

gratuito **amariñas**

A Coruña - Abegondo - Arteixo - Bergondo - Betanzos - Cambre - Carral - Culleredo - Sada - Oleiros

 **Síguenos en Facebook**

Miño - Narón - Pontedeume - Ferrol

tu periódico comarcal

NÚMERO - 57



PERIÓDICO GRATUITO MENSUAL

FEBRERO - AÑO 2023



José Antonio Sebastián
nombrado por el Gobierno
comisionado para
el Corredor Atlántico

pág. 4



Paseo por
Ferrolterra,
que sabe
a mar

pág. 6 y 7

En Galicia cerca de 100.000 trabajadores se beneficiarán de este acuerdo entre Gobierno y sindicatos

El salario mínimo interprofesional subirá hasta los 1.080 euros

La subida un 8% del Salario Mínimo Interprofesional (SMI) hasta los 1.080 euros brutos en 14 pagas este año, beneficiará a cerca de 100.000 trabajadores en Galicia.

En palabras del delegado del Gobierno en Galicia, José Miñones, es una "excelente noticia para Galicia" una de las comunidades "más beneficiadas" con este acuerdo alcanzado entre el Gobierno y los sindicatos CC.OO y UGT. En el caso gallego, ha dicho, el incremento salarial repercutirá "fundamentalmente en mujeres, jóvenes y trabajadores del sector primario". Miñones ha insistido en que este acuerdo "da muestra del cumplimiento de los compromisos" adquiridos por el Gobierno de Pedro Sánchez, de que el salario mínimo alcance el 60% del salario medio de España con una subida del 47% en el SMI, "para proteger a la ciudadanía". Ha señalado que este incremento evidencia una "diferente forma de gobernar" del ac-



tual Ejecutivo con el anterior que presidía el PP y que únicamente subió el SMI "un 14% en ocho

años". El secretario general de CC.OO y el de UGT, han considerado "importante" este acuerdo y

reprochan la falta de responsabilidad de la CEOE por no acudir a la reunión que propició este acuerdo.

La SS.SS cobra de más a 8.000 nuevos autónomos

La Seguridad Social ha cobrado por error la cuota mínima general (de 299,71 euros) a los nuevos autónomos que se dieron de alta del 1 al 9 de enero, en lugar de los 80 euros de la tarifa plana que les correspondía. El ministerio que dirige José Luis Escrivá calcula que 8.000 autónomos se han visto afectados por este error y ha indicado que se les enviará un correo electrónico informándoles de la situación y de las acciones correctoras. La Seguridad Social realizará una devolución de cuotas de oficio a los afectados como muy tarde en marzo y si es posible antes. Las cuotas de febrero se calcularán correctamente.



Nuevo Kia Sportage.



KIA

CORGAL AUTOMÓVILES
La Coruña | Ferrol (Narón)
Carballo
www.corgalautomoviles.com

Emissiones CO₂ Combinadas WLTP (g/km): 126-162. Consumo Combinado WLTP (l/100km): 4,9-7,4.

Edita:

Verdemar Ediciones, s.l.

info@verdemarediciones.com

www.verdemarediciones.com



981 638 680

Distribución gratuita
en los Ayuntamientos de:Culleredo, Cambre,
Betanzos, Sada, Oleiros,
Carral, Abegondo,
Bergondo, Arteixo
A Coruña, Miño, Puentedeume,
Naron y Ferrol.

Colaboradores:

Eva Vidal, Eduardo Lorenzo,
Paula Aparicio Castillo,
Tatiana Benítez, Esther López
Castro, Luisa Aguado
y todos los ayuntamientos
pertenecientes a la Comarca
das Mariñas.

Publicidad



640 298 499

Diseño & Maquetación
Verdemar Ediciones, s.l.

Depósito Legal: C1509-2017

"As Mariñas" no se hace
responsable de las opiniones
manifestadas por sus
colaboradores.

TELÉFONOS DE INTERÉS / AGENDA

OLEIROS

Concello.....981610000
Recaudación Municipal.....981635603
Centro Salud.....981082188
Centro Salud Sta. Cruz.....981626768
Centro Salud Perillo.....981638731
Aguas (Sergesco).....981610602
Juzgado de Paz.....981610824
Guardia Civil.....981610067
Taxi.....981651111
Piscina Municipal.....981611338
Policía Local.....981610001
Protección Civil.....981636933
SOS Galicia.....900444222
Centro Urgencias.....981614901

CAMBRE

Concello.....981613128
Fax Concello.....981675969
Urgencias.....112
Centro Salud.....981675101
Aguas (Aguaservi).....981670502
Cespa.....981795524
Guardia Civil.....981654730
Limpieza Viaria.....617461722
Policía Local.....981675533
Protección Civil.....606309956
Alumbrado Público.....981613192
Recogida Basuras.....981784704

CULLEREDO

Casa do Concello.....981677777
Ambulancia.....081
Centro Salud.....981666444
Aguas.....981612033
Guardia Civil.....981654875
Policía Local.....981677755
Protección Civil.....981651879
Taxi.....981665184
A Escada.....981664452
C. F. Pablo Picasso.....981664204
Centro de información ás mulleres
(CIM).....981654570
Centro municipal asociativo.....981652122Conservatorio de Música.....981667798
Edificio usos múltiples.....981665597
Servizos Sociais
de O Burgo.....981654570
Servizos Sociais
de Vilaboa.....981660079
Villa Melania.....981650077

ABEGONDO

Concello.....981647909/981647916
Concello Fax.....981673050
Centro de saúde.....981673330
Urgencias.....061 y 981770711
Farmacia de Abegondo.....981673003
Farmacia de Santirso.....981669425
Parada de taxis.....981673526
Guardia Civil.....981673030

BERGONDO

Concello.....981791252
Albergue de Gandarío.....981620005
Albergue Marina Española.....981620113
Cámara Agraria
de Guisamo.....981780068
Pazo de Mariñán.....981777001
Escola Capacitación
Agraria.....981795220
Asoc. Brétema.....981795029
Asoc. Veciños San Isidro.....981791745
Sociedade de Guisamo.....981780052
Asoc. Amas de Casa.....981791249
Servicio de Incendios.....981791464

SADA

Concello.....981620075
Casa de la Cultura.....981619115
Juzgado de Paz.....981620021
Correos.....981620876
Asociación Empresarios.....981622412
Guardia Civil.....981620766
Policía Local.....981622484
Móvil Policía Local.....629572289
Protección Civil.....607438457
SOS Galicia.....900444222Guardia Civil de Tráfico.....981637351
Centro de Salud.....981621900
Centro de Urgencias.....981621792
Taxis.....981620710
Autocares Calpita.....981620070
Autocares Eliseo Pita.....981620994
Puerto Deportivo Sada.....981619015
Club Náutico Sada.....981619018
Recogida de Aceites.....981606952
Albergue de Gandarío.....981791005
Camping San Pedro.....981617778
Camping Velo Mar.....981617076
Guardería.....981622601
Viaqua.....981620949
Fenosa (averías).....981147200
Pabellón Polideportivo.....981622566
Urgencias.....981621792

BETANZOS

Concello.....981770011
Concello Fax.....981776529
Policía Municipal.....981770602
Protección Civil.....981774742
Fax Protección Civil.....981774742
Biblioteca.....981771946
Pasatempo.....981773698
Polideportivo.....981773252
Viaqua.....981772112
Radio Betanzos.....981773703
Guardia Civil.....981770053
Cruz Roja.....981771515
Correos.....981771888
Extensión Agraria.....981770062
Casa da Xuventude.....981774089
Taxis.....981770202
Radio Taxi.....981774990
Tele Taxi.....981771515
Liceo.....981771557

A CORUÑA

Concello.....981184200
Ambulancia.....061
Bomberos.....080
Incendios Forestales.....085
Cruz Roja.....981221000Salvamento Marítimo.....981209541
Policía Local.....092
Guardia Civil Tráfico.....062/981637455
Grúas Municipales.....981298095
Casa Do Mar.....981170359
CHUAC.....981178000
Hospital Materno Infantil.....981285400
RENFE (información).....981150202
Aeroporto Alvedro.....981187200
Recaudación Municipal.....981184215
C. Municipal de Empleo.....981184399
Juzgado de Guardia.....981185238

CARRAL

Concello.....981670002
Policía local.....689544311/981670002
Protección Civil.....112
Casa de la
Cultura/Bibliotecas.....981672580
Edif. Social Toñito Espiñeira.....981613520
Centro de Salud.....981672186

ARTEIXO

Concello.....981659000/981600009
Policía Local.....981659001/981600060
Protección Civil.....981659165/981641414
Edificio Servicios Sociales.....981659110
Biblioteca "H. Rabuñal".....981659108
Centro Cívico Cultural.....981659100
C. de Información A Muller.....981601415
C. Baiuca.....981659095/981602785
Xulgado de Paz.....981600002
S. Municipal de Augas.....981659090

SE PONE EN VENTA

**Empresas
Instaladoras
de Canalones**

Accesorios
Ángulos, Tapas, Tornillos, etc...

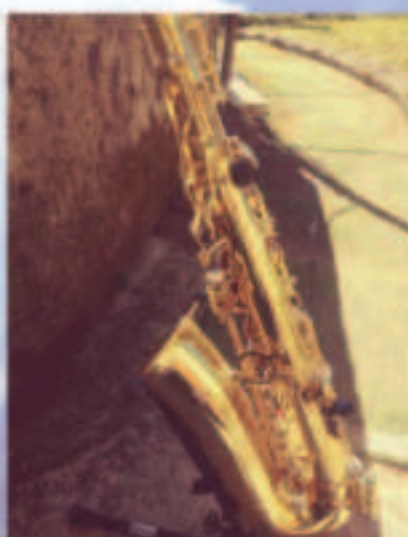
todo
al **50 %**

Enseres para vivienda

Ropa, Electrodomésticos,
Sillones, etc.

**Mercedes 220 CDI Gasoil
Automático. 23 años.**

3.500 €

Saxo alto Selmer
serie A07847 con maletín,
soporte fuerte para partituras,
soporte saxo,
manómetro (sin uso)
y cañas Vandoren.**Precio: 3.000 €****Oportunidad:
se vende
material
antiguo de barco**Contactar con Arancha por wahtsApp/móvil: 629 706 620
(llamar de 13,00h. a 17,00h) o en canalcolor@canalcolor.es

La subida del Euribor encarecerá la hipoteca media en 250 euros más al mes

Yolanda Díaz aboga por la congelación de las cuotas de las hipotecas

Redacción.

