 de novembro e volverá reunir aos amantes do motor nunha fin de semana dedicada aos vehículos todoterreo.

Na ruta poderán participar todoterreos, *buggies*, *quads* e motos, que percorreren diferentes concellos da comarca de Sarria. A organización prevé

congregar arredor de 400 vehículos, ademais de numerosos afeccionados que se achegarán para desfrutar de dous días de actividade vinculada ao mundo do motor.

Nas edicións anteriores, a programación tamén incluíu actividades previas destinadas aos menores de 14 anos. Entre elas destacaron as probas celebradas no Polígono do Morelle, que permitiron aos máis novos

achegarse ao mundo do todoterreo antes da celebración da ruta.

Polo momento, aínda non se coñecen as novidades nin o programa completo desta XIV edición. Os amantes do motor da comarca xa permanecen pendentes das próximas informacións que dea a coñecer Os Carro X Catro Sarria sobre a convocatoria.



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

692 946 698
629 817 933

Pol. Ind. Betote Km 21
Sarria, 27600

692 946 694
629 817 933

Prefabricados y Hierros
TOURON, S.L.

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

982 530 469
hierrostouron@gmail.com



SARRIA,
unha comarca con sabor



O MIRALLOS

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

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




**RESTAURANTE
A CARBALLEIRA
DE REBOLEIRA
LEÑA Y CARBÓN**

**MAESTROS
DE LA
PARRILLA**

Instagram icon: a.reboleira.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

Facebook icon: Casa de Aira Padron






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

**A Pulperia
de Luis**



RIO LOYO
Restaurante

**Mesón
Castro**



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

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





Pontenova
mesón restaurante

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

Tel.: 982 546 003

Instagram icon: Catering_meson_a_pontenova
Facebook icon: Meson pontenova






A Fervenza
CASAGRANDE & RESTAURANTE

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



O Esmorga Fest organiza unha nova xornada musical o 12 de setembro



Os organizadores do Esmorga Fest continúan coa programación de actividades e preparan unha nova xornada arredor da música para o 12 de setembro na terraza O Meigallo e contará con diferentes propostas musicais, entre elas as actuacións de Grande Amore,

Eladio y los Seres Queridos, Apollo 18, Tristán DJ e Meigas e Tragos xunto a JLG Music. A actividade terá lugar o 12 de setembro e a entrada será de balde. Trátase dunha nova proposta do Esmorga Fest, despois da primeira xornada celebrada na Ermida.

Rebuldeira Teatro opta a Premios FETEAGAL Manuel Lourenzo

O grupo Rebuldeira Teatro, de Sarria, foi nomeado aos I Premios FETEAGAL Manuel Lourenzo grazas á súa obra Vermello, que competirá en dúas categorías: Mellor Espectáculo Costumista e Mellor Guión Orixinal.

Estas candidaturas supoñen un recoñecemento ao traballo desenvolvido pola compañía sarriá, que leva anos impulsando o teatro afeccionado e participando activamente na vida cultural do municipio e da comarca.

Desde Rebuldeira Teatro destacaron que detrás destas nomeacións hai meses de ensaios, esforzo, ilusión e dedicación por parte dun grupo de persoas unidas pola súa paixón polas artes escénicas. A compañía considera que formar parte



das candidaturas xa constitúe un importante premio e un recoñecemento á súa traxectoria. O colectivo quixo agradecer tamén o apoio recibido do público ao longo das diferentes representacións, así como o respaldo de todas aquelas persoas que seguiron e animaron o proxecto durante os últimos

anos, contribuíndo ao seu crecemento. Rebuldeira Teatro felicitou ademais ao resto de compañías nomeadas nesta primeira edición dos galardóns, destacando que compartir candidatura con outras formacións do panorama teatral galego constitúe xa unha honra.

Aínda pode visitarse a exposición 'Palestina Here and There' na Sede

A Sede acollerá ata o 3 de outubro a exposición "PALESTINE HERE AND THERE", promovida pola Asociación Cultural Huhú, unha mostra que aborda cuestións como a identidade, a memoria e a resistencia a través de diferentes linguaxes artísticos. A exposición poderá visitarse cada fin de semana, en horario de mañá e de tarde. A mostra parte dunha invitación realizada por Paula Parente Pinto á artista palestina Ahlam Shibli, que decidiu ampliar a proposta coa

participación de Aref Massalha, Fatma Hassona, Mohamed Harb, Monther Jawabreh e Rehaf Al Batniji. A través da fotografía, o vídeo, o cinema documental e o arquivo, as obras presentadas exploran diferentes realidades vinculadas á perda do fogar, a ocupación, o desprazamento, a destrución e as formas de resistencia ante os intentos de borrado da identidade e da memoria. Entre os traballos incluídos na exposición atópanse as fotografías de

Fatma Hassona, asasinada en Gaza en 2025. As súas imaxes documentan a vida cotiá baixo os bombardeos e a destrución da Franxa de Gaza, deixando testemuño dunha realidade marcada pola violencia e a perda. "PALESTINE HERE AND THERE" propón así un percorrido por diferentes relatos e perspectivas arredor da experiencia palestina, utilizando a creación artística como ferramenta para preservar a memoria e dar visibilidade ás formas de resistencia.





OSCAR
ALQUILER DE COCHES

951 12 93 33

OSCAR.ES





Alquiler de Vehículos en Sarria

VEHÍCULOS INDUSTRIALES



DESDE 36€ /DÍA

TURISMOS



DESDE 30€ /DÍA

MONOVOLUMEN 6-9 PLAZAS



DESDE 90€ /DÍA

200 KM INCLUIDOS AL DÍA Y SEGURO

TENEMOS UN COCHE DE ALQUILER PARA CADA NECESIDAD

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

As pistas deportivas do Chanto renovaranse por completo

O proxecto de renovación das pistas deportivas exteriores do Chanto, continúa avanzando coa licitación das obras, que permitirán modernizar estas instalacións deportivas e mellorar a súa contorna. A actuación contará cun orzamento de 292.000 euros, dos que 273.000 proceden da Vicepresidencia da Deputación de Lugo, que incrementou en 40.000 euros a súa achega inicial para facer fronte á actualización dos prezos recollida no proxecto técnico.

O vicepresidente da Deputación, Efrén Castro, destacou o compromiso da institución con esta actuación, que permitirá mellorar de maneira integral un espazo público de referencia para a práctica deportiva e as actividades de lecer na vila.

A intervención centrarase na renovación do pavimento das pistas de fútbol, tenis e pádel, así como na mellora dos peches e do mobiliario urbano da contorna.

Na pista de fútbol substituirase a



superficie actual mediante o fresado do pavimento existente e a extensión dunha nova capa. Ademais, instalaranse novos peches de rede nos fondos da pista e habilitaranse portas peonís e accesos para a maquinaria de mantemento.

Nas dúas pistas de tenis repararanse as zonas deterioradas e aplicaranse unha imprimación para favorecer a adherencia e durabilidade da pin-

tura, que tamén será renovada. O proxecto inclúe igualmente a instalación de novas redes.

No caso da pista de pádel, realizaranse traballos de limpeza e corrección das imperfeccións do pavimento, ademais do lavado e pintado das paredes para mellorar a instalación.

A previsión é que os traballos estean rematados durante o mes de novembro.

Peleriños prepara o novo curso en Sarria con aulas de música e baile

A Asociación Cultural Peleriños de Sarria xa ten preparada a programación das súas aulas para o curso 2026-2027, que dará comezo o vindeiro 2 de outubro. A entidade propón actividades para nenos e adultos co obxectivo de continuar promovendo a música, o baile e a cultura tradicional galega.

As clases distribuiranse entre os martes, venres e sábados. Os martes, ás 18.30 horas, impartirase canto e pandeireta con Miguel Carballo e, ás 19.30 horas, baile tradicional co mesmo profesor. Esta xornada completarase cun club de costura, tamén a partir das 18.30 horas.

Os venres concentrarán boa parte da oferta formativa. A aula infantil, impartida por Daniel Fdez., Pablo Fdez. e Lucía Arias, comezará ás

16.30 horas. Para os nenos de entre 4 e 6 anos haberá música tradicional ás 16.30 e baile tradicional ás 17.30 horas.

No caso dos participantes a partir dos 7 anos, as clases de baile tradicional serán ás 16.30 horas e as de música tradicional comezarán ás 17.30. A programación dos venres finalizará ás 20.00 horas cunha sesión de baile tradicional impartida por Ruth Pérez.

A percusión terá o seu espazo os sábados. Bruno Villamor será o encargado das clases de gaita e percusión, programadas para as 18.30 horas.

Estes horarios corresponden ás actividades regulares, pero Peleriños avanzou que ao longo do curso organizará tamén diferentes obradoiros e monográficos.

O Sarria Concilia comezará o 9 de setembro e durará ata o 21 de xuño

O Concello de Sarria pon en marcha unha nova edición de Sarria Concilia, o programa destinado a facilitar ás familias a compatibilidade entre os horarios laborais e escolares. A iniciativa desenvolverase durante o curso 2026-2027 en tres centros educativos públicos do municipio e ofrecerá atención tanto antes do inicio das clases como durante as tardes.

O programa está dirixido ao alumnado nado entre 2014 e 2023, am-

bos os anos incluídos, que estea escolarizado nalgún dos centros públicos do Concello de Sarria.

Sarria Concilia comezará o 9 de setembro e permanecerá activo ata o 21 de xuño, adaptándose ao calendario establecido para o curso escolar 2026-2027.

As actividades desenvolveranse no CEIP Frei Luís de Granada, no CEIP Antonio Fernández López de Oural e na EEI Xela Arias.

Os horarios variarán en función

do centro. No CEIP Frei Luís de Granada, o servizo "As mañás do cole" estará dispoñible de 7.30 a 8.45 horas, mentres que "As tardes do cole" funcionará entre as 14.30 e as 18.30 horas.

No CEIP Antonio Fernández López de Oural e na EEI Xela Arias, a atención matinal ampliarase desde as 7.30 ata as 9.30 horas. Pola tarde, en ambos os centros, o horario establecido será de 15.30 a 17.30 horas.

As rúas Curros Enríquez, Pascual Veiga e a prolongación da Gran Vía xa teñen un sentido único

O Concello de Sarria informa de que xa está instalada a sinalización necesaria para a entrada en vigor do sentido único de circulación nas rúas Curros Enríquez, Pascual Veiga e na prolongación da Gran Vía.

A nova ordenación do tráfico comezou a aplicarse nas tres vías este luns, 24 de agosto.

Co obxectivo de facilitar a adaptación dos condutores ao novo réxime de circulación, a Policía Local despregará un dispositivo

de control durante os primeiros días.

A actuación permitirá comprobar o correcto funcionamento da nova ordenación e resolver posibles incidencias.

Desde o Concello solicítase aos condutores que extremen a precaución ao circular por estas rúas durante os primeiros días, especialmente mentres se familiarizan cos novos sentidos de circulación e coa sinalización instalada.

NOVO REGULAMENTO

A DXT actualiza o código de circulación

As novas normas de tráfico que chegan en outubro: do carril de emerxencia á obriga de levar o casco nos patinetes

A reforma do Regulamento Xeral de Circulación entra en vigor o 1 de outubro con novas obrigas para os usuarios, como os condutores de coches, motos, bicicletas e patinetes, entre outros.

O mapa da mobilidade en España cambiará a partir do vindeiro 1 de outubro de 2026. Ese día entrará en vigor o Real Decreto 518/2026, que modifica o Regulamento Xeral de Circulación máis de vinte anos despois da súa aprobación e introduce novas regras para condutores, motoristas, ciclistas, usuarios de patinetes e peóns. A reforma pon o foco na seguridade de quen presenta un maior risco de sufrir lesións en caso de accidente e, ao mesmo tempo, incorpora un novo marco específico para a circulación nas cidades.

A reforma chega, ademais, nun momento no que os vehículos de mobilidade persoal (VMP) se converteron nun elemento habitual dos nosos desprazamentos. Luís Novoa Fernández, presidente da Asociación de Autoescolas de Ourense, considera que a regulación avanza na dirección que reclamaba o sector, aínda que bota en falta un paso máis: unha formación básica obrigatoria para quen conduce estes vehículos. ‘Non estamos a falar de implantar un exame, senón algo mínimo para coñecer certos elementos de seguridade viaria, normas e

sinais, porque comparten a vía co resto de usuarios’, explica.

COCHES E CONDUTORES

Os condutores de turismos, furgonetas, camiões e outros vehículos a motor terán que adaptarse a varias novidades a partir do 1 de outubro. Unha das máis relevantes afecta ás retencións en autoestradas e autovías, onde será obrigatorio formar un carril de emerxencia cando a circulación quede detida ou avance a unha velocidade moi reducida. Os vehículos deberán apartarse cara aos extremos da calzada para deixar libre un corredor destinado ao paso de ambulancias, bombeiros, Garda Civil e outros servizos de emerxencia.