El beneficio récord de 6.420 millones de euros anunciado por BBVA, casi un 40% más que un año antes, ha llevado a que las ministras Yolanda Díaz e Ione Belarra reclamen la congelación de las hipotecas, una propuesta que su colega Reyes Maroto se ha limitado a apuntar que sería algo que el Gobierno podría estudiar. "Vamos a ver qué nos traslada (el Ministerio de Trabajo liderado por Yolanda Díaz) sobre la congelación de las hipotecas (...) si hay una propuesta", ha explicado la titular de Industria, Turismo y Comercio, Reyes Maroto, en Rabat, donde se celebra la Reunión de Alto Nivel (RAN) Bilateral entre España y Marruecos. Tras afirmar que "si algo hemos demostrado es que este Gobierno trabaja para la gente", Maroto ha añadido que "vamos a ver cuáles son las propuestas y en el seno del Gobierno tomaremos la mejor decisión", ha declarado ante los medios. Tras conocer las cifras, que se producen en un con-



Díaz ha apuntado que la crisis no puede ser una excusa para que los bancos disparen sus resultados.

texto marcado las subidas de tipos de interés aprobadas en los últimos meses para combatir la inflación, lo que está provocando subidas elevadas en las hipotecas de tipo variable, la vicepresidenta segunda

y ministra de Trabajo, Yolanda Díaz, ha abogado por establecer una congelación de las cuotas de las hipotecas a tipo fijo.

"Mientras la subida del euríbor encarecerá la hipoteca media en

250 euros al mes, los beneficios del BBVA crecen el 38% hasta llegar a 6.420 millones, los mayores de su historia. La crisis no puede ser una excusa para ganar más. Congelar hipotecas, moderar beneficios",

ha denunciado en Twitter. En la misma línea se ha expresado ante los medios tras reunirse con sindicatos y patronal en Castilla y León, donde ha reclamado a las entidades bancarias de España que "den un paso adelante, se comprometan con la ciudadanía de este país" y protejan así a sus clientes ante el aumento de las hipotecas en España, que es "inasumible" para cualquier trabajador.

Por su parte, la secretaria general de Unidas Podemos y ministra de Derechos Sociales, Ione Belarra, ha señalado que la banca no puede tener "beneficios extraordinarios" cuando la gente "lo pasa realmente mal". "Necesitamos una intervención pública de la economía que tope las hipotecas de tipo variable. Que los que más tienen paguen lo que les corresponde", ha reclamado Belarra en su cuenta de Twitter.

El presidente del BBVA, Carlos Torres, ha asegurado que las cifras difundidas se pueden "malinterpretar", ya que la rentabilidad y la cotización en bolsa siguen siendo muy bajas. El banco apunta que la diversificación del BBVA, que tiene en México su principal fuente de ingresos, explica en gran medida ese avance de los resultados.



Descubra la Nueva Generación de DAF




XF XG+ XG

www.mabeso.com

Ctra. Nacional VI, Km. 582, Soñeiro - Sada, 15168 A Coruña
Telf.: 981 648 190 - Fax: 981 648 187

Los presidentes buscan que el Ejecutivo acepte poner en marcha un plan director que atienda las necesidades del noroeste e impulse las inversiones con el apoyo de la UE

José Antonio Sebastián nombrado por el Gobierno comisionado para el Corredor Atlántico



El presidente del Principado de Asturias, Adrián Barbón; el presidente de la Xunta, Alfonso Rueda, y el presidente de la Junta de Castilla y León, Alfonso Fernández Mañueco, se saludan a su llegada a la cumbre.

Redacción.

El Ministerio de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana ha nombrado a José Antonio Sebastián, hasta ahora gerente de Material de Renfe Mercancías, comisionado para el Corredor Atlántico, para impulsar el desarrollo de la infraestructura y los servicios ferroviarios, al tiempo que crea una delegación permanente para el seguimiento y coordinación de este pasillo. Transportes quiere agilizar el despliegue de la infraestructura para potenciar el transporte de mercancías por tren en España y la conectividad con Europa, especialmente con Portugal y Francia, en un proyecto dotado con 2.477 millones de euros con cargo al Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia, financiado con fondos de la UE.

De esa cantidad, los Presupuestos

Generales del Estado de 2023 recogen una partida de 1.648 millones de euros en inversiones para avanzar en completar y ampliar el Corredor Atlántico, una cifra muy similar a la reservada para el Corredor Mediterráneo.

Los presidentes de la Xunta de Galicia, Alfonso Rueda, del Principado de Asturias, Adrián Barbón, y de la Junta de Castilla y León, Alfonso Fernández Mañueco, han arrancado la cumbre autonómica que será un "punto de inflexión" en el impulso al Corredor Atlántico del Noroeste. En un acto en el que se han citado alrededor de mil asistentes, entre políticos y empresarios, el objetivo de los tres Gobiernos es reivindicar la infraestructura ferroviaria y su inclusión en la agenda del Gobierno para paliar las diferencias que existen actualmente respecto a la zona medite-

rránea del Estado. Los presidentes buscan que el Ejecutivo acepte poner en marcha un plan director que atienda las necesidades del noroeste e impulse las inversiones con el apoyo de la UE, así como la autorización de un alto comisionado para el Corredor Atlántico, similar al que ya tiene el Corredor Mediterráneo. Todas estas peticiones se plasmarán en una declaración institucional a la que los presidentes de los respectivos Ejecutivos al final de la jornada que tiene lugar en la capital gallega.

En el acto de inauguración, el vicepresidente y responsable de Economía de la Xunta, Francisco Conde, ha puesto en valor este encuentro que servirá para "diseñar una estrategia conjunta para un proyecto común" en un momento en el que "el corredor es irrenunciable".

Conde indica que "tramitar las licencias no significa autorizarlas. Vamos paso a paso"

La Xunta "satisfecha" con la tramitación de 120 licencias para parques eólicos

Redacción.

El vicepresidente primero y conselleiro de Economía, Industria e Innovación, Francisco Conde, se mostró "razonablemente satisfecho" con la tramitación de 120 de las 140 declaraciones de impacto ambiental registradas para la tramitación de parques eólicos y de las que 77 resultaron favorables.

En una entrevista con Radio Galega, el vicepresidente primero señaló que "hubo muchas trabas", en el proceso. "Tenemos una respuesta desde el rigor, la seguridad jurídica, que es lo que estaban esperando tanto los promotores como los propios ciudadanos", manifestó. Pese a esto, criticó la actitud del Gobierno al señalar que de once expedientes que tuvo que resolver, tres tuvo que archivarlos por falta de documentación de la Xunta. En opinión de Conde, el Ejecutivo de Pedro Sánchez "parece que está siempre buscando excusas" y "culpables". "El Gobierno sabe perfectamente que si tuvo la oportunidad de aprobar estos parques fue porque la Xunta aprobó la excepcionalidad de los mismos", dijo. En este sentido,

insistió en que el Ejecutivo central conoce que los parques fuera del plan sectorial eólico en Galicia "no se pueden tramitar" y es en esos parques, añadió, "en los que el Gobierno dice que hay falta de documentación". "La realidad es que hay un informe negativo porque incumplen la normativa comunitaria", censuró. En relación a este asunto, Conde quiso dejar claro que "tramitar no es autorizar", por lo que pidió "no dar por construidos ni por autorizados estos parques". Así, llamó a centrarse en "tramitar los parques para poder autorizarlos" y, a partir de ahí, "poder abordar su construcción". "Estamos en el momento de la tramitación; no están autorizados los parques y por lo tanto tenemos que ir paso a paso", insistió.

También sobre eólicos, Francisco Conde acusó al BNG de usar "como arma política contra el Gobierno un sector económico". "Eso es una irresponsabilidad", ha replicado antes de señalar que la formación nacionalista "fue la primera fuerza que impulsaba este desarrollo eólico. Lamentó que en este momento "simplemente por su posicionamiento político, está intentando paralizar un sector que está vinculado directamente con la industria, con empleo industrial".



OCASIÓN

Se vende mesa de billar francés (de carambola) de 2,60m. de largo por 1,47m. de ancho

OPORTUNIDAD

700 euros negociables

Interesados llamar de 10:00h. a 13:00h.

981 638 680

Abierto el plazo para solicitar las ayudas del Bono Enerxía Peme de la Xunta

El vicepresidente primero de la Xunta y conselleiro de Economía, Industria e Innovación, Francisco Conde, ha informado de la apertura del plazo para solicitar las ayudas de la tercera edición del Bono Enerxía Peme, destinado a las pequeñas y medianas empresas y autónomos gallegos del sector del

comercio, hostelería y servicios, con el que estiman movilizar hasta seis millones de euros. Con esta iniciativa se apoyó en toda la provincia a 80 proyectos por valor de 314.000 euros. Este año, el bono contará con un fondo de 4,2 millones de euros, lo que supone el doble del año pasado y contará con

el apoyo al asesoramiento energético. Cerca de 1.000 autónomos y Pymes podrán beneficiarse de una ayuda que tiene como objetivo facilitar el pago de la factura eléctrica e incentivar la cultura de la eficiencia energética entre el tejido empresarial. Una labor que se llevará a cabo dotando a estas entidades de herramientas que les ayuden a ahorrar. Estos apoyos contarán con una intensidad del 80% hasta un máximo de 6.000 euros por centro de trabajo y los solicitantes podrán acceder a un anticipo de hasta el 50%.

Desde 2009, más de 1.600 mujeres resultaron beneficiarias de las ayudas de pago único, en las que el Gobierno autonómico invirtió más de 10 millones de euros

Nueva convocatoria de ayudas de pago único para mujeres víctimas de violencia de género

Redacción.

El Diario Oficial de Galicia ha publicado una nueva convocatoria de las ayudas económicas de pago único para mujeres víctimas de violencia de género que presenten especiales dificultades para obtener un empleo. En la misma resolución se recogen las bases para el acceso de las mujeres víctimas a las indemnizaciones que les correspondan por sentencia, en el caso de no estar percibiéndolas por parte de los agresores. Para ambas líneas, la Administración autonómica reserva 1.555.000 de euros para el ejercicio 2023. En el caso de las ayudas de pago único, el importe se sitúa en los 2.711,52 euros con carácter general (el equivalente a seis meses del subsidio por desempleo vigente), aunque se pueden conseguir cuantías mayores que igualen los 12, 18 o 24 meses de

subsidio, hasta un máximo de 10.846 euros, en función de las circunstancias sociales, de edad o formación. Desde 2009, más de 1.600 mujeres resultaron beneficiarias de las ayudas de pago único, en las que el Gobierno autonómico invirtió más de 10 millones de euros.