Nas vías con dous carrís por sentido, os vehículos desprazaranse cara aos seus respectivos lados, mentres que nas de tres ou máis carrís os do carril esquerdo apartaranse cara á esquerda e o resto cara á dereita. Este espazo debe habilitarse de forma preventiva e non esperar a que se aproxime a sirena dun vehículo prioritario.

A reforma tamén endurece as condicións para adiantar determinados usuarios e vehículos inmovilizados. Cando un condutor teña que adiantar unha bicicleta, ciclomotor, patinete ou peón, deberá manter

unha separación lateral mínima de 1,5 metros.

No caso do adiantamento a ciclistas en vía interurbana, deberá ademais reducir a velocidade en polo menos 20 km/h respecto ao límite máximo da vía e, cando a calzada teña máis dun carril por sentido, realizar un cambio completo de carril. Para adiantar un vehículo inmovilizado por avaría, accidente, auxilio ou mantemento, deberá manter tamén unha separación de polo menos 1,5 metros e reducir a velocidade en 20 km/h respecto ao límite da vía.

‘Con respecto á distancia entre coche e bicicleta segue sendo metro e medio, pero agora se introduce a obriga de reducir a velocidade 20 km/h ao adiantar’, sinala Luís Novoa.

En situacións de neve adversa en autoestradas e autovías, quedará prohibido adiantar. Deberase circular polo carril dereito (ou o contiguo se hai tres ou máis carrís), deixando libres os da esquerda para quitaneves e emerxencias.

Así mesmo, a regulación dos carrís VAO limita o seu uso a motocicletas, turismos e vehículos mixtos adaptados, excluindo ciclos, ciclomotores, VMP, peóns e remolques. Por último, revísanse as exencións ao uso do cinto de seguridade e desaparecen algunhas das que existían ata agora, entre elas as que afectaban



determinados profesionais, como os condutores de taxis en servizo e os profesores de autoescola durante as clases.

‘O cinto salvavidas é indiscutible’, apunta Novoa, quen aclara un detalle clave para os futuros condutores: ‘A entrada en vigor deste regulamento non supón un novo exame teórico; os test íranse actualizando progresivamente nas autoescolas, pero o exame segue sendo igual’.

MOTOS E CICLOMOTORES

Os motoristas deberán prestar especial atención ao seu equipamento a partir do 1 de outubro. Tanto condutores como pasaxeiros de motocicletas e ciclomotores deberán utilizar calzado pechado que cubra completamente o pé en calquera tipo de vía. Nas vías interurbanas, as luvas de protección serán obrigatorias para condutores e pasaxeiros, aínda que as especificacións técnicas definitivas dependerán dunha futura orde

ministerial. Ata que esta entre en vigor, utilizaranse luvas de protección das mesmas características que as actuais.

O casco queda suxeito a unha regulación máis rigorosa. Nas motocicletas esíxese a homologación conforme ao Regulamento UNECE R22. Para os ciclomotores esíxese este mesmo estándar homologado UNECE R22, aínda que a norma establece un período transitorio de adaptación ata o 1 de outubro de 2027.

Como novidade destacada nas retencións, as motocicletas poderán circular pola beiravía dereita en tramos previamente habilitados e sinalizados cando o tráfico estea completamente detido. Esta manobra deberá realizarse en fila de a un, a unha velocidade máxima de 30 km/h e cedendo o paso se un peón ou vehículo avariado necesita a beiravía.

En materia de visibilidade, as motos deberán incluír un chaleco reflectante na súa dotación

CLASES IMPARTIDAS POR UN:

- Multimedallista nacional
- Bicampeón de España absoluto
- Bronce Europeo 2019
- Campeón de Europa por equipos en 2021
- Mundialista en 3 ocasiónes, 2018, 2022 y 2023

Escuela de
TAEKWONDO
SARRIA

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

@AC_TAEKWONDO AC TAEKWONDO 664 765 985

A CASA

cenor

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

cenor
tu tienda de confianza

VUELTA AL BARRIO
Con instalación, garantía y posventa

8kg
1400 rpm
Eco Silence
10 AÑOS DE GARANTÍA DEL MOTOR
TAPA DESMONTABLE

LAVADORA BOSCH WAU28165

449€
Disponible una vez más 499€

obrigatoria para utilizalo ao baixar do vehículo en vías interurbanas (sendo obrigatorio levalo posto durante a marcha para repartidores profesionais).

Por último, autorízanse legalmente os dispositivos sen fíos de comunicación ou navegación integrados no casco sempre que estean certificados ou homologados e non afecten á condución.

BICICLETAS

Os ciclistas contarán con novas garantías de seguridade e obrigas. Nas vías interurbanas, o casco segue sendo obrigatorio, pero desaparecen de forma definitiva as exencións que permitían prescindir del en subidas prolongadas, días de calor ou por razóns médicas. Nas cidades, o casco continuará sendo obrigatorio para os menores de 16 anos e tamén para quen utilice a bicicleta profesionalmente durante a súa actividade.

Durante a noite ou con visibilidade reducida fóra de poboado, os ciclistas deberán levar un elemento luminoso ou reflectante visible a 150 metros. Os profesionais que desenvolvan a súa actividade en bicicleta deberán utilizar ademais un chaleco reflectante de alta visibilidade durante a circulación. No contorno urbano, a normativa indica que as bicicletas circularán preferentemente polo centro do carril para evitar accidentes por alcance ou aperturas de portas. Se a vía dispón de varios carrís por sentido, utilizarán o dereito, salvo para xiros ou por razóns de seguridade. Ademais, os vehículos a motor que circulen detrás dunha bicicleta no mesmo carril deberán manter unha distancia mínima de seguridade de cinco metros.

A reforma permite aos ciclistas adiantar vehículos detidos en retencións ou semáforos pola

dereita ou pola esquerda para acceder ás zonas de detención avanzada. Os concellos poderán autorizar a circulación de bicicletas en ambos os sentidos en rúas dun só carril limitadas a 30 km/h. Por último, ampliáanse as posibilidades de transporte: permítese levar un menor de ata 22 quilos nun asento adicional homologado e utilizar remolques para transportar persoas, carga ou animais de ata 15 quilos.

PATINETES E VMP

Os vehículos de mobilidade persoal son un dos colectivos que incorpora máis novidades na reforma. A nova norma fixa en 15 anos a idade mínima para conducirlos e establece a obrigatorio de levar casco de protección homologado ou certificado, debidamente abrochado. Así mesmo, obrígase a sinalar todas as manobras de xiro utilizando os brazos e a levar un elemento luminoso ou reflectante visible a 150 metros nas circulacións nocturnas ou de baixa visibilidade.

Prohíbese a circulación de VMP por beirarrúas, autoestradas, auto-vías, travesías, vías interurbanas e túneles urbanos, salvo nas vías ciclistas e outros espazos expresamente contemplados pola norma e sempre que a sinalización non o prohiba.

Respecto ao alumeadado, aínda que deberán levar a luz acesa de noite desde outubro de 2026, a obriga de circular co alumeadado aceso durante o día non se esixirá ata o 1 de outubro de 2027. Os profesionais que traballen sobre un VMP deberán levar casco e chaleco reflectante en calquera vía.

Por outra banda, convén lembrar que a inscrición no Rexistro de Vehículos Persoais Lixeiros da DXT, a etiqueta identificativa e o seguro obrigatorio vinculado son trámites normativos que xa están en marcha

e non dependen do 1 de outubro.

PEÓNS

A reforma reforza a protección de quen se despraza a pé en estrada e cidade. Nas vías interurbanas, os peóns que transiten pola beiravía ou a calzada de noite ou con pouca visibilidade deberán levar un elemento luminoso ou reflectante visible a 150 metros. Nos grupos organizados de peóns esíxese ademais iluminación branca ou amarela cara adiante e vermella cara atrás.

Fóra de poboado, os peóns deberán circular, como norma xeral, polo lado esquerdo para desprazarse de fronte ao tráfico que se aproxima, aínda que a norma contempla determinadas excepcións nas que deberán facelo pola dereita.

Así mesmo, prohíbese cruzar as prazas e rotondas atravesando a súa calzada, obrigando a rodealas polo perímetro salvo que exista un paso habilitado. Na cidade, blíndase a prioridade do peón, esixindo aos condutores extremar a precaución ante nenos, persoas maiores e persoas con mobilidade reducida.

AS CIDADES

O Real Decreto estrea un título específico para zonas urbanas (Título VI). A principal premisa é a consideración das beirarrúas como espazos de uso exclusivo para peóns, quedando expresamente prohibida a circulación de calquera vehículo. Porén, as ordenanzas municipais poderán permitir que os menores de ata 12 anos circulen en bicicleta polas beirarrúas cando vaian acompañados a pé por un adulto. Nos pasos para peóns regulados por semáforo, a luz ámbar intermitente para os vehículos non poderá coincidir, como norma xeral, coa luz verde fixa para os peóns. Outórgase ademais reco-



ñecemento legal aos camiños ou rutas escolares seguras, permitindo restricións de tráfico e reducións de velocidade nos contornos de colexios, hospitais e residencia.

AUTOCARAVANAS

O Regulamento regula por primeira vez a escala estatal as condicións de estacionamento das autocaravanas e outros vehículos acondicionados como vivenda (como as coñecidas 'campers'). Para ser considerado un estacionamento válido (e non acampada), o vehículo debe cumprir tres requisitos: apoiarse só sobre os seus pneumáticos (aínda que están permitidos os calzos de seguridade en pendente), non despregar elementos que sobresaian do seu perímetro (como toldos ou ventás) e non realizar verteduras de fluídos á vía pública.

DA ESTRADA ÁS PERSOAS

A entrada en vigor destas medidas obrigará a todos os usuarios a adaptar hábitos cotiáns. Para Luís Novoa, o cambio debe entenderse como unha evolución necesaria. 'Ás veces a xente cre que se crean as normas para castigar e é pura prevención', apunta o presidente

das autoescolas de Ourense. Pedro Blanco, o delegado do Goberno en Galicia, enmarca a reforma nun cambio de modelo de mobilidade que, tras dúas décadas, sitúa as persoas no centro. 'Tras vinte anos, pasamos dunha visión centrada na estrada e no vehículo a outra que pon as persoas no centro, especialmente as máis vulnerables', sinala. O delegado destaca ademais que a nova normativa incorpora por primeira vez normas específicas para as zonas urbanas e ten en conta o deseño das cidades do futuro, que define como 'máis humanas, accesibles, cómodas e sostíbeis'. Neste sentido, defende que os cambios buscan tamén mellorar a saúde e o benestar da cidadanía, impulsar unha enerxía máis limpa e accesible, favorecer comunidades máis sostíbeis e avanzar na loita contra o cambio climático. 'Unha aposta por unha mobilidade deste Goberno pensada para as persoas e para o futuro', conclúe. O novo Regulamento Xeral de Circulación debuxa, en definitiva, un escenario máis esixente para a condución cotiá, situando a prevención e a protección dos usuarios máis expostos no cumio da seguridade viaria.

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 FONSGRADA

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

DEPUTACIÓN

Carmela López fai balance: 11 millóns en mobilidade e 5 en convenios

A presidenta da Deputación de Lugo, Carmela López, fixo balance dos seus primeiros sete meses á fronte da institución provincial, un período que definiu como “moi intenso, de moito traballo e tamén de aprendizaxe” e no que destacou unha forma de gobernar baseada na proximidade, o diálogo, a capacidade de decisión e a presenza directa no territorio. “Hai sete meses, no meu discurso de investidura falei de diálogo, de proximidade, de estabilidade e de compromiso. Quero facer un primeiro balance de como estamos convertendo estas palabras en feitos”, sinalou. López destacou especialmente o contacto directo cos concellos. Nestes sete meses mantivo 59 reunións con alcaldes e alcaldesas, preto do 90 % dos responsables municipais da provincia, e con todos aqueles que solicitaron unha reunión. “Eu non quero unha Presidencia encerrada nun despacho. Quero ser unha Presidenta accesible e próxima, que vai ao territorio. Para coñecer a provincia hai que pisala”, afirmou. A Presidenta subliñou que



as visitas que leva feitas polo territorio non responden a unha finalidade formal, senón á vontade de coñecer directamente os problemas e buscar solucións. “Non vou aos sitios a sacar unha foto. Hai un motivo e un traballo que facer en cada visita”, explicou. No ámbito da mobilidade, a Deputación conta este ano con máis de 12 millóns de euros para obras de mellora da rede viaria, dos que xa se executaron máis de 7 millóns, arre-

dor do 61 %. A esta contía súmanse preto de 1,5 millóns para renovar o Parque Móbil e 2,4 millóns para o servizo de desbrozamentos. Destacou a presidenta ademais que máis do 53 % do orzamento asignado para obras corresponde a actuacións en concellos gobernados polo Partido Popular. “Se unha estrada necesita unha actuación, o que me preocupa é solucionar o problema, non a cor política da alcaldesa

ou do alcalde”, afirmou. No ámbito da cooperación municipal, a Deputación mobilizou preto de 5 millóns de euros en convenios cos concellos para apoiar servizos públicos básicos, chegando ás distintas comarcas da provincia. Ademais, só en xullo asinou 420.000 euros con 16 entidades, principalmente vinculadas ás políticas sociais e aos sectores produtivos. “Ás veces falamos de cifras, pero detrás desas cifras hai servizos e, sobre todo, hai persoas. A Deputación ten que estar aí, especialmente onde un concello non pode chegar só. Ou onde outras administracións non tratan en igualdade de condicións a ese territorio”, destacou. Carmela López tamén puxo en valor os avances na rede pública de residencias da Deputación, e entre as cuestións nas que a institución segue traballando, a presidenta situou tamén os GES, un ámbito no que considera que o actual modelo precisa dunha solución máis estable e no que a Deputación mantén a interlocución coa Xunta.

Impulsará o sector empresarial e forestal da provincia

A Xunta de Goberno aprobou un paquete de investimentos orientado a reforzar a competitividade das empresas e apoiar sectores produtivos estratéxicos. Os acordos adoptados supoñen unha mobilización de máis de 393.000 euros. Así, deu luz verde a un convenio bianual coa CEL, dotado con 180.000 euros para 2026 e 2027. A través do programa Lugo Presente e Produtivo desenvólvanse accións relacionadas coa dixitalización, a innovación e a sustentabilidade das empresas. O proxecto inclúe ademais a elaboración dun estudo sobre o absentismo laboral e unha guía de boas prácticas. Outro dos acordos aprobados foi un convenio coa Asociación de Empresarios da Primeira Transformación da Madeira por importe de 60.000 euros para a creación dunha aula móbil forestal. Esta iniciativa permitirá levar formación especializada directamente aos montes, facilitando a capacitación de profesionais do sector e contribuíndo á mellora da súa cualificación e competitividade. O programa incorporará contidos relacionados coas boas prácticas para a conservación da rede viaria.

Compromiso cos maiores fronte á “falta de resposta da Xunta”

A Deputación reivindicou o seu compromiso coa atención ás persoas maiores e coa consolidación dunha rede pública de residencias de proximidade,

especialmente pensada para o rural, fronte ao que considera “unha falta de resposta da Xunta de Galicia, administración competente en materia de ser-

vizos sociais e dependencia”. O deputado de Promoción Económica e Social, Pablo Rivera Capón, fixo balance da situación da rede provincial e asegurou

que “esta provincia necesitaba –e necesita– residencias públicas” e que a Deputación decidiu asumir ese esforzo “porque había unha necesidade real no territorio e as persoas maiores de Lugo non podían quedar sen unha alternativa pública de proximidade”. “Nós non miramos para outro lado”, sinalou Rivera Capón,

quen defendeu que unha persoa maior “debe poder recibir coidados públicos preto da súa casa, da súa familia e do seu concello”. A institución provincial conta con 9 residencias públicas en funcionamento e preto de 400 persoas usuarias, mentres traballa noutros 9 proxectos. Engadiu que desde 2019 ata 2026, a Deputación ten mobilizados 47 millóns de euros vinculados á rede residencial. Repasou a situación dos principais centros que se atopan en diferentes fases de desenvolvemento. Como o de Becerreá, onde explicou que a Deputación deu un novo impulso á posta en funcionamento do centro coa licitación do equipamento xeral por máis dun millón de euros e a licitación da cociña industrial, por preto de 460.000 euros. O responsable provincial destacou ademais o esforzo económico que supón manter unha rede deste tipo para unha administración como a Deputación. “Estamos levando ao límite a nosa capacidade para manter e ampliar unha rede que consideramos esencial para a provincia”, afirmou, reclamando tamén unha maior implicación da Xunta.



CASA NEIRAS
alimentos tradicionais

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

A TRADICIÓN DA CASA

EN SARRIA

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

EN LÁNCARA

- Casa Enríqueta

NA POBRA DE SAN XIAO

- Comercial Luseiro



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

COMARCA

O PSdeG presenta iniciativas para incrementar a taxa de actividade

A portavoz de Emprego do Grupo Socialista, Carmen R. Dacosta, vén de presentar unha batería de iniciativas parlamentarias para reclamarlle á Xunta que poña en marcha un Plan de medidas específicas para incrementar a taxa de actividade.

Dacosta advertiu que o “fracaso” das políticas activas de emprego e da política de impulso económico do PP teñen situado a Galicia como a segunda autonomía con menor taxa de actividade do Estado.

Dacosta advertiu que, segundo os datos do INE correspondentes ao segundo trimestre do ano, Galicia ten unha alarmante baixa taxa de actividade, dun 53,02 por cento, máis de seis puntos porcentuais por debaixo da media estatal, que se sitúa nun 59,29 por cento.

Ademais, o abandono das provincias de Lugo e Ourense por parte do goberno galego as teñen situado como as provincias con menor taxa de actividade do Estado, cun 48,44 e un 46,08 por cento, respectivamente.

A responsable socialista criticou a pasividade do goberno galego para afrontar os principais factores que lastran o mercado laboral galego, que está creando emprego a un ritmo significativamente inferior ao conxunto do Estado.

Como exemplo, advertiu de que entre o primeiro e o segundo trimestre do ano esta



Comunidade Autónoma perdeu 6.100 persoas ocupadas, un 0,5 por cento, mentres no conxunto de España aumentaron en 486.000 persoas.

O envellecemento, a perda de poboación en idade laboral, as dificultades de incorporación da mocidade e de reincorporación das persoas de maior idade ao mercado de traballo, así como as desigualdades entre as provincias da costa e do interior “están a condicionar profundamente o presente e o futuro laboral de Galicia”.

Ademais, criticou que continúen sen facer “nada” fronte ás bolsas de desemprego estrutural, como os parados de longa duración ou a mocidade, máis de tres veces por riba da taxa de paro de Galicia.

Os datos da EPA alertan da menor creación de emprego, perda de ocupación, baixa taxa de actividade, elevado desemprego xuvenil, o alto número de persoas paradas de longa duración e a perda de ocupación nos principais sectores produtivos.

A responsable socialista urxe ao goberno galego a poñer en marcha medidas específicas para incrementar a taxa de actividade de Galicia, así como plans específicos de actuación dirixidos aos parados de longa duración e da mocidade. Reclamou ademais incorporar os criterios territoriais á planificación das políticas activas de emprego para reforzar o impacto nos concellos, comarcas e provincias con máis dificultades.

Paradela, Láncara e Samos contan con melloras nos seus espazos públicos



Os concellos de Paradela, Láncara e Samos están a executar distintas actuacións de mellora e acondicionamento de espazos públicos no marco do obradoiro dual de emprego Os Soutos II, que conta cun investimento de 454.500 euros e no que participan 20 persoas desempregadas.

En Paradela, os traballos céntranse estes días no colexio público, onde se están a acondicionar diferentes zonas exteriores, entre elas os espazos axardinados e o parque infantil. Ademais, está previsto actuar nos miradoiros de Adega dos Penegos, Cabo de Vila e Santa Marta, así como na parcela destinada ao mercado municipal.

O obradoiro iniciou a súa actividade no mes de xuño e manterase ata febreiro de 2027. As 20 prazas están distribuídas en dúas especialidades formativas: urbanización e conservación e mellora de montes.

O programa tamén inclúe actuacións en Láncara e Samos. No primeiro municipio, os participantes traballarán no acondicionamento do paseo do ferrocarril, mentres que en Samos se levará a cabo a rehabilitación de varias fontes e beirarrúas, xunto con diferentes traballos de mantemento no colexio público.

Os obradoiros duais combinan a formación teórica con experiencia laboral práctica, permitindo que as persoas participantes adquiran coñecementos vinculados a oficios concretos mentres desenvolven traballos que buscan dar resposta ás necesidades dos municipios e mellorar distintos espazos de uso público.

A iniciativa está impulsada pola Consellería de Emprego, Comercio e Emigración da Xunta de Galicia, cun investimento de 454.500 euros.



INVISTE EN PARADELA

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

200

ANOS



o páramo

Nace a Unión Deportiva Galaicas O Páramo para promover a vida na vila



O Páramo conta cunha nova entidade deportiva. A Unión Deportiva Galaicas O Páramo acaba de iniciar a súa andaina cun proxecto que pretende ir máis alá da práctica de exercicio e utilizar o deporte como ferramenta para reunir á veciñanza, favorecer as relacións entre xeracións e contribuír a dar vida ao rural, como a celebración do BTT A Ribeira, que terá lugar o 12 de setembro. A iniciativa xorde da vontade de mulleres do rural por poñer en marcha unha proposta diferente no propio territorio. As súas impulsoras defenden que non é necesario marchar fóra para atopar alternativas deportivas e de lecer e apostan por crear no municipio un espazo no que compartir actividades, coñecer outras persoas e establecer novos vínculos. A filosofía coa que nace Galaicas parte dunha concepción ampla do deporte. O obxectivo non se limita á competición, senón que busca convertelo nunha oportunidade para "coñecernos, xuntarnos, compartir, crear amizades e facer plans", ao

tempo que se contribúe a que as aldeas contengan con máis actividade. Un dos principios do novo club será precisamente o seu carácter aberto. A entidade quere chegar tanto a homes como a mulleres e incorporar nenos e nenas, mocidade, persoas adultas e maiores. A proposta estará dirixida tanto a quen practica deporte habitualmente como a aquelas persoas que nunca se animaron a facelo. Do mesmo xeito, Galaicas quere dar cabida a diferentes formas de entender a actividade deportiva. Haberá espazo para quen busque competir, pero tamén para aqueles participantes que simplemente queiran facer exercicio, relacionarse con outras persoas e pasar un bo momento. A nova entidade pretende así que cada actividade sirva para xerar novas oportunidades de encontro. A intención é crear un club no que poidan xurdir ideas e amizades e no que distintas xeracións compartan experiencias, reforzando deste xeito a vida comunitaria.

paradela

O Concello mellora os accesos a Riocabo, Randulfe e A Condomiña

O Concello de Paradela vén de completar distintas actuacións de mellora nos accesos aos núcleos de Riocabo, Randulfe e A Condomiña, cun investimento total de 193.147,40 euros. As obras están financiadas no marco do Plan Deputación 2025, cunha achega provincial de 150.071,85 euros e unha aportación municipal de 43.075,55 euros. Os traballos permiten mellorar o estado das infraestruturas viarias e facilitar o acceso a estes núcleos, atendendo ás necesidades trasladadas pola veciñanza e contribuíndo a mellorar as condicións de mobilidade no rural de Paradela. A actuación forma parte das intervencións que o Concello está a desenvolver nas distin-



tas parroquias co obxectivo de distribuír os investimentos polo territorio e dar resposta ás necesidades existentes en cada zona. Desde o Goberno local destacan que a planificación dos recursos permite priorizar aquelas actuacións consideradas máis necesarias para a veciñanza e continuar

coa mellora progresiva das infraestruturas municipais. O Concello de Paradela sinala así o compromiso de seguir destinando investimentos ás diferentes parroquias para mellorar os servizos e as condicións de vida da poboación, especialmente no ámbito rural.

A Deputación inviste na mellora da estrada entre Pacios e Mosteirovello

A Xunta de Goberno da Deputación de Lugo aprobou a adxudicación das obras de renovación da estrada provincial LU-P-4201, que comunica Pacios con Mosteirovello, no concello de Paradela. A intervención suporá un investimento próximo aos 246.000 euros e permitirá actuar en case catro quilómetros da vía. Os traballos consistirán na renovación do firme, a mellora das cunetas e a reposición da sinalización. O proxecto incorpora ademais unha actuación específica para incrementar a seguridade viaria nas proximidades do CEIP de San Miguel. Neste punto construírse un paso elevado destinado a reducir a velocidade dos vehículos e reforzar a protección nunha zona especialmente sensible



pola presenza habitual de escolares. A intervención forma parte das actuacións da institución provincial destinadas á conservación e modernización da súa rede de estradas, neste caso coa renovación dunha vía

que presta servizo ás comunicacións locais de Paradela. Unha vez iniciadas as obras, a empresa adxudicataria contará cun prazo de catro meses para completar os traballos previstos na LU-P-4201.



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



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

Estefanía Padullés invita a afrontar os cambios no seu novo libro

Os cambios forman parte da vida desde a infancia. Cambian as estacións, as amizades, as aulas do colexio ou a dinámica familiar coa chegada dun novo irmán. Sobre esa realidade cotiá constrúe a escritora e ilustradora Estefanía Padullés o seu novo álbum ilustrado, publicado en castelán baixo o título *Cambia el mundo... cambias tú* e en galego como *Cambia o mundo... cambias ti*.

A autora, afincada en Paradelá, presenta unha obra dirixida aos nenos, pero pensada tamén para ser compartida cos adultos. O libro propón unha lectura pausada e reflexiva sobre a forma na que as persoas afrontan as transformacións que se producen ao longo da vida, un tema que Padullés considera especialmente importante nas primeiras etapas de crecemento.