Como requisito para optar a estas ayudas de pago único, las mujeres deben acreditar su condición de víctimas de violencia de género y la convivencia con el agresor tiene que haber cesado. Además, se exige la residencia efectiva en algún ayuntamiento gallego (en el caso de las extranjeras también permiso de residencia y trabajo), no haber percibido la misma ayuda con anterioridad, y acreditar sus dificultades para obtener empleo por medio de un informe emitido por el Servicio Galego de Empleo. En cuanto a la parte económica, de

tener rentas, en cómputo mensual no podrán superar el 75% del salario mínimo interprofesional. En cuanto a las ayudas de indemnización, la Xunta reserva 55.000 euros para garantizar que las víctimas que la tienen reconocida por sentencia de los tribunales gallegos reciban su pago en concepto de daños y pérdidas causados, cuando exista incumplimiento por parte del condenado. En este caso pueden ser beneficiarias mujeres que sufren situaciones de violencia de género, así como los menores o personas que dependan de ellas. La cuantía a percibir será la establecida en el fallo judicial y que quede pendiente de abonar, hasta un máximo de 6.000 euros. En los últimos 14 años, desde 2009, un total de 132 personas accedieron a esta línea de apoyo, a la que se destinó cerca de medio millón de euros.

La convocatoria de estos cuatro programas de empleo están orientados a "promover la contratación de colectivos vulnerables, con especial dificultad para acceder al empleo u obtener su primer trabajo"

La Xunta pone en marcha planes de empleo

Redacción.

La Xunta de Galicia pone en marcha cuatro planes de empleo dotados con 36,4 millones de euros para favorecer la contratación de 3.500 desempleados en ayuntamientos, empresas y entidades sin ánimo de lucro. La convocatoria de estos cuatro programas de empleo están orientados a "promover la contratación de colectivos vulnerables, con especial dificultad para acceder al empleo u obtener su primer trabajo". El primero de los programas fue convocado a través del DOG el pasado viernes 27. Por primera vez, el Gobierno gallego financiará la contratación de 200 jóvenes de entre 18 y 29 años en asociaciones empresariales a través de una partida presupuestaria de 4,2 millones de euros. Los contratos serán de un mínimo de 9

meses a tiempo completo en entidades de carácter tecnológico, clústeres, consejos reguladores de denominaciones de origen protegidas, indicaciones geográficas protegidas y de agricultura ecológica o agrupaciones industriales.

Desde el pasado 31, está activa la convocatoria de una nueva edición del programa 'Galicia Empleo', que aumenta un 35% su presupuesto hasta casi 17,5 millones para insertar en el mercado laboral a 2.200 desempleados de distintos colectivos, a los que se suma este año como novedad una línea específica para inmigrantes retornados. Esta iniciativa financia parte del coste del contrato y también contempla incentivos para la transformación a tiempo completo, según ha detallado la Xunta. Se convocan también ayudas para impulsar el empleo en entidades locales y en ayuntamientos del rural.

Anúnciate en esta sección... te encontrarán

empresas muy cerca de ti

PESCADERÍA Sada

Linares Rivas, 39 bajo
15160 Sada (A Coruña)
Telf.: 981 620 025

RB ELECTRICIDAD RAÑA Y BOEDO

Jesús M. Raña Vilasasén
J. Antonio Boedo Regueira

Avda. de La Coruña, 5 Portal 4
15300 BETANZOS (A Coruña)

INSTALACIONES Y MANTENIMIENTOS ELÉCTRICOS
CALEFACCIONES ELÉCTRICAS - DOMÓTICA
INSTALADORES AUTORIZADOS EN
TELECOMUNICACIONES
REDES INFORMÁTICAS

CENTRO ESPECIALIZADO DE BIENESTAR INTEGRAL

HERBOLARIO
NATUROPATIA
TRATAMIENTOS FACIALES,
CORPORALES Y
ENERGÉTICOS
DEPILACIÓN ORGÁNICA

Naturalisima

AV. XOSÉ GARCÍA NAVERA 40-42 BETANZOS
TELÉFONO 922.124.888
WWW.NATURALISIMA.COM

restaurante - Parrilla

Le Finca

ASADOR

menú especial de lunes a viernes **12€**

Lugar Seixeda, 8 - Oseado, 15160 Sada
981 808 517

AVDIO SHOP CENTRO AUDITIVO

Prueba de diagnóstico gratuita.
• Prueba tus audífonos de forma gratuita durante un mes.
• Audífonos desde 400€ • Financiación de 24 meses sin intereses. • Garantía de 4 años.
• Tapones de baño a medida, 55€ pareja.

Avda. de Castilla, 65 bajo
BETANZOS (A Coruña)

Teléfono: 981 961 161 - 926 487 206
www.pontedeumeauditivoshop.com

LEO'S CAFÉ

C/Pontedeume N° 10
15160 SADA

Este geodestino abarca los ayuntamientos de Ares, Cabanas, A Capela, Cariño, Cedeira, Cerdido, Fene, Ferrol, Mañón, Moeche, Monfero, Mugardos, Narón, Neda, Ortigueira, As Pontes de García Rodríguez, Pontedeume, San Sadurniño, As Somozas, Valdoviño y Vilamaior. Los nombres de Ferrolterra saben a mar

Ferrolterra sabe a mar

Redacción.

Ferrol es el mejor puerto natural de Europa, así lo calificó el Almirantazgo británico cuando en 1800 quiso conquistarlo. Es también el Barrio da Madalena y el Arsenal, las primeras obras hechas en Europa con el criterio de la Ilustración. Ferrol encierra además una emotiva sorpresa, la Semana Santa, una de las más impresionantes de Galicia.

En Ferrolterra están también la playa de Pantín, escenario habitual de campeonatos mundiales de surf, y las lagunas de Doniños y Valdoviño, paraíso de aves acuáticas. Y en las proximidades de Ortigueira, dos maravillas: la Serra da Capelada, que se corta abruptamente al llegar al mar formando los acantilados más altos de la Península Ibérica, y el santuario mágico de Santo André de Teixido.

Pero hay también un Ferrolterra tierra adentro. Como las Fragas do Eume, un bosque umbrío y secreto que en su corazón esconde el Mosteiro de Caaveiro... y, en las inmediaciones, el fascinante Mosteiro de Monfero, con una enigmática fachada en damero.

El Ferrol de la Ilustración (la ciudad del Arsenal al lado de la que se articula todo este territorio marcado por la huella de los Andrade y una de las puertas de entrada del Camino Inglés a Santiago) o el castillo de Moeche (protagonista del acontecimiento histórico de la Revuelta de los Irmandiños) conforman la carta de presentación de estas tierras.

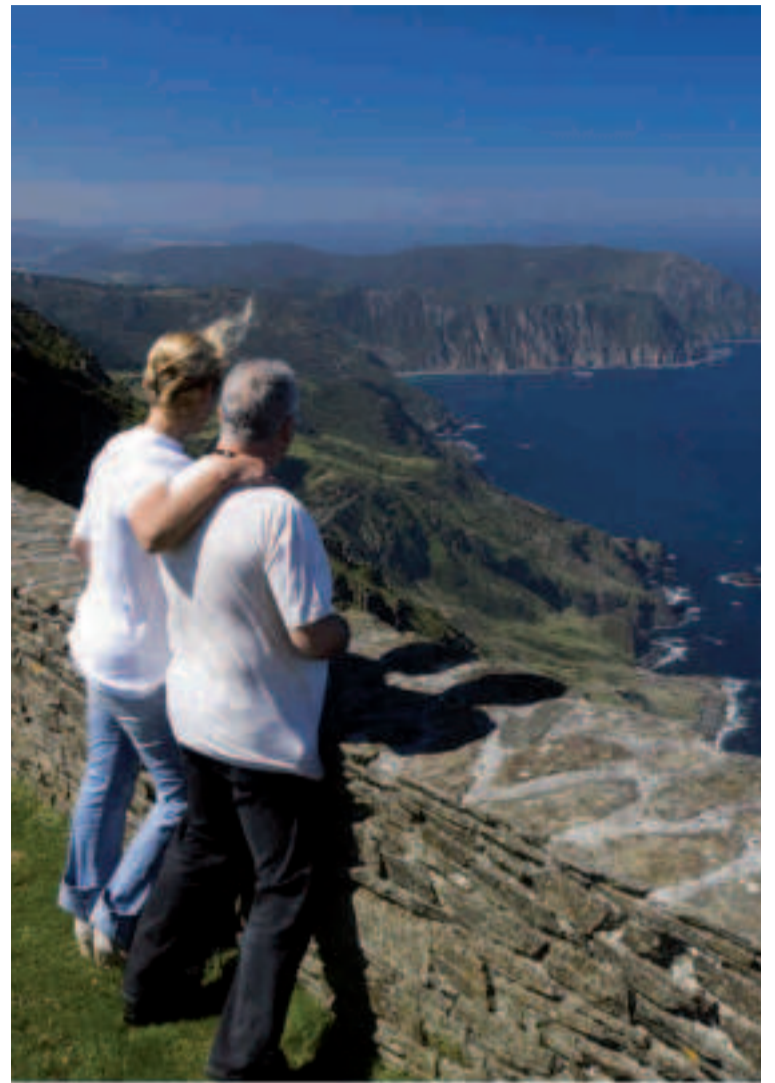
Entre el patrimonio histórico que atesora el geodestino Ferrolterra hace falta destacar en la ciudad de Ferrol el barrio de la Magdalena y las señoriales plazas de Armas y de Amboage y su relevante Museo Naval. El castelo de San Felipe vigila desde su atalaya el castillo de A Palma (en Mugardos) y entre ambos protegen la entrada de la ría. El torreón del castillo de los Andrade en Pontedeume junto con la fortaleza de Naraío en San Sadurniño son también importantes muestras de la arquitectura fortificada de esta parte de Galicia. El monasterio de Caaveiro en A Capela, el convento de Santa María en Monfero y el de San Martiño de Xubia o el de O Couto en Narón son relevantes testigos del esplendor que antaño las órdenes monacales consiguieron en esta tierra.

Ferrolterra es también tierra de santuarios. Algunos ejemplos destacados son la iglesia barroca de Santa María con el Cristo de la Cadena (en Neda), la iglesia de San Miguel de Breame (en Pontedeume), la iglesia de Santa María de Doroña (en Vilamaior), e en As Somozas su hermosísima de iglesia barroca de Santiago.

Las villas que dibujan el paisaje de esta tierra guardan la esencia de antaño. Son buena muestra la villa de Ares, con sus casas con balcones para colgar las redes de pesca, la pequeña villa de Redes donde las traseras de las casas se transformaron en embarcaderos o el Barrio do Ponto en Ortigueira, por el que caminar en otro tiempo.

Quedan también en este paisaje huellas de los antiguos que nos acercan a la historia como las mámoas de Vixía Herbeira o el conjunto castreño de Punta do Castro y la villa galaico romana de San Xiao do Trevo en Cariño; o el enclave arqueológico del castro de A Vila da Igrexa en Cerdido, el castro de A Frouxeira en Valdoviño y los enterramientos megalíticos de O Porto Roibo, Abelleira, Mourela y Vilavella en As Pontes de García Rodríguez.

Ferrolterra observa el mundo desde su faro de Estaca de Bares, en Mañón; y tiene también espacios para ver la vida de otro color desde el curioso Museo del Humor de Fene, o desde la playa y el pinar de Cabanas.