Acostumada a crear historias cargadas de aventuras e imaxinación, nesta ocasión decidiu adentrarse nun terreo máis emocional. A autora explica que quería abordar a idea de que os cambios son inevitables e que non sempre teñen o mesmo resultado. “Ás veces non pasa

nada, ás veces cambian para ben, ás veces cambian para mal”, sinala, destacando que o obxectivo era axudar a traballar a frustración e a adaptación a novas situacións.

A acollida da obra superou as ex-

“O obxectivo do libro é mostrar que, ás veces, as cousas cambian; e hai que aprender desde pequenos a soportar a frustración e a adaptarse a eses cambios”

pectativas iniciais da escritora. Segundo recoñece, o libro está conectando especialmente cos máis pequenos porque fala de experiencias que forman parte da súa realidade diaria. O paso a unha nova clase ao comezar o curso, a chegada dun irmán ou os cambios que trae consigo o paso do tempo son algúns dos

exemplos que aparecen nas súas páxinas.

A diferenza doutros traballos da autora, marcados por unha maior presenza da fantasía, esta publicación aposta por unha narrativa máis próxima e recoñecible. Precisamente esa proximidade é unha das claves que, ao seu xuízo, están favorecendo a identificación dos lectores coa historia.

Ademais do texto, Padullés asina tamén todas as ilustracións do álbum, realizadas en formato dixital. A creadora recoñece que goza especialmente deste proceso e que nesta ocasión aproveitou para experimentar cun estilo gráfico diferente. “Intentei variar un pouco o estilo de debuxo para non aburrirme e para seguir medrando tamén como ilustradora”, explica.

A obra combina así o relato e a imaxe nunha proposta que a autora define como un libro para ler sen présas. O ton poético do texto e a temática abordada convidan a unha lectura compartida entre pais e fillos, favorecendo o diálogo sobre emocións e situacións que forman parte da vida cotiá.



Tamén o formato foi coidadosamente elixido. O libro presenta un deseño cadrado que facilita o seu manexo e lectura, especialmente entre o público infantil, achegando comodidade tanto a quen le como a quen observa as ilustracións.

Tras a súa publicación, Estefanía Padullés xa traballa na promoción da obra. Entre as próximas citas previstas figura unha presentación no colexio de Paradelá durante o mes de setembro. Ademais, a autora espera poder achegar o libro aos nenos de Sarria mediante unha actividade na biblioteca municipal.

Aínda que nos últimos anos tamén se achegou ao mundo da novela, Padullés recoñece que segue sentíndose especialmente cómoda no ámbito do álbum ilustrado. “Gústame moito ilustrar, non vou deixalo”, afirma. Considera que este formato lle permite desenvolver proxectos creativos durante varios meses e, unha vez finalizados, embarcarse en novas

historias e novos retos.

Non obstante, tampouco descarta continuar explorando a narrativa dirixida a lectores de máis idade. A autora observa como os nenos que comezaron lendo os seus primeiros libros van medrando e avanzando cara a lecturas máis complexas, polo que lle gustaría seguir acompañando nese percorrido literario con obras adaptadas ás distintas etapas de crecemento.

Con *Cambia o mundo... cambias ti*, Estefanía Padullés amplía unha traxectoria literaria na que destacan títulos como *Memoria de sombra y bosque* ou *A egua de Breogán*, obras nas que a imaxinación, os valores educativos e a forza das ilustracións se converteron nalgúns dos seus principais sinais de identidade. O seu novo traballo mantén ese compromiso coa literatura infantil, aínda que nesta ocasión pon o foco nunha cuestión tan universal como necesaria: aprender a convivir cos cambios.

Penarredonda celebra os días 13 e 14 a súa tradicional romaría

Penarredonda, no concello de Paradelá, celebrará os días 13 e 14 de setembro a súa tradicional romaría na honra á Virxe María. A programación combinará os actos relixiosos coa música e a festa, tendo como principal protagonista á Orquestra Galaxia.

As celebracións comezarán o domingo 13 coa misa maior ás 13.30 horas. Ao remate do oficio relixioso terá lugar a procesión, seguida dunha sesión vermú amenizada pola Orquestra Galaxia.

A actividade retomarase pola tarde a partir das 19.00 horas coa actuación da mesma formación musical. Tras unha pausa para a cea, a festa continuará ata as 00.00 horas, novamente coa Orquestra Galaxia, que se encargará de poñer ritmo á xornada central da romaría.

O programa prolongarase ata o luns 14, cando se celebrará unha nova misa ás 12.30 horas, coa que se pecharán os actos previstos nesta edición.

A Romaría de Penarredonda volverá reunir deste xeito veciñanza e visitantes arredor dunha cele-

bración que combina tradición relixiosa e ambiente festivo. A cita conta coa colaboración do Concello de Paradelá.

A romaría manterá así un ano máis unha cita tradicional no

calendario festivo de Paradelá, cunha programación pensada para favorecer o encontro entre veciños e visitantes e manter viva unha celebración ligada á identidade e á tradición da parroquia.

**FONTANERÍA Y GAS
VILAR VALCARCEL**

JOSÉ LUIS VILAR LOSADA

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

AEROTERMIA

SUELO RADIANTE

BIOMASA

INSTALACIONES DE CALEFACCIÓN, FONTANERÍA Y GAS

CARPINTERÍA METÁLICA

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

CAMIÑO FRANCÉS

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

Levan o patrimonio arqueolóxico de Samos ao mundo dixital



Coñecer o patrimonio arqueolóxico de Samos sen saír de casa e, ao mesmo tempo, descubrir novos lugares para visitar no municipio é agora posible a través de Samos Arqueolóxico, unha plataforma dixital impulsada desde o Concello e que concentra nun mesmo espazo información revisada e actualizada sobre os numerosos vestixios existentes no territorio.

A iniciativa permite consultar os diferentes bens a través dun mapa interactivo acompañado de fichas divulgativas e abundante material gráfico. Os contidos poden consultarse en galego, castelán e inglés, co propósito de achegar este patrimonio tanto á veciñanza como a investigadores e visitantes interesados na historia de Samos.

Esta é unha iniciativa pioneira en Galicia no ámbito local ao contar cunha plataforma especificamente creada para reunir e difundir o patrimonio arqueolóxico dun municipio. A web combina información documental coas posibilidades que ofrecen as novas ferramentas dixitais. Fotografías terrestres e aéreas, panorámicas de 360 graos, vídeos, cartografía e datos de relevo LiDAR forman parte dos recursos incorporados ao visor, permitindo coñecer os xacementos e a súa contorna desde diferentes perspectivas.

A tecnoloxía servirá tamén para recuperar e poñer en valor documentación recompilada hai máis de tres décadas.

A plataforma incorporará materiais procedentes do traballo de campo realizado entre 1988 e 1991 por un grupo de arqueólogos que percorreu o territorio de Samos para identificar e documentar o seu legado arqueolóxico. Aquela investigación recolleu tamén información transmitida oralmente polos habitantes do municipio sobre castros, mámoas, medorras, petróglifos e outros vestixios. Este arquivo constitúe agora unha importante base documental para comprobar localizacións, revisar datos, contextualizar os diferentes xacementos e facer accesible á sociedade un coñecemento que ata o momento se atopaba disperso.

Samos Arqueolóxico nace, ademais, cunha vocación de continuidade. A súa estrutura foi deseñada para incorporar progresivamente novos achados, imaxes e documentación, así como para modificar ou completar os datos xa publicados a medida que avancen as investigacións e as revisións técnicas. Deste xeito, o Concello busca que a plataforma se converta nun arquivo vivo e en constante evolución sobre o pasado arqueolóxico de Samos.

O soto das vivendas comunitarias, un novo espazo para actividades

A Vicepresidencia da Deputación de Lugo achegou 50.000 euros ao Concello de Samos para financiar as obras de acondicionamento dun local municipal situado no soto das vivendas comunitarias, que agora se converte nun novo espazo multiusos destinado a acoller actividades culturais, sociais e comunitarias. A actuación permitiu transformar un espazo que se atopaba sen acondicionar, con cemento e ladrillo, nunha sala preparada para diferentes usos.

As obras financiadas pola Vicepresidencia incluíron os acabados do chan, paredes e teito, así como a instalación dunha nova porta e ventá e dos sistemas eléctricos, de fontanería e climatización. O espazo conta tamén con mobiliario destinado ao almacenaxe, completando así o seu acondicionamento para poder comezar a acoller actividades.

O vicepresidente da Deputación de Lugo, Efrén Castro, puxo en valor "o traballo desenvolvido polo goberno municipal para dinamizar



Samos e para recuperar e poñer en valor espazos coma este, de propiedade municipal, que non tiñan uso". O vicepresidente destacou a importancia de colaborar cos concellos para recuperar instalacións municipais e poñelas novamente ao servizo da veciñanza.

Pola súa banda, Chus López salientou a versatilidade do novo espazo, que poderá ser utilizado tanto para actividades organizadas polo Concello como para iniciativas promovidas polas aso-

ciacións da localidade. Entre as posibilidades, a alcaldesa mencionou a celebración de clases de zumba, obradoiros e actividades de manualidades.

A localización da sala, no propio edificio das vivendas comunitarias, é outro dos aspectos destacados polo Concello. O espazo conta con boas condicións de acceso, polo que poderá acoller tamén actividades especialmente dirixidas ás persoas residentes no inmo-
bile e ás persoas maiores.

Samos acolle a exposición de fotos "Gardiáns" de Jorge Arévalo

A Praza Vergara Vilariño de Samos acolle ata o 11 de setembro a exposición fotográfica "Gardiáns", do fotógrafo Jorge Arévalo, unha mostra que achega ao público diferentes aspectos relacionados coa actividade gandeira e co papel das razas autóctonas.

O traballo diario nas ganderías, a presenza dos animais na cultura, os ciclos vitais e as consecuencias dos incendios forestais sobre a actividade gandeira



son algunhas das cuestións que aborda esta colección fotográfica, promovida pola Federación Galega de Razas Autóctonas (Boaga) e financiada pola Vicepresidencia da Deputación de Lugo.

A exposición chega a Samos nun formato adaptado especificamente para espazos ao aire libre.

Este deseño facilita a itinerancia da mostra por diferentes puntos da provincia e permite achegar o seu contido a un público máis amplo.



HAZLO COMO UN
PRO

RMA 443
CORTACÉSPED DE BATERÍA

789 €



Ferretería Sarria

Pedro Saco 33, Sarria
Telf. 982 532 202





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

O Concello avanza na creación do paseo da antiga vía do tren

A antiga vía do tren de A Pobra de San Xiao continúa a transformarse nun novo espazo de paseo coa posta en marcha da segunda fase dos traballos de acondicionamento. A actuación céntrase agora na senda situada entre a Praza dos Labregos e a saída da localidade en dirección a Sarria, así como na recuperación de varios camiños tradicionais do barrio dos Labradores.

As tarefas previstas nesta nova etapa inclúen o desbrozamento e limpeza do trazado, co obxectivo de recuperar o percorrido e facilitar a conexión entre os antigos camiños do barrio e a nova senda. Ademais, o proxecto contempla a plantación de árbores ao longo do paseo e a instalación dun sistema de rega automática para favorecer o mantemento das zonas verdes.

Os traballos permiten prolongar o itinerario e ampliar o espazo recuperado para o uso veciñal.

O proxecto inclúe tamén a participación de persoal municipal e



forma parte das actuacións desenvolvidas polo obradoiro dual de emprego Os Soutos II. Este programa está financiado pola Consellería de Emprego, Comercio e Emigración e é compartido polos concellos de Láncara, Paradelas e Samos.

Os terreos nos que se está a executar o paseo foron incorporados ao patrimonio municipal en 2021, tras unha expropiación acordada co Administrador de Infraestruturas

Ferrovias (Adif). A adquisición supuxo un investimento de 111.600 euros, dos que 75.000 euros foron da Deputación de Lugo.

A actuación permitirá así recuperar parte do trazado ferroviario e antigas vías de comunicación do núcleo de A Pobra de San Xiao.

O Concello de Láncara impulsa esta segunda fase dentro do programa de actuacións do obradoiro Os Soutos II.

Darío Piñeiro reclama retirar o busto de José Martí do municipio

O alcalde de Láncara, Darío Piñeiro, dirixiuse ao Consulado da República de Cuba en Santiago de Compostela para trasladar o profundo malestar e indignación que, segundo asegura, existe entre a cidadanía pola presenza dun monumento dedicado a José Martí situado nunha propiedade privada do municipio. O rexedor considera que a presenza da escultura está a xerar rexeitamento e confrontación na localidade e defende que ningún símbolo debe converterse nun motivo de discordia ou agravio para a veciñanza.

Piñeiro lembra o papel de José Martí na guerra de independencia de Cuba. "José Martí foi un dos organizadores da guerra de independencia entre Cuba e España", sinalou. Neste sentido, o alcalde solicitou á representación consular que coordine a retirada da peza e que estableza contacto co Concello e cos responsables da propiedade para acordar a súa retirada. Tamén advertiu de que, se non se obtén unha resposta satisfactoria, o Concello procederá á retirada inmediata do monumento de características similares situado en dominio público municipal.

XUNTOS CON CUBA. Ante esta petición, a Asociación Sociocultural

Galego Cubana Xuntos con Cuba de Lugo defendeu o busto dedicado a José Martí. A entidade lembra que a peza foi instalada no municipio con motivo do centenario do nacemento de Fidel Castro e considera que representa unha homenaxe á figura de Martí e un elemento de valor histórico e cultural para Láncara.

A asociación destaca que José Martí foi unha figura fundamental da historia de Cuba, recoñecido como Apóstolo e heroe nacional, ademais de político, escritor, xornalista e pensador. Para Xuntos con Cuba, o seu pensamento transcende calquera interpretación partidista e está vincu-

lado á defensa da independencia, a soberanía dos pobos, a educación, a xustiza social e a dignidade humana. A entidade considera que a súa retirada, deterioración ou modificación suporía un ataque á memoria e á liberdade de expresión cultural. Por iso, reclama ao alcalde que non retire o busto, destacando o seu valor como símbolo da memoria e da identidade cubana, así como dos vínculos históricos entre Galicia e Cuba. A entidade asegura que mantén a súa disposición ao diálogo, pero advirte de que non aceptará que a figura de José Martí sexa obxecto de ataques nin que se elimine.

MESÓN ATENEO

PARRILLA - COCIDOS POR ENCARGA - MENÚ DEL DÍA

RESTAURANTE

Ctra. General - Oural (Sarria)

Tel.: 982 546 767
982 546 768

Pícaros leva ao colexio madrugadores, ludoteca e novas actividades



A ANPA Pícaros do CPI Ramón Piñeiro de Láncara afronta o novo curso escolar cunha nova programación orientada tanto á conciliación das familias como ao lecer educativo do alumnado. As propostas arrancarán o 9 de setembro e incluírán un servizo de madrugadores, ludoteca e diferentes actividades extraescolares.

O proxecto de madrugadores desenvolverase na aula que o centro educativo cede a ANPA, entre as 7.30 e as 9.30 horas, co obxectivo de facilitar ás familias a organización das mañás antes do inicio das clases. A iniciativa está cofinanciada polo Concello de Láncara e está pensada especialmente para aquelas familias que precisan compatibilizar os seus horarios laborais coa entrada dos nenos e nenas no colexio.

Ao remate da xornada lectiva, a asociación tamén manterá un servizo de ludoteca no salón de actos do colexio para facilitar a participación nas actividades extraescolares. Deste xeito, o alumnado poderá permanecer no centro durante o tempo necesario cando os seus proxenitores ou responsables non poidan recollelo inmediatamente á saída das clases.

Tanto os servizos de conciliación como as actividades estarán suxei-

tos, inicialmente, a un límite de 15 prazas, que serán cubertas por orde de inscrición.

A programación extraescolar manterá varias das propostas xa ofrecidas o pasado curso, entre elas patinaxe, ximnasia rítmica, robótica, debuxo, baile tradicional e inglés. A estas actividades súmanse tamén novas incorporacións: baile moderno, atletismo e a actividade musical, vento.

As diferentes propostas serán impartidas por clubs e monitores especializados e estarán abertas a calquera neno ou nena, independentemente de que estea matriculado no CPI Ramón Piñeiro ou forme parte da ANPA.

Un dos obxectivos da asociación é facilitar que as familias poidan acceder ás actividades mesmo cando teñan dificultades para recoller os menores á saída do colexio. Para iso, o servizo de ludoteca estará vinculado ás actividades, permitindo que os nenos e nenas permanezan atendidos durante media hora, unha hora ou o tempo que resulte necesario antes ou despois da actividade.

Para dar a coñecer todas estas propostas, Pícaros traballa tamén na organización dunha xornada de portas abertas na que as familias poderán coñecer de primeira man as actividades previstas para este novo curso.

PINTOR

PINTURAS - BARNICES
PERSIANAS
PAPEL PINTADO
TARIMA FLOTANTE
659 767 936

PINTURAS HOGAR LATAS

tel.: 659 76 79 36

HOGAR
CORTINAS - STORES
RIELES
ALFOMBRAS
EDREDONES
C/ Benigno Quiroga,
93-95, bj - 982 533 497
SARRIA (Lugo)

triacastela

O PSdeG denuncia trabas no Concello para acceder á documentación

O PSdeG de Triacastela denuncia as dificultades atopadas para acceder con tempo suficiente á documentación do Pleno municipal previsto para este xoves. O voceiro socialista no Concello, Miguel Ángel Fernández López, acusa o Goberno local do Partido Popular de poñer "trabas" e amosar "nula vontade de colaboración" coa oposición. Segundo explica Fernández, tras recibir a convocatoria do Pleno comunicou ao Concello os problemas técnicos que estaba tendo para acceder aos expedientes e solicitou unha alternativa que lle permitise consultar a documentación. Porén, asegura que a única solución que se lle ofreceu foi desprazarse persoalmente ás dependencias municipais. O portavoz socialista puido finalmente consultar os expedientes este mércores, apenas 24 horas antes da celebración da sesión. "A documentación conseguímolos, si, pero despois de reclamala e de ter que acudir fisicamente ao Concello. Esa non é maneira de facilitar que a oposición poida exercer o seu labor con garantías", afirmou. O PSdeG considera especialmente relevante esta situación porque entre os asuntos incluídos na orde



do día figura o peche e liquidación do orzamento municipal. "As contas do Concello non poden analizarse con rigor a só 24 horas do Pleno", advertiu Fernández. A formación socialista considera que o sucedido "non é un feito illado" e enmárcalo nunha maneira de exercer o Goberno que, ao seu xuízo, se repite nos concellos gobernados polo PP, caracterizada pola "prepotencia, falta de transparencia e ausencia de colaboración coa oposición". Os socialistas tamén cuestionan a actitude do Partido Popular a nivel autonómico e provincial e sosteñen que "Feijóo, Rueda e Candia

están consolidando un PP que entende as institucións como unha propiedade privada e a oposición como un inimigo ao que hai que silenciar". Neste sentido, acusan os gobernos populares de "agochar información, dificultar a fiscalización e pretender gobernar sen control". Fernández asegurou que continuará exercendo o seu labor de control municipal. "Poden poñernos trabas, pero imos estudar, preguntar e fiscalizar cada actuación deste Goberno. Para iso nos elixiu a veciñanza de Triacastela e non imos renunciar a esa responsabilidade", concluíu.

Triacastela celebrará o día 26 a XIV Feira de Artesanía e Produtos da Zona

Triacastela acollerá o sábado 26 de setembro a XIV Feira de Artesanía e Produtos da Zona, unha cita coa que o municipio reivindica a tradición, a creatividade e a identidade cultural da contorna a través da artesanía e dos produtos locais. A feira está promovida polas Asociacións de Mulleres Rurais de Triacastela e pola Asociación de Artesáns do Telar ARTELAR, en colaboración co Concello



Peluquería Isolina

Tu peluquería de confianza desde 1987

Avda de Castilla, 19 - Triacastela

617 403 579

de Triacastela. Ao longo da xornada, veciños e visitantes poderán participar nun programa de actividades dirixido a públicos de todas as idades, con obradoiros, degustacións, actuacións musicais e outras propostas. A organización mantén aberto o prazo para que artesáns e produtores interesados en participar poidan inscribirse ou solicitar información a través do Concello de Triacastela. Entre as actuacións musicais xa avanzadas figuran as de Antonio Barros e Louband.

o incio

A Feira de Artesanía e os festexos de A Cervela encheron o municipio



O Incio volveu poñer en valor a súa artesanía, os produtos locais e as tradicións populares coa celebración da décimo sexta edición da Feira de Artesanía e Produtos da Terra. A cita reuniu máis de sesenta postos de diferentes sectores e converteu o centro da localidade nun punto de encontro para produtores, artesáns e visitantes. Ao longo da xornada puideron coñecerse e adquirir produtos elaborados na contorna, con presenza de propostas como o mel, os arandos e diferentes produtos derivados do porco celta. A programación incluíu tamén demostracións e actividades vinculadas aos oficios artesanais, entre elas talleres abertos de cerámica e pintura impulsados pola Fundación Artesanía de Galicia. A feira serviu ademais para dar visibilidade ao traballo de diferentes artesáns, con propostas que abrangueron desde a artesanía téxtil ata outras elaboracións tradicionais. A actividade estivo acompañada por diferentes actua-

cións musicais, entre elas as de As Searexs e Somoza Trío, ademais da charanga Sorchá, que contribuíu a crear ambiente durante a xornada. A celebración coincidiu cos festexos de Santa Lucía en A Cervela, onde a tradición volveu ocupar un lugar destacado coa representación da súa coñecida danza tradicional. Trátase dun baile cunha historia de máis de 500 anos que continúa pasando de xeración en xeración e que constitúe unha das principais expresións culturais da parroquia. A danza representouse tras a misa das 13.30 horas seguida da procesión. A programación continuou cunha sesión vermú amenizada pola orquestra Compostela, á que se sumaron actuacións musicais e a verbena nocturna. Deste xeito, O Incio volveu unir a promoción dos produtos e oficios tradicionais coa conservación do patrimonio cultural das súas parroquias, nunha xornada na que a artesanía, a gastronomía, a música e as tradicións populares compartiron protagonismo.

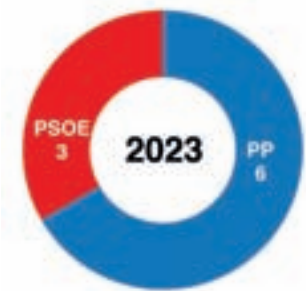
O lume de Asacocirco chega á Praza do Concello do Incio

A Praza do Concello do Incio acollerá o 4 de setembro, o espectáculo de lume "Forza Ígnea", da compañía Asacocirco. A representación dará comezo ás 22.00 horas e ofrecerá ao público unha proposta visual que combina diferentes disciplinas circenses co lume como elemento protagonista. "Forza Ígnea" mestura malabarismos, danza e acrobacias con lume nunha posta en escena pensada para o espazo exterior.

A compañía Asacocirco emprega diferentes técnicas circenses para crear un espectáculo dinámico e visual, no que o movemento e o dominio do lume centran a actuación. A actividade forma parte das propostas promovidas polo Goberno local dentro da programación "Verán no Incio", deseñada para ofrecer durante a tempada estival diferentes alternativas culturais e de ocio para a veciñanza.

O Incio: Héctor Corujo

“Ser político ten que significar e consistir en ser sensato”



DATOS

HABITANTES: 1.513.

PARROQUIAS: 28.

EXTENSIÓN: 146,09 km2.

PARTIDO XUDICIAL: Sarria.

CORPORACIÓN: 6 concelleiros do PP e 3 concelleiros do PSOE.

ALCALDE: Héctor Corujo.

VOCEIRO PSOE. Laura Celeiro.

O rexedor do municipio proxecta o seu liderado na Alcaldía como "unha decisión do partido", pero ten ilusión por seguir, polo menos, outra lexislatura

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

Son funcionario do Concello, polo que tiña unha relación estreita co ámbito político, e sempre tiven a inquietude de intentar mellorar ou achegar algo ao pobo. Pero foron desde o propio partido os que me propuxeron entrar no partido hai oito anos, en 2018.

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

En 2019 encabecei a lista e tivemos a sorte de conseguir a maioría absoluta por cinco votos, o que nos permitiu gobernar. Nas seguintes eleccións, en 2023, gañamos con máis marxe.

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

Para min, o peor é a falta de tempo para a familia e para os amigos, porque é moi complicado. Ás veces propúxenlle á miña muller dedicar toda a semana aos veciños e o fin

de semana a eles, pero é imposible, porque sempre xorde algo.

E beneficios?

A parte máis gratificante é traballar polo pobo e polos veciños, desenvolver os proxectos que consideras correctos e adecuados e que os veciños te apoiem e che digan: «Confiamos en ti para que fagas o que poidas». Iso é gratificante e anima a levantarse polas mañás e a seguir adiante.

Como equilibra a vida pública e a privada?

Non consigo facelo. Considero que é un fallo na miña forma de xestionar. Non son capaz de conciliar a vida persoal coa política.

Cales son os seus obxectivos a nivel político?

En política penso que hai que estar á disposición e facer o que se pida. En principio, a idea é presentarse para maio do ano que vén, pero isto vai depender de que os compañeiros de goberno e de partido decidan que si. Hai unha cuestión que teño absolutamente clara: en política dependes totalmente do grupo que está e traballa contigo. Unha persoa soa, por brillante que sexa, non vai chegar a ningún sitio se non conta co apoio da xente que está ao seu lado.