Serra da Capela - Mirafoiro de Vixía Herbeira.



Fraga do Eume.



Semana Santa de Ferrol.



Ortigueira.

Fiestas y gastronomía

La gastronomía de la zona tiene su máximo exponente en su tradicional Feira do Polbo declarada de Interés Turístico, y también sus pimientos de O Couto, con Indicación Geográfica Protegida.

Aficionados a la música celta de todo el mundo visitan cada año el Festival Internacional do Mundo Celta de Ortigueira, que es Fiesta de Interés Turístico Internacional. La Semana Santa también fue distinguida con la Declaración de Fiesta de Interés Turístico Nacional. Son Fiestas de Interés Turístico de Galicia la Romaría da Fraga en As Pontes de García Rodríguez y la Festa das Alfombras Florais do Corpus Christi en Ares.

Santo André de Teixido

Los ‘milladoiros’ o túmulos de piedras que se agrupan a ambos lados del camino que conduce a la iglesia de Santo André de Teixido son testimonios pétreos de la peregrinación de miles de personas que se acercan al mágico santuario de la Serra da Capelada.

El templo gótico-barroco de tipología marinera acoge a los fieles que, siguiendo la tradición, beben de la fuente de los Tres Caños, piden un deseo al santo y arrojan al agua un trozo de pan que, si no se hunde, atraerá la buena fortuna a la vida del romero.

Los “sanandreses” o la “hierba de enamorar” forman parte de este rito que se reproduce históricamente en las proximidades de los acantilados de Vixía Herbeira, los más altos de la Península Ibérica.

Desde una garita de piedra del siglo XVIII puede el visitante maravillarse observando la grandeza del Océano Atlántico.



Iglesia de Santo André de Teixido.



Lagoa de A Fruxeira.



Festa do Polbo de Mugardos.



Festival do Mundo Celta de Ortigueira.

El Banco de España constata las primeras dificultades de acceso a financiación de las empresas desde 2013

Las pymes se preparan para un "notable deterioro" del crédito para este año



Trabajador en una factoría de caldos.

Redacción.

Las subidas de los tipos de interés no solo empiezan a encarecer las hipotecas, sino también los préstamos a las empresas. El Banco de España acaba de constatar los primeros problemas de las pymes para acceder a financiación desde 2013 y avisa de que estas empresas esperan una "notable intensificación del deterioro" de los préstamos en el primer trimestre del 2023.

Los tipos de interés ya se encuentran en el 2,5% y el BCE ha anunciado nuevas subidas. El efecto de las subidas del precio del dinero iniciadas en julio ha sido, con los últimos datos disponibles, un Euribor superior al 3% en la media mensual y unos tipos para la financiación empresarial del 3,09%. Este último porcentaje corresponde a noviembre y lo ofrece el propio Banco de España.

Las pymes ya han experimentado un empeoramiento de su situación y, a cierre de septiembre, el porcentaje de las que informa de dificultades ha aumentado en once puntos, según la encuesta realizada por el Banco de España y el análisis que la acompaña, realizado por los investigadores Álvaro Menéndez y Maristela Mulino.

El empeoramiento no ha sido tan acusado como el esperado y se da en toda Europa

Los préstamos bancarios son la principal fuente de financiación de las pymes, que tienen al menos dos motivos para consolarse: el

empeoramiento de las condiciones hasta septiembre no ha sido tan acusado como el que esperaban y afectan al conjunto de Europa, de modo que no pierden competitividad al menos en el continente.

En España, el deterioro en la capacidad de las pequeñas y medianas empresas para acceder a financiación externa es el primero desde el 2013, mientras que en el conjunto de la zona euro el acceso a los préstamos bancarios ha empeorado por primera vez desde 2014. Sin embargo, la evolución dista mucho por el momento de la que se dio en el inicio de la crisis financiera del 2008, puntualiza el informe del Banco de España.

Para este trimestre las empresas hablan de un "notable deterioro"

La previsión de las pymes hasta marzo del 2023 consiste ahora en "una notable intensificación del deterioro en el acceso a la financiación", lo que no se debe a circunstancias específicas de negocio, sino al "empeoramiento de las perspectivas económicas generales".

El porcentaje de pymes que informan de aumento de los tipos de interés y del coste de acceso a nueva deuda equivalió a cierre de septiembre al 70%, lo que supone el aumento más elevado desde que el Banco de España realiza esta encuesta. El porcentaje es superior al de la zona euro, donde quedó situado en el 64%. Las pymes también aprecian un aumento de las garantías exigidas por parte de los bancos y los financiadores.

El 10% tiene dificultades de financiación, frente al 20% en la crisis del 2008.

El porcentaje de pymes que tuvieron dificultades para obtener financiación bancaria repuntó en septiembre hasta casi el 10%, un punto y medio más que seis meses antes, aunque este indicador se encuentra en niveles bajos, sobre todo si se compara con lo ocurrido en la crisis financiera, cuando llegó a situarse por encima del 20%.

El repunte en las dificultades para financiarse se debió sobre todo a un aumento de las solicitudes rechazadas y, en menor medida, a un incremento del porcentaje de pymes a las que concedieron solo parte del préstamo que habían solicitado.

Menos demanda de préstamos

También se ha producido un "leve descenso" de la demanda de préstamos porque en algunos casos las propias pymes se niegan a pedir financiación en previsión de que se les rechace. La encuesta del BCE muestra además que la proporción de pymes que solicitaron crédito bancario entre abril y septiembre de 2022 se mantuvo en niveles relativamente reducidos, del 21%.

La financiación no es por ahora la principal preocupación de las pymes, que siguen identificando en España el aumento de los costes de producción como el principal problema. En la zona euro, aluden a otros problemas como la escasez de personal cualificado.

Desde el 1 de enero y hasta 2025, los trabajadores por cuenta propia cotizarán por tramos que vienen determinados por sus rendimientos netos reales

Estas son las nuevas cuotas de los autónomos en 2023

Redacción.

Con el comienzo del año ha entrado en vigor el nuevo sistema de cotización para autónomos por ingresos netos reales. Los trabajadores por cuenta propia deben prestar especial atención al modelo que se aplica desde el 1 de enero de 2023 y que se desplegará progresivamente en tres años, tal y como se aprobó el pasado mes de julio en Consejo de Ministros, a propuesta del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, que lidera José Luis Escrivá. Esto afectará a los 3,3 millones de personas que están sujetas al Régimen Especial de Trabajadores Autónomos (RETA) en España.

El nuevo sistema pretende ajustar al máximo los pagos para que la Seguridad Social no deje de ingresar por realizarse un cálculo más genérico. Los tramos y cuotas han sido fijadas para 2023, 2024 y 2025 por lo que, una vez pase ese tiempo, el Ejecutivo y los agentes sociales tendrán que estudiar los efectos y negociar los tramos para los años a partir de 2026, hasta 2032. El objetivo es que se alcance un modelo definitivo de cotizaciones por ingresos reales en un plazo de nueve meses. Los autónomos pueden modificar el tramo cada dos meses (un total de seis veces al año), según

la previsión por ingresos o la estacionalidad.

Para calcular los rendimientos netos, tendrán que deducir de los ingresos los gastos producidos en la actividad y, sobre esto, aplicar una deducción por gastos genéricos del 7% o, en el caso de los autónomos societarios, del 3%.

Nuevos tramos de cotización de autónomos en 2023

El nuevo sistema de cotización para autónomos define 15 tramos de rendimientos netos en los que los trabajadores tendrán que encuadrarse, en función de la estimación. Cada uno de ellos oscilan entre los 670 euros y los 6.000 euros al mes y tiene bases de cotización mínimas y máximas, a la que se aplica el porcentaje del tipo de cotización, lo que determina la cuota mensual a pagar. Es por ello por lo que las aportaciones de los autónomos a la Seguridad Social en 2023 irán desde los 234,5 a los 510 euros al mes.

De esta forma, aquellos que declaren rendimiento netos iguales o inferiores al Salario Mínimo Interprofesional (SMI), tendrán que pagar una cuota de 230 euros el primer año, 225 euros en 2024, y 200 euros en 2025. Por su parte, los que tengan rendimientos netos inferiores a 1.300 euros mensuales pagarán una cuota inferior a la que pagaban en 2022: 294 euros.



España perdió 1.204 autónomos en 2022 y solo cinco comunidades crecieron en afiliación.



Culleredo mejora la pavimentación y drenaje en As Nabeiras, Sésamo

Culleredo.

La solución al problema de la acumulación de aguas pluviales, la mejora de la seguridad vial y la renovación del entorno de la iglesia de San Martiño de Sésamo son los objetivos de la actuación que desarrolla el Concello de Culleredo en el lugar de As Nabeiras, situado en la parroquia de Sésamo.

En la actualidad ya han concluido los trabajos de pavimentación de la calzada en este punto con el fin de evitar los charcos que se forman en ese lugar cuando se producen fuertes precipitaciones, le sigue el levantamiento de las tapas y el adoquinado de la zona frontal de la iglesia. El proyecto municipal incluye también la adaptación de los cruces con los caminos existen-

tes en la zona y el ensanche del margen izquierdo de la calzada. Los trabajos que lleva a cabo el Concello comprenderán el repintado de las marcas viales en las calzadas afectadas por las obras, la colocación de señales verticales y la instalación de un lomo de asno para mejorar la seguridad de la circulación de los vehículos.



La secretaria xeral de Industria, Paula Uría, visitó el Centro Tecnológico Cetim de Culleredo

La Xunta ensalza la labor de investigación del Centro Tecnológico de Culleredo

Culleredo.

Se quiere con ello destacar la labor y el potencial de las investigaciones del centro, que “fomentan la innovación y la mejora de la competitividad empresarial”. Uría incidió en la importancia de la colaboración público-privada a través de programas como las Unidades Mixtas de Investigación, que posibilitan impulsar proyectos disruptivos.

La dirección del Cetim subraya la “visión transversal del centro en

investigaciones de alto valor en el mercado, que aportan también un gran impacto económico y social”. El director general del centro, Toni Pons, asegura que en la entidad se transforman “ideas en valor” y que esta es “la base de todos los proyectos”. El equipo trabaja en el desarrollo de tecnologías aplicables a diferentes sectores, como en las tecnologías de recuperación de materias primas críticas a partir de corrientes de subproductos de minería, sector del automóvil o electrónica.



Nas Biblios en FEBREIRO

	Xoves 9 Dragón Ramona "Princesa Nevía" O Bargo	
	Venres 10 Obradoiro "Lucados para entroido" O Bargo	
	Xoves 16 Dragón Ramona "Princesa Nevía" Vilaboa	
	Xoves 23 "Cantando con Rosalía" a cargo de Marisa Irma O Bargo	

CONTACTO
de 18:00h. Para niños/as a partir de 3 anos. Entrada libre.

OPERADORAS
de 17:00 a 18:00 h.
Inscripción para niños/as de 7 a 12 anos.

Culleredo busca soluciones para los accesos al colegio Andaina

El Concello de Culleredo consensuará con el de A Coruña las posibles soluciones para el problema de acceso al centro escolar Andaina, “preferentemente en la calle Aguaceiros de A Zapateira”, apunta el Concello cullerdense. El colegio, ubicado en el municipio de Culleredo, cuenta con accesos en calles contiguas que pertenecen a la ciudad, por lo que se pretende acordar posibles cambios de dirección en los horarios de mayor afluencia a este centro y otro que comparte accesos, con escasas posibilidades de ampliación dada la proximidad de viviendas unifamiliares con sus respectivos cierres perimetrales, afirma.

Romaría San Blas

Veiga

LUNS | 20 | FEBREIRO

As 12:30 h. Misa e Procesión
As 13:15 h. **OS SATÉLITES**
Desfile de Compañías e Premio de MELORES CHOQUEBOS e TESTAMENTO
As 15:15 h. Gran Xantar Popular (Pulpo, Carne do Coladoiro, Postre e Café)
Prezo: Adulgo 3€ / Menor de 6 a 12 anos 1€ / Menor de 4 a 7 anos 0,5€

A Tarde amenizada pola orquestra

OS SATÉLITES

San Blas e 15 de Febreiro de 2023
ESTABO GERMÁN DO ZORRO e CIA
Web: 981 82 446 - 987 751 751

Organizado por: **San Blas - Veiga**



Cambre adjudica la ampliación del complejo deportivo de A Barcala

Cambre.

La junta de gobierno acaba de adjudicar el proyecto de reformar y ampliar el complejo deportivo de A Barcala por un importe de 271.579 euros. Esta obra supondrá la adecuación de las instalaciones actuales y la construcción de una sala diáfana de 100 metros cuadrados. En este espacio se creará una nueva estancia en el semisótano donde se ubica en la actualidad, un patio con un espacio verde, por lo que las actuaciones previstas no afectarán a la distribución actual del edificio, ya que se plantea la ejecución de un volumen totalmente independiente. Esta nueva sección dispondrá de acceso desde las escaleras y el ascensor que ya llegan al semisótano y permiten la entrada al gimnasio. La conexión con esta zona adicional se realizará a través de un pasillo que estará ubicado en la esquina del gimnasio y que conectará el desembarco de las escaleras y el ascensor con el patio, sin necesidad de pasar por el gimnasio.

Hasta ahora, la ordenanza fiscal contemplaba esta misma bonificación del 50% para las viviendas que realizasen una obra para colocar placas solares

Las empresas que instalen placas solares tendrán una bonificación del 50% sobre el impuesto de construcción



Cambre.

El Concello de Cambre aprobó, en el pleno una modificación de la ordenanza fiscal número 4, reguladora del Impuesto sobre Construcciones, Instalaciones y Obras. Entre los cambios, el gobierno local introdujo una importante novedad con respecto al documento anterior: una bonificación del 50% para aquellas empresas que instalen sistemas para el aprovechamiento térmico o eléctrico de la energía solar. Como explicó la concejala de Economía, Facenda e Réxime Interior, María Pan Lesta "este cambio vai da man da nosa aposta polas enerxías renovables e a independencia enerxética, un compromiso que vimos demostrando coa implantación das luces LED en Cambre, O Temple, A

Barcala e no polígono do Espírito Santo, así como co proxecto que se vai realizar nos Campóns, que vai supor a creación dunha rede de autoconsumo na cuberta da instalación".

A maiores, la ordenanza fiscal experimenta otras dos modificaciones. La primera de ellas está relacionada con el anexo de obra menor en el que se recogían los materiales, tipos de obras y sus precios. La segunda modificación tiene que ver con el anexo de obra mayor, en el que se han actualizado los precios medios en consonancia con la subida real que se produjo desde la última actualización de la ordenanza. Estos baremos se aplicarán siempre que el presupuesto presentado por la persona interesada sea inferior al precio de mercado.

El Entroido, protagonista del mes en la programación de las casas de la juventud

Cambre.

El Entroido será el gran protagonista del programa de actividades del mes de febrero en las casas de la juventud: Casa Arriçada y Casa Palmeiras.

La primera propuesta carnavalesca será el viernes, 10 de febrero en Palmeiras (18.00 horas), y consistirá en un taller de preparación del Entroido con el que las personas participantes podrán ultimar la decoración y ambientación de las fiestas y, además, diseñar los complementos para sus disfraces. Casa Arriçada acogerá, el 24 de febrero (18.00 horas), otra iniciativa similar para que los jóvenes puedan dar los últimos retoques a sus creaciones de cara a la celebración del Entroido Pequeño Máis Grande do Mundo de Cambre. La programación mensual incluirá también propuestas vinculadas con otras temáticas.

El día 3 tendrá lugar la instalación de nidos de aves y murciélagos en Casa Arriçada (a las 18.00 horas). Ese mismo día, también a las 18.00 horas, Casa Palmeiras celebrará un taller de fotografía en el que los usuarios y usuarias podrán aprender a sacar instantáneas haciendo uso del light painting (pintura con luz o fisiograma). La sesión estará impartida por Verónica, una joven aficionada a la fotografía que enseñará a los participantes a aplicar esta técnica, no solo con cámaras reflex, sino también con cualquier teléfono móvil. Casa Arriçada vivirá el viernes, 10 de febrero a las 18.00 horas, la Fiesta Internacional Cambre-París del IES Afonso X O Sabio. La última propuesta del mes en Casa Palmeiras será el viernes, 24 de febrero a las 18.00 horas, con la realización de una quedada de juegos de mesa. Las personas interesadas en participar en las diferentes actividades pueden inscribirse en omix. cambre.es.

Curso de preparación competencias clave no concello de Carral

Carral.

O Concello de Carral abre o prazo de inscricións para apuntarse aos cursos que ofrece o Concello para preparar os exames que acaba de convocar a Xunta. Formación con contido para os niveis 2 e 3 para despois

poder acceder á formación dos certificados de profesionalidade de cualificación profesional. As persoas interesadas poderán apuntarse ata 10 de febreiro ás 14.00 horas no Departamento de Educación e Emprego, nos teléfonos 981 613 520 ou 678338872 ou a través do correo: educacion@carral.es

suplemento INMOBILIARIO

Dedicado al sector inmobiliario.
Toda la actualidad,
promociones, ventas, alquiler.

Anúnciate llamando al 981 638 680

info@verdemarecciones.com



Se repartirán 6.000 euros
en tarxetas regalo e durará ata abril

Uns 70 establecementos de Betanzos participarán na campaña “Merca, tan cerca”



Betanzos.

Setenta profesionais, comercios e locais de hostalería participarán este ano na campaña de apoio ao comercio que desde o día 4 desenvólvese en Betanzos dentro das accións de impulso ao tecido comercial, empresarial e hostaleiro.

Dentro do programa de apoio a estes sectores, o Concello iniciará esta campaña de apoio directo para impulsar que “os betanceiros e betanceiras compremos e gastemos en Betanzos durante as rebaixas, poñendo en valor o noso”, segundo explicou a alcaldesa, María Barral. É unha campaña, acordada coas asociacións de comercio e hostería, que se desenvolverá desde febreiro, coincidindo coa época de rebaixas, ata abril, baixo o lema “Merca, tan cerca”, en liña co slogan Betanzos tan cerca, que desde hai anos acompaña as accións promocionais da cidade.

A campaña poñerá en circulación 6.000 euros para incentivar as compras nos establecementos betanceiros. Por cada compra igual ou superior aos 10 euros que se realice entre o 4 e o 28 de febreiro en cada

un dos establecementos asociados á campaña, recibírase un boleto que entrará no sorteo, que se realizará a principios de marzo, de tarxetas bancarias moedeiro que terán varios importes.

Do mesmo xeito que o sorteo de lotería nacional, sortearase un primeiro premio de 300 euros; un segundo de 200 euros e cinco de 100 euros, ademais doutras 150 tarxetas regalo cada unha delas cargadas con 30 euros.

Os agraciados poderán gastar estas tarxetas ata o 30 de abril de 2023 en calquera dos establecementos asociados á campaña. Desta forma, no sector comercial e hostaleiro, potenciarase a compra no período de rebaixas e incentivarase tamén os dous meses seguintes ao mesmo. Os 70 establecementos participantes, xa sexa comercio, hostalería ou outro tipo de actividade, terán un distintivo da campaña para que os consumidores saiban onde poden conseguir tanto os boletos para participar no sorteo das tarxetas, como onde gastar o diñeiro desas tarxetas moedeiro que poderán utilizar nunha soa compra ou en cantas desexen ata consumir o premio que conteñan.

La alcaldesa, María Barral, indicó que el proyecto era una actuación “pendente desde hai anos e importante para un Museo referente na provincia”

Betanzos renovará el sistema de iluminación del Museo das Mariñas

Betanzos.

El Concello de Betanzos llevará a cabo una importante inversión en la mejora de la eficiencia energética en el Museo das Mariñas-Vicente de la Fuente, una actuación que pondrá en valor las colecciones que alberga esta instalación municipal y que este año cumplirá su 40 aniversario. Se trata de dos proyectos contratados por el Concello con una inversión de 376.000 euros a través de fondos europeos y que incluirá la sustitución de todo el sistema de iluminación y de toda la carpintería del edificio que incluye las ventanas dentro de los programas de ahorro energético en los que está participando Betanzos a través de los fondos de la Unión Europea.

El primero de los proyectos con un coste de 204.000 euros, se centrará en la sustitución de la iluminación interior de la edificación que data del año 1983, actual energéticamente ineficiente, por luces LED y proyectores de aluminio fundido y material termoplástico.

Para la zona de oficinas, biblio-

teca y aulas, las pantallas actuales de fluorescentes serán sustituidas por pantallas más eficientes. También se substituirá la iluminación de las vitrinas por tiras de LED que permitan mejorar la conservación al no incrementar la temperatura interior de la vitrina. En cuanto a la carpintería exterior del edificio, el proyecto, ahora en fase de contratación, prevé una inversión de 172.000 euros con la sustitución de la carpintería exterior de la edificación, teniendo en cuenta su mal estado actual. La totalidad de las ventanas y puertas se encuentran en mal estado, con pérdida de material, carcoma en muchos casos y deformación excesiva en casi todas, que dificultan su estabilidad y las normales maniobras de apertura y cierre, algunas totalmente condenadas, haciéndolas inútiles para el fin para el que sirven. En este sentido, se realizará una mejora energética del edificio sustituyendo la carpintería exterior por otras de una calidad superior, en concreto con puertas y ventanas de madera de iroko y cristalería de vidrio doble.