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

As actuacións vinculadas ás necesidades do Concello son o abastecemento de auga, as redes de saneamento, o formigonado dos núcleos e a mellora da rede viaria, que son as estruturas e condicións máis básicas que debe garantir un Concello. O máis importante é ampliar e optimizar a rede de abastecemento e saneamento de auga, acondicionar os núcleos e seguir incidindo na formación do Concello.

Cales son as principais liñas do seu programa?

Nas liñas do programa intentaremos manter un equilibrio entre investir en infraestruturas básicas, como as que acabo de comentar, e facer tamén un pouco de política. Mellorar as estradas é fundamental, porque para poder vivir nun territorio son condicións básicas para estar con



unha mínima comodidade e dignidade. Ao mesmo tempo, son actuacións que tampouco me emocionan. Como podemos traer poboación? Como podemos facer para que a xente quede no Incio e non marche a Sarria ou Monforte? Esas son as actuacións políticas interesantes, pero os concellos pequenos estamos terriblemente limitados. Creo que non podemos estar facendo actuacións dese tipo e ter os veciños pisando fochancas.

De que proxectos se sente máis orgulloso?

En canto aos proxectos, a medida estreita é o asunto da Casona do Incio. Acabamos de chegar a un acordo coa Deputación de Lugo e, despois de 20 anos, por fin podemos ver o final. Non foi algo fácil, e é unha cuestión á que non podemos renunciar. Porén, tampouco é algo que vaia mellorar significativamente a vida dos veciños e dos núcleos. Os veciños do Incio van ter como prioridade dispoñer de auga cando a necesiten, poder saír por estradas en boas condicións e ter un acceso correcto a internet. O problema é que temos unha dispersión poboacional brutal e os recursos non dan para cubrir todas estas necesidades. Outros proxectos

dos que me sinto orgulloso son as vivendas sociais. Acondicionamos a edificación, con fachada nova, ventás e cuberta, e agora imos investir 600.000 euros en apartamentos nos garaxes, ofrecendo 12 vivendas públicas a prezos accesibles. Tamén me sinto orgulloso de actuacións menos visibles, pero importantes, como a conciliación. Implantamos programas de saúde na casa co fin de facilitar que os veciños teñan unha vida máis cómoda. Eu penso que ser político ten que ser sensato, porque estamos manexando recursos de todos e aínda así son insuficientes. Non creo que sexa lóxico gastarme 100.000 euros nunha actuación ou nun recurso cultural e ter veciños que saian da casa e estean pisando barro.

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

Intento ser próximo e falar con todos. Quero que sintan que, veñan de onde veñan ou sexa cal sexa a súa idea política, o trato que reciben desde o Concello é igual para todos. **Como é a súa relación coa oposición?**

Francamente, boa. De feito, chamámonos con frecuencia. Hai unha relación fluída e construtiva.

EN CLAVE PERSOAL

• Idade, estado civil e familiar

55, casado e 2 fillos

• Profesión e formación

Funcionario do Concello do Incio, e licenciado en Filosofía

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

Profesor

• Que quería ser de maior?

Non tiña unha vocación clara

• Que fai para desconectar?

Saír en bicicleta

• Unha virtude e un defecto

Son firme e claro, sendo virtude e defecto pola falta de flexibilidade

• Un consello para compartir

Non son de dar consellos

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

‘El cisne negro’, ‘Blade Runner’ e Sabina

• Unha afección

O motociclismo

• Un lugar que visitar

París e a montaña do Incio

• Unha comida e unha bebida

Un chuletón con viño tinto

• Unha personaxe admirada

Calquera persoa que con humildade e constancia conseguira algo: un científico ou un veciño que sacha na horta; son actitudes de vida que me gustan

• Unha posesión prezada

O reloxo do meu pai

• Un desexo

Que chova

• Algo para esquecer

A Covid

• Que é o que máis valora nunha persoa?

A honestidade, que a persoa sexa franca directa e clara

• Un desafío pendente

Aprender a nadar ben

• Onde se ve en cinco anos?

Fóra da política e desfrutando da familia e do día a día

LOMA SARRIA s.l.
NÁN

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

Proyectos que transforman Sarria

“Cada vez hai menos defensa da ensinanza pública e máis interese político”

Julio Díaz, presidente da Asociación Nacional de Profesionais da Ensinanza (ANPE) de Galicia durante 19 anos, xubilase tras 32 anos de sindicalismo educativo e máis de 40 como mestre

Jessica Fernández

Tras tantos anos dedicados á Educación, lembra como comezou?

Tiven claro desde moi novo que quería dedicarme á docencia. Ese interese por ensinar trasladouse tamén ao ámbito do asociacionismo e da representación educativa. No ano 1994 asumín o compromiso de participar nunha organización sindical e, desde entón, levo 32 anos vinculado ao sindicalismo educativo. Ademais, desde 2007 exercín como presidente. Durante ese tempo contei cunha liberación sindical para desenvolver o meu traballo, aínda que de liberado non ten nada, porque a dedicación e a carga de traballo son moi intensas. Se teño algún arrepentimento, é non ter regresado á docencia activa nestes últimos anos.

Como valora a evolución da educación nestes anos?

A evolución da educación foi moi importante desde que comecei ata a actualidade. O profesorado está cada vez mellor formado e, teño que dicilo con todo o orgullo do mundo, contamos cun dos colectivos docentes máis preparados de todo o Estado. Así o reflicten informes como PISA e o prestixio que o profesorado galego ten a nivel estatal. Iso é, sen dúbida, unha gran satisfacción. Nos centros educativos tamén cambiou moito a realidade. A relación coas familias é totalmente distinta á de hai vinte anos. Os pais e nais están moito máis implicados na educación dos seus fillos. Porén, ás veces esa implicación extralimítase e convértese nun control excesivo sobre o profesorado. Hai que entender que os profesionais da educación somos nós e que sabemos perfectamente o traballo que temos diante. Eu creo que se foi perdendo parte da función dos pais e nais como referentes de autoridade e educación dos seus fillos. O teu fillo non é o teu colega. Hai que manter unhas normas e unha disciplina na casa, e eses valores tamén deben trasladarse á escola. Nunca se debería desautorizar un docente e menos aínda diante dun rapaz. Por desgraza, esa situación está a producirse cada vez con máis frecuencia. Polo tanto, houbo avances moi importantes no ámbito educativo, pero tamén existe unha crecente presión por parte das familias sobre o profesorado á hora de exercer a súa profesión.

Estas problemáticas teñen a súa base no sistema educativo, non?

As leis educativas actuais son menos rigorosas e non se pode estar cambiando de modelo educativo. Ademais, boto en falta unha maior

cultura do esforzo dentro dos centros. Moitas veces non se transmite ao alumnado que conseguir as cousas require traballo e dedicación. Un estudante ve que un compañeiro promociona de curso practicamente sen esforzo e con varias materias suspensas, e iso acaba deteriorando o sistema. Ten que existir un mínimo de rigor e uns requisitos básicos. A xente debe entender que as cousas

podía repetirse. Hoxe a situación é moito máis complexa. O papel das redes sociais complica aínda máis o problema, porque o acoso xa non queda dentro da aula. O alumno marcha para a casa, pero a presión continúa durante todo o día a través do móbil e das plataformas dixitais. Por iso, considero que o profesorado debería recibir unha formación moi específica tanto en materia de acoso

No caso do alumnado estranxeiro, moitas veces será necesario contar con máis recursos. Pode facer falta un segundo docente dentro da aula para axudar a aqueles alumnos que aínda non comprenden o idioma, explicándolles os contidos na medida do posible e facilitando a súa integración académica. Tamén haberá que organizar grupos de apoio, reforzos específicos ou atención individuali-



custan e que para conseguilas hai que traballar. Cando un rapaz se incorpora á vida adulta descobre que a realidade non é tan sinxela nin tan cómoda como ás veces se lle transmite. As familias tamén teñen un papel importante. Os nenos non son de cristal. Teñen que afrontar decepcións, superar dificultades e aprender a resolver problemas. Hoxe parece que se intenta evitar calquera contrariedade, e eu creo que iso é das peores cousas que lle poden pasar a un rapaz. O que máis me doe da evolución da educación é que, ao meu xuízo, xa non se lle concede á formación dos rapaces a importancia que tiña hai quince ou vinte anos. E iso ocorre a pesar de que hoxe as familias teñen máis preparación, máis recursos e os centros educativos dispoñen de moitos máis medios dos que existían noutras épocas.

Tamén se enfrenta o profesorado a unha problemática complicada, o acoso nas aulas e nas redes sociais.

Si. Antes, se había acoso a un rapaz nun centro educativo, na maioría dos casos a situación remataba cando saía da aula e abandonaba o centro. Tiña un certo respiro ata o día seguinte, cando o problema

escolar como no ámbito das novas tecnoloxías. Coa chegada da intelixencia artificial tamén será necesario contar cunha preparación avanzada para poder traballar e convivir con estas ferramentas. Se o profesorado non está formado e o alumnado si, créase unha fenda dixital entre ambos. E iso é das peores cousas que poden ocorrer no sistema educativo, porque os docentes non poden quedar desconectados dunha realidade tecnolóxica que xa forma parte da vida diaria dos estudantes.

Outros dos desafíos do profesorado é a diversidade e a migración, non?

Temos que asumir que a diversidade xa está presente nas nosas aulas e que vai ir a máis. As poboacións xa non son fixas, son cada vez máis dinámicas, e os movementos migratorios forman parte desa nova realidade que o sistema educativo debe afrontar. No debate sobre o galego nas aulas, nós temos unha postura moi clara. O primeiro que debe facer un docente é comunicarse co alumnado nunha lingua que comprenda. O noso obxectivo é que, ao rematar o ensino obrigatorio, o alumnado domine por igual as tres linguas: galego, castelán e inglés.

zada para favorecer a aprendizaxe da lingua e a súa adaptación ao sistema educativo. Todas estas cuestións seguen, en gran medida, sen abordarse de forma suficiente.

Desde a Consellería de Educación estase a facer un bo traballo?

A Administración educativa ten que poñerse as pilas porque, en moitas ocasións, temos a sensación de que quedamos descolgados en cuestións fundamentais. Eu levo moitos anos negociando coa Consellería, discutindo cos oito conselleiros que pasaron nestes anos, e creo que é necesario facer unha aposta moito máis decidida pola atención á diversidade. As aulas de hoxe non teñen nada que ver coas de hai trinta anos. Son espazos moito máis diversos, con alumnado de diferentes procedencias, con necesidades educativas específicas e con realidades lingüísticas moi distintas, e considero que esta situación non se está abordando coa profundidade que require. Neste contexto, a redución das ratios é fundamental. Ademais, temos por diante outro reto importante, que é a coeducación e a atención personalizada. Hai situacións nas que un só docente na aula non é suficiente e

nas que sería necesario contar con dous ou mesmo tres profesionais para responder ás distintas necesidades existentes. Outro aspecto pendente é o das instalacións educativas. Desde maio ata setembro rexístranse temperaturas que non son normais. A climatización das aulas, tanto para o verán como para o inverno, é unha cuestión que xa non pode seguir adiándose.

Chégase a acordos coa Xunta?

Cada vez é máis complicado, porque falta seriedade. Moitas veces, negáciase un acordo, péchase e, pouco despois, xa se está incumprindo. Nós temos un acordo asinado con esta Consellería e tivemos que acudir á Xustiza por dous compromisos que se incumpriron ao día seguinte da súa sinatura. Non rompemos ese acordo porque incluía medidas positivas, pero este tipo de situacións dificilmente terían ocorrido hai vinte anos. É unha das cuestións que máis me desencanta desta última etapa no sindicalismo. Cada vez hai menos persoas centradas en defender a ensinanza pública e máis preocupación polos intereses políticos e persoais. En Galicia, ademais, a maioría absoluta do partido que goberna dálle unha capacidade de actuación que non tería noutras condicións. Iso deixa ás organizacións sindicais ante unha disxuntiva: non asinar nada ou asumir o risco de chegar a acordos que despois poden non cumprirse.

Que opina do sistema de oposicións?

O actual sistema de oposicións é un desastre. Levamos moito tempo reclamando ao Ministerio que o cambie porque, ao noso xuízo, é un modelo inxusto e desfasado. Ademais, hai especialidades nas que os contidos evolucionan moi rapidamente. Os temarios deberían estar permanentemente actualizados e existir unha referencia oficial clara e homoxénea. Pero o problema non é só o sistema de exames. Tamén hai que revisar a forma na que se avalía a aptitude para exercer a docencia. Hai persoas cunha gran preparación académica que non están capacitadas para dar clase e outras que poderían ser docentes excepcionais e, con todo, quedan fóra do sistema. Un bo docente non se define unicamente polo que sabe, senón tamén pola súa capacidade para chegar aos rapaces. Traballamos con nenos e adolescentes e necesitamos profesionais preparados para afrontar os retos actuais e acompañar o alumnado no seu desenvolvemento persoal e académico. Por outra banda, existe un problema de fondo que afecta a toda a educación: cada cambio de goberno trae consigo unha nova lei educativa. Iso xera unha enorme inestabilidade. O que fai falta é un gran pacto pola educación no que os partidos políticos acorden unhas bases comúns que permitan manter unha mesma lei durante dez ou doce anos, garantindo así estabilidade.