Pingas de humor gráfico, exposición del caricaturista Xoán Andrade Vidal

Del 3 al 8 de marzo podrá visitarse en la Sala Jesús Núñez del Archivo del Antiguo Reino de Galicia, la obra del ilustrador y caricaturista betanceiro, Xoán Andrade Vidal. La exposición está organizada por la Asociación Cultural Roxín Roxal con la colaboración del Concello de Betanzos y la Diputación de A Coruña. El horario de visitas es de 10:00h a 14:00h e 19:00h a 22:00 h de martes a viernes y de 11:30h a 14:00h y de 19:00h a 22:00h los sábados.

Betanzos recibirá 700.000 euros para ayudas a la rehabilitación de viviendas

Betanzos aprobó en pleno la declaración del casco histórico y su protección.

A través de este programa, el municipio recibirá 700.000 euros de fondos europeos para ayudas a propietarios de viviendas para mejorar sus inmuebles, que provienen del Gobierno del Estado pero gestiona la Xunta. Los responsables municipales lamentaron “el recorte en casi un 54% de la partida a la que aspiraba Betanzos, realizado de forma unilateral por parte de la Xunta de Galicia como órgano gestor de estos fondos que concede el Gobierno de España dentro de su Plan de Recuperación, Transformación y resiliencia”, explicó el concejal de Urbanismo, Andrés Hermida. En septiembre del año pasado, el Ayuntamiento de Betanzos solicitó participar en el Plan de Barrios promovido por el Gobierno de Central. En la propuesta remitida al Instituto Galego de Vivenda e Solo, solicitó 1,5 millones de euros. El objetivo era incrementar las oportunidades a los propietarios de inmuebles del casco histórico, Nosa Señora y A Magdalena para hacer frente a las mejoras en sus viviendas y colaborar así en la revitalización de la zona. Sin embargo, la Xunta remitió un requerimiento en diciembre en el que, además de pedir más documentación, recorta las pretensiones económicas comunicando que había que reducirla a menos de la mitad, en concreto a 700.000 euros, un 54% menos, según denunció también Hermida.

REXCE OPTICA: E15-000091 - REXCE AUDIOTICOTESIS: E15-001115

2 GAFAS PROGRESIVAS POR 229€

CON CARTA DE GARANTÍA

Valdoncel, 2 · Betanzos
Telf.: 981 771 504

Óptica betanzos

AUDIO SHOP CENTRO AUDITIVO

Centro autorizado por Consellería de Sanidade N° E-15-001149

- Prueba de diagnóstico gratuita.
- Prueba tus audifonos de forma gratuita durante un mes.
- Audifonos desde 400€ • Financiación de 24 meses sin intereses. • Garantía de 4 años.
- Tapones de baño a medida, 55€ pareja.

Avda. de Castilla, 65 bajo BETANZOS (A Corcha) Telf.: 981 980 165 - 626 407 200
huzon@centroauditivoaudioshop.com



El parque de Fiobre en Bergondo incluido en la red galega de parques sen fume

Bergondo.

El parque infantil de Fiobre, es el único del área metropolitana incluido en la Red galega de parques sen fume, presentada por la Xunta y con la que pretende «a promoción dunha vida sen tabaco e a desnormalización do seu consumo; así como o respecto e coitado dos espazos públicos e do medio ambiente».

Ya existía una normativa que prohibía fumar en los parques, así lo

recoge la Ley de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco, que data del 2010. Pero la Xunta quiere con esta red dar continuidad a programas de éxito como la Red de praias sen fume y que este tipo de distinción cambie hábitos.

Desde el Concello de Bergondo indican que se adhirieron a la campaña de la Xunta con la inten-

ción de que incluyeran todos sus parques infantiles, pero solo eligieron el de Fiobre, junto a otros de otras 17 localidades en esta primera fase. Desde la Dirección Xeral de Saúde Pública agradecieron el interés y explicaron que disponen de un número limitado de material para señalar, pero debido a la alta participación se optó porque al menos pudieran señalar uno en cada municipio interesado. El Concello de Bergondo se encargará de señalar el resto.



Medidas de seguridad en la DP-0103

El Ayuntamiento de Abegondo se ha unido a los vecinos de Sarandós para solicitar a la Diputación de A

Coruña, medidas de seguridad en la carretera DP-0103, de la que es titular. La vía que acoge un

tramo del camino Inglés, cuenta con un importante tránsito de peatones y, según constatan los vecinos, el límite de velocidad actual situado en los 50km/h. no evita situaciones de riesgo. El Gobierno de José Antonio Santiso trasladó esta situación a la institución que preside Valentín González Formoso. La petición va acompañada de más de un centenar de firmas de los vecinos de la zona. Solicitan la rebaja del límite de velocidad a 30km/h. dado el carácter urbano de ese tramo en el centro de Sarandós, en la que hay numerosas viviendas y locales de hostelería.

Bergondo invertirá 11.409 euros en la mejora del parque infantil de guisamo

Redacción.

El Ayuntamiento de Bergondo ha iniciado una serie de actuaciones para mejorar el parque infantil y biosaludable de la plaza de José García Verdía de Guisamo y crear en la zona un área de calistenia. Cuenta para ello con un presupuesto de 111.409 euros. El objetivo del proyecto, además de la mejora del parque infantil, es ampliar los espacios de ocio con nuevo mobiliario y con más funciones, teniendo en cuenta las demandas y necesidades de los vecinos y adaptando este equipamiento a la normativa de seguridad y funcionalidad vigente.

En la actualidad los juegos de la zona infantil y diversos equipos biosaludables presentan desperfectos en elementos estructurales, el pavimento amortiguador se encuentra deteriorado, por lo que es necesario acometer las mejoras proyectadas. La alcaldesa, Alejandra Pérez, destaca que «con esta obra continuamos co noso plan de renovación de todos os parques do municipio, que pouco a pouco se vai completando». Con respecto a las zonas de calistenia explica que «a veciñanza, especialmente os mozos e mozas, trasladounos o seu interés por este tipo de equipamientos e estamos respondendo»

Abegondo conta cun novo vehículo alternativo no seu parque móbil

Abegondo.

O Concello de Abegondo conta cun novo vehículo alternativo no seu parque móbil. Trátase dun coche híbrido destinado á Policía Local. O automóbil foi entregado pola empresa adxudicataria na Casa do Concello, onde o recibi-

ron o alcalde, José Antonio Santiso, e persoal municipal. Para o servizo, o Concello obtivo unha subvención da Xunta de Galicia que ascende a 32.000 euros. Inclúese na liña convocada aos concellos para a adquisición de vehículos mediante o sistema de renting.



Trátase dun coche híbrido destinado á Policía Local.

Marcha cicloturista e andaina "Senda Ciclable ZEC"

O domingo 12 de febreiro terá lugar a andaina e marcha cicloturista inaugural da 'Senda Ciclable ZEC', organizada pola Deputación da Coruña e os Concellos de Abegondo, Carral, Betanzos e Bergondo.

A cidade deportiva do R.C Deportivo da Coruña, en Abegondo, será un punto intermedio, pero tamén

pode ser o fin ou principio do traxecto para que as persoas que así o desexen poidan realizar un percorrido máis levadeiro.

A saída será ás 09:30 horas desde o polideportivo de Guisamo, en Bergondo, e rematará sobre as 15:30 horas, no Campo da Feira en Carral.





Uñas, Depilaciones, Masajes, Tratamientos faciales, Extensión, Lifting y tinte de pestañas. Servicio de peluquería

Presentando este anuncio te hacemos un 10% de descuento en cada servicio.

675.112.669
jgmbeauty22@gmail.com
jgmbeauty22
jgmbeauty

Servicios a domicilio

Pracifa do Conde, 9
15160 - Sada - A Coruña

El nuevo parque de Oleiros donado por Sandra Ortega estará listo en abril

Oleiros.

El nuevo parque de Oleiros estará listo para la primavera. El alcalde, Ángel García Seoane, asegura que el recinto donado por Sandra Ortega, en la Rúa do Mar, pegado a Santa Cruz, podrá abrir al público a finales de marzo o principios de abril. “Había un plazo para marzo; va a ser un poco apurado. Pero para finales de marzo o principios de abril va a estar”, indicó el alcalde, quien aseguró que las abundantes lluvias registradas en las últimas semanas supusieron una leve demora en los trabajos que se ejecutan para acondicionar el parque.

Entre las actuaciones que se desarrollan en la zona verde, Seoane destacó la colaboración de los niños de los colegios oleirenses, que contribuyen con la plantación de árboles, iniciativa que, según el alcalde, partió de Ortega. Cada pequeño de los centros escolares del municipio plantará un árbol en el parque, detalló el regidor, quien elogió de nuevo la donación de la empresaria y vecina, que también financia los trabajos de acondicionamiento del parque. El alcalde recordó que Sandra Ortega “podía hacer 88 chalés, renuncia a hacerlos, hace un parque y quiere llevar a los chicos del municipio para que cada chaval plante su árbol en ese espacio hermosísimo que va a quedar”. La zona verde, que Jardinería Trébore diseña asesorada por expertos del Grupo Naturalista Hábitat, contará con hoteles para insectos, cajas para pájaros, huecos entre las piedras para murciélagos y lagartijas, frutales para que se alimenten las aves, una charca para las ranas e iluminación suave para favorecer la presencia de mariposas nocturnas.

El gobierno de Sada prescinde de esta cita de referencia en las fiestas sadenses

El BNG de Oleiros propone al Concello acoger este año el festival Touliña Pop

Oleiros.

El grupo municipal del BNG de Oleiros propone al Ejecutivo oleirense que “acoja provisionalmente” el Touliña Pop “para que el festival pueda seguir celebrándose en la comarca”. Tras la decisión de los organizadores de buscar otra ubicación por “falta de apoyo” del nuevo Gobierno local de Sada, el portavoz municipal del BNG, Iván Roca, plantea que Oleiros acoja en mayo este festival musical para que no se pierda “toda una referencia de la música pop y rock’n’roll”.

El edil subraya que Oleiros tiene una “excepcional cantera de artistas” y organiza eventos como el Mera Rock, el Bastiacore o el Rockandroleiros y recuerda que el Concello tiene “una larga tradición de apoyo y cooperación y de práctica de la solidaridad”. La Asociación Cultural Irmáns Suárez Picallo ha expresado también su apoyo a los organizadores del festival. El colectivo lamenta que el Concello de Sada “prescinda de una de las principales citas del calendario festivo de Sada” y recuerda

que el Touliña Pop “es resultado del trabajo desinteresado de la gente que, generosamente, decidió poner su esfuerzo y su criterio al servicio de los demás”. El Ejecutivo insiste en que aporta lo permitido “legalmente” y apela a la existencia de un “reparo legal” al gasto solicitado. La asociación cultural que organiza el Touliña Pop Festival informó a través de las redes sociales que tras mantener una entrevista con el equipo de Gobierno para organizar el festival de este año 2023, la respuesta fue que el Concello de Sada “no tiene dinero” para apoyar la organización



y además la celebración de esta cita sería “competencia desleal a la hostelería” del municipio. La entidad ha asegurado que el festival se celebrará igual y mantiene conversaciones intensas para encontrar cuanto antes una ubicación. Dos concellos ya han manifestado su disposición a estudiar la posibilidad de albergar el Touliña 2023.