Le a entrevista completa en galiciaxa.com

COLABORACIÓN

A funcionalidade integral das artes marciais tradicionais

O PARADIGMA HOLÍSTICO FRONTE Á ESPECIALIZACIÓN DEPORTIVA



José Manuel Nunes

Tda práctica física responde a unha determinada concepción do corpo humano. O deporte moderno e as artes marciais tradicionais comparten o movemento como instrumento de desenvolvemento persoal, mais difiren profundamente na finalidade que atribúen ao adestramento e, en consecuencia, no xeito de construír as capacidades do practicante. Comprender esta diferenza non implica establecer xerarquías nin opoñer modelos que, en realidade, responden a necesidades distintas. Pola contra, permite apreciar a riqueza das diversas formas de educación física desenvolvidas no transcurso da historia.

O deporte constitúe unha das expresións máis refinadas da capacidade humana para competir, cooperar e superar límites dentro dun marco normativo compartido. Disciplinas como o atletismo, o fútbol, o tenis ou a ximnasia ofrecen innegables beneficios para a saúde, a formación do carácter e o desenvolvemento técnico. Porén, a súa lóxica interna obriga a orientar o adestramento cara á optimización do rendemento nun contexto perfectamente definido por regras, espazos e obxectivos competitivos: a especialización.

As artes marciais tradicionais naceon, pola contra, cunha finalidade diferente. Sistemas como o Kung Fu histórico, o Kali filipino ou o antigo To De de Okinawa foron concibidos, fundamentalmente, como métodos de preparación para o combate e a defensa persoal, integrando ademais dimensións educativas, culturais e, en moitos casos, filosóficas. O seu propósito non era obter unha puntuación nin satisfacer criterios estéticos de execución, senón formar individuos capaces de responder con eficacia a situacións cambiantes e imprevisibles.

Esta distinción resulta especialmente relevante no caso do Kung Fu. A miúdo emprégase esta denominación para designar indistintamente os sistemas tradicionais chineses e o Wushu moderno de competición. Con todo, ambos representan modelos históricos diferentes. O Wushu, institucionalizado na República Popular China durante a segunda metade do século XX, responde aos principios propios do deporte e non da arte marcial: estandarización técnica, avaliación estética e especialización orientada ao rendemento. Pola súa banda, as escolas tradicionais conservaron unha orientación funcional na que cada exercicio procura desenvolver capacidades aplicables a contextos variables e non ao ámbito deportivo.



Esta diferenza foi destacada por investigadores como Wojciech J. Cynarski, quen sostén que reducir as artes marciais á súa dimensión deportiva significa ignorar a súa natureza como fenómeno cultural, educativo e antropológico, implica convertelas, mutalas, en algo distinto. Desde esta perspectiva, as artes marciais tradicionais constitúen sistemas de educación psicofísica nos que a técnica, a ética, a historia e o desenvolvemento persoal forman unha realidade inseparable.

As ciencias da actividade física ofrecen argumentos que reforzan esta interpretación. O deporte de alto rendemento tende inevitablemente á especialización funcional. A repetición sistemática dun número reducido de patróns motores permite alcanzar unha eficacia extraordinaria en accións concretas, condición indispensable para competir ao máximo nivel. Esa especialización non representa unha limitación do deporte, senón unha adaptación

senón en resolver problemas motores en condicións cambiantes. Máis tarde, Karl Newell explicou que o comportamento motor emerge da interacción entre o individuo, a tarefa e o contorno. Sobre estes fundamentos, Keith Davids e outros investigadores desenvolveron o enfoque ecolóxico da aprendizaxe, destacando a variabilidade como un dos principais motores da adaptación funcional. Desde esta perspectiva, a diversidade de estí-

un único patrón de movemento, senón para adaptarse. A variabilidade motriz constitúe, precisamente, unha das expresións máis sofisticadas desa capacidade adaptativa.

A transferencia funcional representa probablemente a maior diferenza entre ambos paradigmas: arte marcial tradicional e deportes. As habilidades adquiridas no deporte resultan extraordinariamente eficaces dentro do contexto para o que foron desenvolvidas. Pola súa parte, as artes marciais tradicionais procuran que as capacidades adquiridas poidan aplicarse en situacións nas que non existen regras nin condicións previamente establecidas.

O antigo To De de Okinawa ilustra con claridade esta concepción. O principio de chinkuchi non describe unicamente unha xeración explosiva de forza, senón tamén a correcta alíñación estrutural do corpo, a coordinación das cadeas cinéticas e a transmisión eficiente da enerxía desde o chan até o punto de impacto. De maneira significativa, investigadores da biomecánica funcional como Stuart McGill teñen demostrado que a eficacia do movemento depende precisamente desa integración coordinada do conxunto corporal máis que do desenvolvemento illado de grupos musculares.

En definitiva, deporte e artes marciais tradicionais representan dúas formas lexítimas de entender a educación física. O primeiro procura a excelencia competitiva mediante a especialización; as segundas aspiran ao desenvolvemento global da persoa a través da adaptabilidade funcional. Ningún destes modelos invalida o outro. Responden, simplemente, a finalidades diferentes. Recoñecer esa diferenza non significa establecer superioridades, senón exercer un necesario rigor conceptual que permita valorar cada disciplina polo propósito para o que foi creada. Só desde esa comprensión resulta posíbel apreciar plenamente a riqueza das artes marciais tradicionais como patrimonio cultural e como sistemas integrais de formación do ser humano.

coherente cos seus propios fins.

Nas artes marciais tradicionais, pola contra, o adestramento procura desenvolver de maneira integrada as capacidades condicionais, coordinativas e perceptivas. Máis que perfeccionar un único xesto técnico, pretende ampliar o repertorio motor do practicante e mellorar a súa capacidade de adaptación. A forza, o equilibrio, a mobilidade, a coordinación, a percepción espacial, a sensibilidade táctil e a velocidade de reacción enténdense como elementos dun mesmo sistema funcional, cuxa eficacia depende da interacción harmónica entre todos eles.

As investigacións de Nikolai Bernstein demostraron que a aprendizaxe motriz non consiste en repetir mecanicamente un movemento,

mulos non dificulta a aprendizaxe; pola contra, enriquece e fai máis sólida a resposta motriz.

Resulta significativo comprobar que numerosos sistemas marciais tradicionais incorporan desde hai séculos este principio. Como apunto na miña obra, 'Análisis y reflexión sobre las artes marciales chinas: Wu Shu', da editorial Alas, preparar o combate en adversidade de condicións, como en ausencia de luz ou co sol de fronte, nun espazo reducido e repleto de obxectos, en condicións de extrema calor ou extremo frío., obrigan o practicante a reorganizar continuamente a súa resposta motriz. Trátase de aprender a percibir, decidir e actuar con eficacia nun medio caracterizado pola incerteza. O organismo humano non foi deseñado para repetir indefinidamente

SARRIAXA

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

redaccion@sarriaxa.com

Edición: PORTAS COMUNICACIÓN S.L.

Dirección: Diego E. García Puente

Teléfono: 661 464 323

E-mail: redaccion@sarriaxa.com

Impresión: Tameiga Publicacións S.L.

Dep. Legal: LU 57-2021

Teléfono 661 464 323

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

DEPORTES

A Deperpol retoma os adestramentos de karate e defensa persoal



Deperpol Sarria prepara o inicio dunha nova tempada de adestramentos, que dará comezo o 14 de setembro, cando se retomarán as clases de Karate Shito-Ryu e defensa persoal, con grupos adaptados a diferentes idades e niveis. A programación inclúe modalidades de karate infantil, xuvenil e para adultos, ademais de sesións específicas de defensa persoal. Os

adestramentos desenvolveranse os luns, mércores e venres. As clases terán lugar nas instalacións da rúa Liberdade 217, onde o centro xa ten preparada a nova tempada para retomar a actividade deportiva. As persoas interesadas en obter máis información ou coñecer os detalles dos grupos poden contactar con Deperpol Sarria no teléfono 622 891 057.

O Club Atalaia de Sarria organiza unha xornada de portas abertas

O Club Atalaia de Ximnasia Rítmica de Sarria organizará o próximo 16 de setembro unha xornada de portas abertas para que nenas e nenos poidan coñecer de preto o mundo da ximnasia rítmica e probar esta disciplina deportiva. A actividade desenvolverase no Pavillón Novo do Chanto, na rúa Castelao, entre as 16:00 e as 17:00 horas, nunha sesión pensada para que os participantes poidan achegarse ao deporte dun xeito ameno e diferente. A proposta está aberta a todas as nenas e nenos que queiran descubrir a ximnasia rítmica, sen necesidade de ter experiencia previa. Desde o club animan as familias a participar nesta xornada, que permitirá coñecer o funcionamento desta disciplina e experimentar



cos seus diferentes elementos. A sesión estará centrada na diversión e na aprendizaxe, ofrecendo aos máis pequenos a oportunidade de descubrir as posibilidades que ofrece a ximnasia rítmica nun ambiente deportivo e lúdico. A xornada permitirá tamén co-

ñecer de primeira man o traballo que desenvolve o Club Atalaia e achegarse aos diferentes elementos desta disciplina deportiva, nunha actividade pensada para que os máis pequenos teñan un primeiro contacto coa ximnasia rítmica nun ambiente distendido.

A SD Paradela, máis de catro décadas mantendo vivo o fútbol

Manter vivo un club de fútbol nun concello rural non é só unha cuestión deportiva. É tamén un exercicio de compromiso, identidade e amor pola terra. Iso é o que representa a Sociedade Deportiva Paradela, unha entidade que desde hai máis de corenta anos forma parte da vida social e deportiva do municipio e que continúa escribindo a súa historia apoiándose na implicación da veciñanza e na paixón polo fútbol. A SD Paradela naceu no ano 1981 impulsada polo exalcalde José Manuel Mato e por un grupo de veciños que compartían un obxectivo común: crear un equipo que permitise fomentar o deporte no concello e ofrecer unha alternativa de lecer á mocidade. Un dos fitos máis destacados da súa traxectoria chegou na tempada 1999-2000, cando o conxunto competiu no Grupo 2 da Primeira Rexional de Lugo, unha categoría que continúa sendo lembrada con orgullo por todos aqueles que viviron aquela etapa. Na actualidade, a entidade milita na Segunda Galicia, no Grupo Sur de Lugo, medíndose cada fin de semana con equipos da provincia e disputando os seus encontros como local no campo municipal de O Candal.

Á fronte do club atópase Adrián Fernández Juiz, presidente desde o ano 2024. A súa chegada produciuse tras a marcha de Roberto López, nun momento especialmente delicado para a entidade. A posibilidade de que o club desaparecese foi o que o levou a asumir unha responsabilidade que nunca buscou, pero que aceptou por un profundo sentimento de pertenza. "Fun un afeccionado desde sempre. Estiven sempre vinculado ao club desde o lado da afección", explica Adrián Fernández, quen recoñece que a súa relación coa SD Paradela vén de moito antes de ocupar a presidencia. Precisamente, por esa experiencia como seguidor, considera que a masa social é o verdadeiro motor da entidade. "É importante e fundamental. Sen ela non tería sentido nada disto", asegura. Con ese convencemento, o club organiza cada ano o Día do Socio, unha xornada de convivencia que se celebra no mercado gandeiro de Paradela e na que non faltan sorteos, agasallos e música.

COMPETIR DESDE O RURAL. Como ocorre en moitos concellos do interior de Galicia, o despo-

boamento converteuse nun dos principais desafíos para a supervivencia do fútbol afeccionado. A falta de poboación nova dificulta cada ano a confección dos persoais e obriga aos clubs a buscar solucións que lles permitan seguir competindo. "Cada vez é máis difícil xuntar xogadores, pero imos tendo sorte porque entre xogadores de Sarria, de Paradela e de Lugo imos formando un grupo bastante amplo", explica o presidente. A realidade demográfica tamén impide que a entidade poida contar cunha canteira propia. "Hai moi poucos nenos e de idades moi diferentes, polo que non saíría un equipo de cada categoría. É moi difícil ter base", lamenta. A pesar destas dificultades, a directiva mantén unha filosofía moi clara: priorizar sempre o arraigo e a vinculación co territorio. "Para nós o importante é tirar da xente do pobo, que desfruten do fútbol no seu concello", resume Adrián Fernández, convencido de que esa identidade é un dos sinais que diferencian á SD Paradela.