El nuevo Gobierno local de Sada defiende que el festival, tal y como se celebró en los últimos años, incumple la normativa. “Existe un reparo legal a pagar todo lo que se solicitaba”, afirma la alcaldesa, María Nogareda, que subraya que el área de Cultura ha ofrecido “los recursos que se pueden dar de manera legal” y que el tema de la competencia desleal viene derivado del hecho de que la barra no se puede adjudicar directamente, sino que tiene que salir a concurso para garantizar la libre concurrencia “y no dársela a quien primero se presente”. “No hay una intención de no colaborar, pero no podemos hacerlo de forma ilegal.

Oleiros vuelve a recibir el galardón que reconoce la costa del municipio como sendero azul europeo

Oleiros.

Oleiros volverá a recibir el galardón que reconoce el litoral costero como sendero azul europeo. Según fuentes municipales, el elevado número de kilómetros de paseos existentes a lo largo

del mar ha hecho posible este reconocimiento por parte de Adeac (Asociación de educación ambiental y del consumidor). Se valora la preservación y mejora de las condiciones ambientales existentes, la seguridad y facilidad de uso para los visitantes

y una gestión integrada y coherente de valores naturales históricos, culturales y etnográficos que conforman el patrimonio litoral. La costa desde la ría da Pasaxe hasta Lorbé, cumple claramente con estos criterios de valoración.

Expedición do DNI en Sada o 16 e 17 de marzo

Sada.

O xoves 16 e o venres 17 de marzo de 2023 desprazarase a Sada o Equipo Móbil do DNIe, a fin de efectuar a expedición dos oportunos documentos estimándose un cupo diario de 50 solicitudes. O lugar de expedición será a Casa da Cultura Pintor Lloréns. A inscrición deberá realizarse no rexistro do Concello de Sada ou chamando ao 981 620 075, Ext: 255. A fin de organizar este servizo as persoas interesadas deberán aportar na inscrición nome, apellidos, DNI e número de teléfono para contactar no caso de que exista algún imprevisto. O acceso o día da expedición do DNI e deberá realizarse coas correspondentes medidas de seguridade. Ademais só poderá acceder a persoa que realiza o trámite (salvo casos de menores ou persoas dependentes).

Concurso de disfraces Sada Entroido 2023

Para celebrar o Entroido en Sada a Concellería de Cultura, Comercio e Turismo organiza un concurso de disfraces el sábado 25 de febrero. Podrán participar todas aquellas personas y colectivos que lo deseen, sin límite de edad. Los participantes deberán desfilar por las calles y el paseo marítimo de Sada, siguiendo el recorrido facilitado por la organización, mostrando sus disfraces, coreografías y animaciones musicales al público y al jurado quien valorará los disfraces, la puesta en escena en general e la animación festiva de los participantes. Habrá tres categorías, Mini, Grupos y Carrozas que optarán a 3 premios cada una de ellas. Las inscripciones finalizan el 19 de febrero.

Arteixo mejora el acceso al ambulatorio de Vilarrodís

Arteixo.

El Ayuntamiento de Arteixo ha concluido los trabajos del acceso al centro de salud del núcleo de Vilarrodís. La nueva calle, que sigue en paralelo el trazado de la senda peatonal que comunica Ponte y Aguceira, se construye bajo las directrices de un proyecto que contempla la pavimentación del firme; la instalación de alumbrado público, red de telecomunicaciones, sistema de evacuación de aguas pluviales y residuales, suministro de agua potable, y la construcción de muros de contención y cierres de parcelas. El presupuesto destinado a la obra superó los 285.000 euros y el plazo de ejecución se preveía de dos meses.

Zona deportiva

Asimismo, fuentes municipales anunciaron el inicio de las obras de construcción de una zona deportiva en el entorno de la escuela infantil de este núcleo. La empresa encargada de llevar a cabo esta iniciativa, que contempla un área deportiva, un espacio verde y la apertura de una nueva calle, es Vázquez y Reino que consiguió el contrato por 707.000 euros.

El proyecto incluye la creación de aparcamientos, una nueva calle para mejorar el acceso a la escuela, un parque que se extenderá hasta los márgenes del regato de As Teixueiras y un espacio para el desarrollo de las fiestas con una superficie de casi seis mil metros cuadrados.

Obras en Platas Varela

Los trabajos, financiados por la Diputación con 300.000 euros a través del denominado Plan Único, tienen como objetivo principal mejorar la accesibilidad de esta importante calle.

El camino peatonal tiene una longitud de 300 metros y supuso una inversión de 150.000 euros

Arteixo concluye la senda peatonal de Montegolf hasta el límite con A Coruña



Arteixo.

El Concello de Arteixo acaba de concluir las obras de construcción de una senda peatonal que une las urbanizaciones de Montegolf y La Cornisa con el municipio de A Coruña, concretamente con la zona en la que se encuentran las viviendas de O Carón.

La nueva senda tiene una longitud cercana a los 300 metros y supone una inversión de 150.000 euros. Esta obra resuelve parte de un histórico problema que los vecinos del entorno han padecido durante décadas. «Toda la vida hemos tenido que caminar por la hierba, y cuando estaba muy alta, no nos quedaba otra que avanzar por el asfalto», señala uno

de los vecinos de Montegolf.

Entre esta urbanización y La Cornisa suman alrededor de 500 residentes. «Estábamos sin autobús, lo que nos obligaba a bajar en O Carón (en el término municipal de A Coruña) y caminar cerca de un kilómetro para llegar a nuestras casas sin aceras», indica. Tras los oportunos expedientes de expropiación, el Concello de Arteixo acometió esta obra tan demandada, si bien quedan otros 300 metros en la parte herculina para completar el enlace pedestre. «Incluso desde la asociación de vecinos de A Zapateira nos hemos puesto varias veces en contacto con el Ayuntamiento de A Coruña para que concluya su parte», añade el vecino. El nuevo trazado tiene una anchura considerable y está dotado con balizas de iluminación que hacen el camino mucho más

seguro en esta vía por la que se ven obligados a pasar a diario los residentes de ambas urbanizaciones. «Tras haber conseguido que el bus urbano de A Coruña ofrezca servicio a la zona de Montegolf, vimos que era necesario mejorar las conexiones peatonales. Con la finalización de esta senda peatonal de 300 metros de longitud, creo que damos respuesta a esa necesidad», explica el alcalde Carlos Calvelo.

Los ayuntamientos de Arteixo y A Coruña mantuvieron reuniones de carácter técnico el año pasado en las que en María Pita expresaron su voluntad de continuar esta senda en la parte herculina hasta conectar con las primeras viviendas de A Zapateira ya en A Coruña, concretamente en la urbanización O Carón.

A Coruña estudia la regulación de viviendas de uso turístico

El Gobierno local va a constituir una mesa sectorial para abordar en el primer semestre con entidades, propietarios y vecinos la regulación de las viviendas de uso turístico (VUT) de la ciudad, que a fecha de 1 de enero son 713, según el Registro de Empresas y Actividades Turísticas (REAT) de la Xunta. El Ejecutivo está elaborando un censo "real" de este tipo de alojamientos y tras consultar la situación de estos pisos con los sectores afectados determinará una serie de "medidas regulatorias" a través de cambios en el plan general, que de momento no concreta. La regulación específica de las VUT forma parte del pacto en materia de vivienda al que llegaron el Gobierno local y el grupo municipal de Marea Atlántica a finales de 2021.

El verano pasado, cuando estos pisos superaron la cifra de 650 en la ciudad y experimentaron un aumento del 22% en el periodo de un año, el Ayuntamiento descartó su ordenación, al considerar que "no suponen una amenaza para el sector turístico del municipio" por no superar un tercio de las camas turísticas totales. Pero el Ejecutivo cambió de postura después y aseguró que sí estudiaría la regulación de las VUT aunque la competencia sea de la Xunta. El Concello admite que en la actualidad existe "interés" en seguir la "evolución" del mercado de estos alojamientos y la "tendencia" de su actividad, si bien apuntan que la "presión" que soporta A Coruña es inferior a la que tienen otras localidades turísticas como Santiago o Sanxenxo en Galicia o Madrid y Barcelona. El Ayuntamiento no detalla por ahora qué sectores concretos integrarán la mesa en la que se acordarán las medidas que regularán los pisos turísticos de la ciudad ni los cambios urbanísticos que sean necesarios implantar, aunque asegura que será una "mesa plural".

Si eres agencia o comercial de publicidad y te interesa trabajar con nosotros, te enviaremos información y condiciones de nuestro periódico As Mariñas.

El periódico que está todos los meses cerca de ti, con noticias de tu ciudad e información de interés.

As Mariñas
tu periódico comarcal

Infórmate llamando al 981 638 680 / info@verdemarediciones.com

Faraldo repetirá como cabeza de lista del PSdeG-PSOE de Miño

Miño.

La asamblea del PSdeG-PSOE de Miño celebrada en días pasados apoyó la propuesta del actual alcalde de repetir como cabeza de lista en las próximas elecciones locales de mayo. Manuel Vázquez Faraldo, que en 2019 logró, además de ser el alcalde más votado de la historia de Miño, una abrumadora mayoría de 9 concejales de los 13 de la Corporación, y así, llevar a los socialistas al gobierno de Miño por primera vez desde 1936. Faraldo expuso un resumen de las actuaciones llevadas a cabo por su gobierno en estos casi cuatro años y a continuación desglosó varios proyectos ya iniciados y otros previstos para la siguiente legislatura.

Empezando por saldar las deudas con los expropiados, la renegociación de los préstamos con Hacienda, la apertura del Centro de Día y multitud de medidas sociales; y siguiendo con la aprobación de ordenanzas muy necesarias como la de playas, talas o venta ambulante, la creación de zonas verdes como la Fraga do Xarío o las sendas dos Sentidos, dos Muiños do Xarío y do Río Medio, la celebración de nuevos eventos deportivos y culturales, la ampliación y mejora de las redes de saneamiento, abastecimiento y red viaria, la importante mejora en la gestión de las playas y las contrataciones de temporada, la mejora y acondicionamiento de edificios públicos, nuevas instalaciones para el Club Náutico y nuevo césped para el campo de fútbol, la constitución de las mesas locales de Seguridad y contra la Violencia de Género, las doce viviendas de alquiler social y sobre todo, reduciendo la conflictividad.