A NOVA TEMPADA. A maior parte dos xogadores da SD Paradela



compaxinan o fútbol cos seus traballos e responsabilidades persoais, polo que o club mantén unha planificación adaptada á realidade do fútbol afeccionado. Por iso, os adestramentos continuarán sendo os martes e os venres ás 21.00 horas no campo municipal de Paradela, un horario pensado para facilitar a asistencia tanto dos futbolistas como do corpo técnico. Sobre os obxectivos da nova campaña, Adrián Fernández mantén a prudencia. "Todas as tempadas son difíciles. Imaxino que esta será tan complicada como a anterior", afirma. Un discurso realista que encaixa coa filosofía dunha

entidade que leva máis de catro décadas demostrando que, máis aló dos resultados, o seu maior éxito consiste en manter vivo un club que representa a todo un concello. Nun momento no que moitas pequenas entidades deportivas desaparecen pola falta de recursos ou de relevo xeracional, a SD Paradela continúa resistindo grazas ao esforzo de directivos, xogadores, colaboradores e afeccionados. Un club que entende o fútbol como un punto de encontro para a veciñanza e como unha ferramenta para fortalecer o sentimento de pertenza ao municipio.

“O Mundial de Taekwondo en Corea vai ser unha experiencia moi enriquecedora”

Álex Losada afronta o seu sexto Mundial en Corea do Sur, pero esta vez como deportista e adestrador, xunto a dous dos seus alumnos da AC Taekwondo Sarria, Mateo Fernández e Brais Lombardero

Jessica Fernández

Álex Losada, (Monforte, 1999) prepara xa unha das grandes citas da súa traxectoria deportiva. Do 16 ao 20 de setembro, participará en Corea do Sur no seu sexto Mundial consecutivo de taekwondo, unha competición á que chegará acompañado por primeira vez por dous dos seus alumnos da AC Taekwondo Sarria, Mateo Fernández, de Portomarín, e Brais Lombardero, de Lugo.

A cita mundialista supón para Losada un novo reto nunha carreira na que xa acumula tres títulos de campión de Europa e unha medalla de bronce. A pesar deste palmarés, o deportista recoñece que dar o salto ao escenario mundial sempre implica unha dificultade engadida,

miso que ambos demostraron durante a tempada. Para Losada, o talento por si só non chega e o traballo diario foi determinante para que os resultados comezasen a aparecer. “Son dous rapaces moi traballadores, que teñen moitas ganas de competir e demostrar. Iso nótase e facilita as cousas de cara a unha boa preparación para o Mundial”, sinala.

Brais Lombardero competirá na categoría cadete, destinada a deportistas de entre 12 e 14 anos; Mateo Fernández participará na categoría júnior, entre os 15 e os 17 anos; e Losada competirá na categoría

“Corea sería o top 1 e moi seguido de Filipinas, Tailandia... onde o taekwondo e as artes marciais predominan”, explica. A presenza destes países obriga os deportistas europeos a afrontar cada combate cunha esixencia máxima. Segundo relata o deportista, nos países asiáticos o taekwondo ten unha presenza moito máis profunda na vida dos seus practicantes. “Eles dedican moitísimas máis horas e constrúen a súa vida arredor deste deporte, sendo incluso unha materia no colexio”, sinala Losada, que fala de deportistas capaces de adestrar ata nove horas diarias.

dos e, no caso de ter unha oportunidade, estaremos listos para aproveitala”, asegura.

COMPETIR E ADESTRAR. A presenza de Mateo e Brais fai que este Mundial teña para Losada un significado especial. Por unha banda, afrontará a competición como deportista; pola outra, terá que acompañar e preparar os seus dous alumnos para unha das experiencias máis importantes das súas aínda curtas carreiras.

É unha dobre faceta que considera especialmente significativa. Durante os últimos anos foi consolidan-

dialista supón para el unha recompensa polo traballo realizado.

A dobre faceta de deportista e adestrador tamén lle está levando a reflexionar sobre o futuro. Losada leva adestrando desde os 14 anos e recoñece que o corpo comeza a notar o paso do tempo e as esixencias acumuladas de tantos anos de competición. Este ano cumprirá 27 anos e sabe que a carreira dun deportista de alto nivel ten unha duración limitada. Habitualmente, os competidores sénior comezan a valorar a retirada ao superar os 30 anos, aínda que o monfortino non quere poñerlle unha data concreta ao seu futuro. “Estou desfrutando moito de ambas as cousas, aprendendo con eles e vendo que van conseguindo obxectivos”, explica. A intención é continuar combinando as dúas facetas mentres o corpo e as circunstancias llo permitan e valorar a situación ano a ano.

A EXPERIENCIA. Para Brais e Mateo, a viaxe a Corea do Sur suporá moito máis que unha competición. Será a oportunidade de coñecer deportistas procedentes de diferentes países e comprobar de pri-

“Son dous rapaces moi traballadores, que teñen moitas ganas de competir e demostrar. Iso nótase e facilita as cousas de cara a unha boa preparación para o Mundial”



“Estou desfrutando moito de ambas as cousas: de adestrar e de preparamos, aprendendo con eles e vendo que van conseguindo obxectivos”

especialmente pola presenza das grandes potencias asiáticas. O pasado ano quedou ás portas de avanzar ante China, nunha eliminatoria que terminou cunha diferenza mínima, e tamén se mediu a Malaisia na competición por equipos. Agora, encara a nova edición coa intención de mellorar ese resultado e aproveitar a experiencia acumulada durante os últimos anos.

O SALTO AO MUNDIAL. A preparación foi intensa e prolongada durante toda a tempada, cunha planificación na que o propio Losada tivo que combinar o seu traballo como deportista coa responsabilidade de adestrar os seus alumnos. O esforzo comeza agora a verse reflectido na clasificación para unha competición da máxima esixencia internacional. Con el estarán Mateo Fernández e Brais Lombardero, dous deportistas da AC Taekwondo Sarria que chegaron ao club procedentes doutras entidades coa intención de dar un novo impulso ás súas carreiras deportivas e comezar a competir a un nivel maior.

O adestrador destaca o compro-

sénior, considerada a categoría absoluta ou «raíña», para deportistas de entre 18 e 30 anos.

Para Mateo non será a primeira experiencia internacional. O deportista xa participou o ano pasado no Campionato de Europa, unha competición na que España conta cun nivel elevado dentro do taekwondo. Porén, o escenario mundial presenta unha dificultade diferente, especialmente pola entrada en competición das grandes potencias asiáticas.

ASIA, LÍDER. O Mundial permitirá aos dous mozos comprobar de primeira man a distancia que existe entre o nivel europeo e o das grandes potencias do continente asiático. Losada pon o foco en Corea do Sur, país no que se celebrará a competición e que considera a referencia mundial neste deporte.

Unha realidade que, ao seu xuízo, fai moi difícil competir contra eles, pero que tamén serve como estímulo para os deportistas.

Malia a diferenza de dedicación, Losada considera que a preparación realizada durante os últimos meses permite afrontar a competición con garantías. O obxectivo non se limita ás medallas, senón a conseguir avanzar o maior número de roldas posible e ofrecer unha boa versión tanto individual como colectiva. “Estamos facendo unha preparación moi boa, estámolo intentando da mellor maneira e a intención que temos, máis alá das medallas, é realizar un bo papel, tanto eles como eu, e chegar a pasar o máximo de roldas posible”, apunta. E confía na capacidade do equipo para aproveitar calquera oportunidade que se presente en Corea. “Nós estaremos prepara-

do o seu papel como adestrador sen abandonar a competición, unha combinación que esixe unha importante carga de traballo, especialmente nunha tempada na que os compromisos deportivos se sucederon sen apenas descanso. “É das poucas veces que un deportista fai esa dobre faceta, adestrar os meus deportistas no Mundial e competir”, destaca. A satisfacción, neste caso, chega por partida dobre. Como adestrador, ve como os seus alumnos progresan, melloran e alcanzan obxectivos polos que levan meses traballando. Como deportista, comproba que todo o esforzo persoal durante a tempada lle permite volver estar, unha vez máis, nun Mundial. Entre competicións, adestramentos propios e clases, Losada admite que foi un ano especialmente esixente. Con todo, chegar de novo á cita mun-

meira man o nivel que existe no máximo escenario internacional do taekwondo.

Losada considera que esa experiencia pode marcar un antes e un despois na súa evolución deportiva. Chegarán a Corea despois de meses de preparación, pero será alí, diante dos seus rivais e nunha competición de máxima esixencia, cando terán que demostrar que están preparados para afrontar o reto.

Segundo explica, os dous mozos saben perfectamente cal foi o traballo que tiñan que realizar durante os meses previos e agora serán eles mesmos os que teñan que demostrar que están preparados para dar o paso definitivo.

“Van madurar como deportistas, como persoas, e estou seguro de que vai ser unha experiencia moi enriquecedora para eles”, conclúe Losada, que afrontará así en Corea do Sur o seu sexto Mundial, pero cunha responsabilidade engadida: competir el mesmo mentres acompaña a dous alumnos da AC Taekwondo Sarria na súa primeira gran experiencia mundialista

DE RUTA EN RUTA

Ruta do Mazo de Meredo de Vegadeo

O percorrido combina natureza, patrimonio, arquitectura e historia, con parada no Mazo de Meredo e a fervenza do río Suarón

A Ruta do Mazo de Meredo é un itinerario circular que permite descubrir parte do patrimonio, a paisaxe e a natureza de Vegadeo, no occidente de Asturias. O percorrido ten como punto de partida Piantón, núcleo situado a aproximadamente dous quilómetros de Vegadeo e que no pasado exerceu como capital do municipio. A localidade conserva un marcado carácter tradicional e acolle cada ano o Mercado Medieval Honor del Suarón Piantón. Entre os principais elementos patrimoniais de Piantón destaca a súa igrexa, un templo do século XVI situado na praza principal. A construción presenta unha característica torre-campanario e no interior conserva diferentes exemplos de imaxinería barroca, xunto con pezas do século XIX realizadas polos chamados "san-teiros" da zona. O percorrido continúa tras atravesar a denominada Ponte Romana, que, a pesar do seu nome, foi construída a mediados do século XIX para substituír unha ponte an-



terior que, segundo a tradición, podería ter unha orixe medieval e que foi destruída pola crecida do río Suarón. Ao outro lado da ponte atópase a sinalización que marca o comezo da ruta, desde onde o camiño continúa cara á esquerda en dirección a Arcilo. Os primeiros metros discorren por unha zona de lixeiro ascenso a través dun bosque de eucaliptos no que tamén aparecen especies autóctonas como castiñeiros, acivros e loureiros. A presenza de pequenos regatos acompaña boa parte deste tramo, contribuindo ao carácter húmido e verde da paisaxe. Ao chegar a Arcilo, o itinerario continúa polo desvío situado á dereita, seguindo posteriormente cara a Cobre. Unha vez atrave-

sada esta localidade, existe a posibilidade de realizar un pequeno desvío ata a ermida de San Pedro. Desde este punto, o itinerario ofrece dúas alternativas para alcanzar Meredo: unha opción máis curta, duns 1,5 quilómetros, e outra de aproximadamente 3,5 quilómetros que pasa por El Foxo e presenta algúns tramos de maior pendente. Na contorna de Meredo, o camiño afronta varias pequenas costas pronunciadas antes de cruzar a estrada e iniciar o descenso cara ao Mazo de Meredo. Este conxunto hidráulico constitúe un dos principais atractivos da ruta e está presidido pola fervenza formada pola auga que cae desde a presa. A zona dispón dunha área recreativa, un lugar axeitado para facer

unha pausa e coñecer de preto a relación histórica da contorna coa transformación do ferro e co aproveitamento da forza da auga. O itinerario retómase en dirección a Arcilo, seguindo en boa parte o curso do río Suarón, que atravesa o territorio ata desembocar na ría do Eo. Esta zona húmida destaca polo seu interese ambiental e pola presenza de numerosas especies de aves, polo que engade ao percorrido un importante atractivo natural. A ruta pasa tamén preto da Casona de Sestelo, unha construción de finais do século XIX considerada un dos edificios máis representativos da contorna. A vexetación que medrou arredor da edificación pode dificultar a súa contemplación desde o propio camiño,

aínda que a súa proximidade forma parte dos elementos patrimoniais que ofrece o itinerario. Na volta cara a Piantón, o percorrido permite contemplar unha ampla panorámica dos vales e dunha paisaxe marcada pola actividade humana, con prados e terreos agrícolas que se estenden pola contorna de Vegadeo. Como prolongación opcional, o itinerario pode completarse cunha visita á Casa del Rego, unha edificación que se remonta ao século XVIII. Deste xeito, a Ruta do Mazo de Meredo combina natureza, patrimonio, arquitectura tradicional e vestixios da actividade industrial ligada á auga nun percorrido circular por algúns dos espazos máis representativos do concello de Vegadeo.



DATOS



4 horas



13 quilómetros



Dificultade media



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

75 ANIVERSARIO
MADEIRA SERVICIOS
Desde 1945

Diego Pazos, 34 27600 SARRIA - Lugo
Teléfono y fax 982 53 00 15
funeraria@servimadeira.es www.tanatoriomadeira.es