El alcalde, Manuel Vázquez Faraldo, junto a varios ediles comprobaron el estado de los trabajos acompañados por directivos de la empresa que realiza la obra y miembros de la directiva del Club Deportivo Náutico de Miño

Reforma y ampliación del Club Náutico en Miño

Miño.

El Concello de Miño avanza con buen ritmo en su proyecto de reforma y ampliación del Club Náutico, el cual permitirá la ampliación del gimnasio, la redistribución de los espacios interiores y la remodelación del almacén de embarcaciones.

El alcalde, Manuel Vázquez Faraldo, visitó junto a diversos concejales el estado de los trabajos acompañado por responsables de la empresa constructora, el director de la obra y directivos del Club Deportivo Náutico de Miño.

La actuación, dotada con un presupuesto de 307.280,38 euros y cofinanciada por la Secretaría Xeral para o Deporte y el Concello, abarca en esta fase la finalización de la ampliación del edificio del gimnasio, cuya superficie superará

los 200 m2, la redistribución de los espacios interiores para conseguir nuevas zonas necesarias, entre las que se encuentran vestuarios y aseos accesibles, así como la re-

modelación del almacén de embarcaciones para crear una zona destinada a carga y descarga que servirá de unión entre los edificios dos ya existentes.



La Valedora inicia una investigación sobre la falta de acceso en varios parkings subterráneos

Ferrol.

La Valedora do Pobo ha admitido a trámite y ha iniciado las gestiones para dar respuesta a una queja respecto a las plazas de estacionamiento y a la circulación por el centro de la ciudad de las personas con movilidad reducida. Se ha requerido al Concello de Ferrol información sobre los aspectos indicados en la protesta, que atañen a la falta de ascensores en los aparcamientos subterráneos del barrio de A Magdalena; a la supresión de

plazas específicas en superficie (por obras o por el rodaje de la serie "Rapa") que no se reubicar en otros lugares, reduciendo los sitios en los que pueden aparcar las personas con autorización; a las dificultades para circular en zonas con terrazas ante una emergencia; o a las restricciones de acceso en áreas como el entorno de la plaza de Armas.

Los vecinos del centro afectados por la situación se pusieron en contacto con el Concello en octubre y, en diciembre, ante la falta

de soluciones, presentaron un escrito. Recurren ahora a la Valedora para evitar que se repitan los mismos problemas según avancen las obras en la calle de la Iglesia.

La principal protesta viene motivada por la inhabilitación de plazas que no se sustituyen por otras en lugares próximos. Indican que la ley autonómica de movilidad específica que cuando tienen que ser suprimidas las plazas por causas de fuerza mayor deben habilitarse otras en la misma cantidad y tiempo, de forma provisional. Aluden también a las obras de urbanización en la calle de la Iglesia, en los tramos entre San Diego y Méndez Núñez, donde, desde junio, está anulada una plaza que no ha sido restituida ni reubicada.

Afectados por las expropiaciones del plan de mejora de paradas de bus en Neda

Neda.

El Ayuntamiento de Neda asesorará en la elaboración de sus alegaciones a los vecinos y vecinas afectados por las expropiaciones previstas dentro del Plan de Mellora da Seguridade e Accesibilidade das paradas de autobús impulsado por la Xunta y que recoge 32 intervenciones en el concello. Así lo recordó el arquitecto municipal en la charla informativa llevada a cabo en la Casa das Palmeiras, a la que asistieron una decena de personas. Cabe recordar que el documento se encuentra hasta el próximo 13 de febrero, en fase de exposición pública. Durante la reunión, se les explicó a los presentes que durante la fase de elaboración del plan "a Xunta tan só trasladou ao Concello unha relación de localizacións de paradas de autobús sitas nos viais da rede autonómica, e que tiña acceso ao proxecto coa súa publicación no DOG, ao mesmo tempo que a propia veciñanza". Tras analizar el documento, el Consistorio constata la existencia de una treintena de propietarios de fincas limítrofes afectados (incluido el propio Concello), "así como a existencia de moitas dúbidas pola falta de concreción respecto de actuacións claves", apuntan desde el ejecutivo.

Entre dichas dudas se encuentra el importe individualizado que recibirá cada propietario de los terrenos afectados por las expropiaciones, que en su conjunto asciende a 114.233 euros. "Tamén o proceder no caso de ser preciso a reposición de muros e peches. Tampouco se facilita un documento específico para a presentación de alegacións, polo que é preciso recorrer ao modelo tipo para a administración de escritos á Xunta", lamentan desde el Ayuntamiento.



gratuito

as mariñas

tu periódico comarcal

distribución mensual y gratuita en

A Coruña - Abegondo - Arteixo - Bergondo - Betanzos - Cambre - Carral - Culleredo - Sada
Oleiros - Miño - Narón - Puentedeume y Ferrol

Anúnciate llamando al 981 638 680 (de 9:00h a 13:00h) 640 298 499

info@verdemarediciones.com

¡hazte ver!

Anúnciate en el periódico As Mariñas
¡Estamos en tu zona de influencia! No pierdas la oportunidad,
tus posibles clientes te verán durante todo el mes.

www.verdemarediciones.com

R&R Verdemar Ediciones



por Esther López Castro

O Entroido

Estimados lectores del periódico, As Mariñas: llega febrero con su siempre divertido carnaval, será mi poema en esta edición, dedicado a esa alegre fiesta tan celebrada en toda Galicia. Esta vez nuestra lengua natal será la que exprese la sensación que siempre me transmite esta divertida fiesta de jolgorio insaciable y deliciosa gastronomía.

Con el deseo de que este breve poema les haga sonreír.

O Entroido

Ven o Entroido e a súa festa con unha xolda total, con disfraces e charanga da comezo o carnaval, e trae ritmo de Samba.

Un desfile de carrozas leva as rúas a ledicia, nelas van fermosas mozas que son as raíñas dun día, e do seu reinado gozan.

Hai disfraces variados, algúns van de caramelo, coa transparente envoltura quérennos dar o camelo de que rebordan dozura. Vai de vermello unha nena, con longas trenzas lourianas, canta moi leda e sen pena sen ver que se achega o lobo.

Ten conta Carapuchiña!

Tule e satén nos vestidos con plumaxe de cor, será o conxunto atrevido para honrar ao rei da festa, que chaman Momo Maior e vai con coroa na testa.

Vai nun carro moi ergueito coa súa faciana de porco, leva ao pescozo colgada unha gran xerra de mosto e unha restrá de chourizos.

Para que non lle falte nada tamén leva o lacón posto. Na cociña ferve a ola có prato estrela do día.

Desprende un grato recendo ese manxar de ledicia, grelos e lacón cocendo con patacas e chourizos, tamén touciño e cachola e un rabo que riza o rizo.

Este xantar exquisito non precisa condimento, o único requisito, un bo prato de filloas será o mellor complemento. Hai orellas para poste, leva anís súa doce masa, douradas e con azucre vámolos comer sen taxa.

Remátase o Carnaval vaise enterrar a sardiña, tírase ao río ou o mar, non queda aquí nin a espiña desta grande bacanal.

Despídese aquí o Entroido festa leda e orixinal, dille adeus á nosa terra e xura non ter descoído, de hoxe un ano regresar. Marcha con moita morriña

Momo, rei do Carnaval!.



por Eva Vidal

Traumática experiencia

Hace unos días he terminado de leer un libro donde un familiar de una víctima de ETA narraba su traumática experiencia. Una experiencia que extiende sus tentáculos desde el mismo día en que su hermano murió brutalmente asesinado, hasta ahora mismo, casi cuarenta años más tarde. Su vida y la vida de toda su familia nunca volvió a ser la misma. Han tenido que acostumbrarse a vivir con el dolor persistente que nos provoca la pérdida de aquellos seres que el destino nos arrebató.

Como muy bien dice al comienzo de su narración, nadie, excepto ellos, recuerda ya hoy la muerte de la que para el resto del mundo sólo es una de tantas y tantas personas que perdieron sus vidas como consecuencia del sinsentido del terrorismo. Este tema, como ocurre tantas y tantas veces, ya no está “de moda”. Es sólo un fantasma desdibujado y diluído en la historia de un país que ahora está en otra onda: la onda del covid, de la crisis económica y la política cutre.

Para su desgracia, la única vida que se detuvo por y para siempre aquella madrugada triste y lluviosa fue la suya y son ellos los únicos que no han conseguido arrancar de su cabeza y su alma aquel espéptico instante que les rompió en pedazos cuando al sonar el teléfono el mundo entero se hundió bajo sus pies. Luego lo que tenía que venir: visitas de dignas autoridades, funeral de estado, medallas póstumas y la promesa, nunca cumplida, de hacer por ellos todo lo que necesitasen a partir de entonces.

Afortunadamente ya no hay atentados terroristas en España. Bueno, quiero decir atentados de la banda terrorista de nombre en siglas, claro. Yo no sé si es verdad que se dejase de matar, o simplemente lo decidieron ellos solos cuando vieron que a pesar de seguir dejando mares de sangre en las calles de nuestro país no conseguirían nunca ver doblegada y rendida a una sociedad como la nuestra, herida en el alma pero firme y contundente frente a su gatillo fácil. Habíamos perdido a muchos de los nuestros, pero eso nunca hizo que bajásemos los brazos y les permitiésemos hacer lo que querían con un país que era de todos y no sólo de unos pocos descerebrados que querían imponernos a golpe de dolor su modo de entender la palabra “Patria” y

definirse así como los mejores y más sentidos vascos. A mí esa gente que define su identidad personal inflándose como un globo y dándose golpes en el pecho me produce un rechazo insoportable pero a pesar de ello no saldría jamás a la calle para unirme a movimiento alguno que les impidiese expresar su “particular” modo de sentirse ciudadano de cualquier lugar concreto de este país nuestro. Yo me siento serenamente gallega, honrada por la fortuna de nacer en una tierra verde, con fronteras en un mar bravo e imponentes montañas. Tierra de misterios y de la morriña de tantos que tuvieron que salir lejos buscándose el pan. Cada milímetro de esta Galicia mía me define como persona y como ciudadana, me enriquece, pero no me separa de nada ni de nadie simplemente porque haya nacido en otro lugar diferente al mío.

Inevitablemente, nunca dejamos de dar vueltas alrededor del sol ocurra lo que ocurra. Por eso, el tiempo ha pasado y muchos de los que en su momento empuñaron pistolas y explosivos, los del cobarde tiro en la sien, ya han cumplido sus condenas y, según está determinado en nuestras leyes penales, ese hecho, en principio, los convierte en individuos “socialmente rehabilitados”. Para lo que a ellos les conviene se acogen apresuradamente a la Legislación de la España de la que nada quieren saber. Vuelven a sus casas, al calor protector de sus familias y el mundo comienza de nuevo a caminar para ellos. Vuelven peinando alguna cana pero vuelven al fin y al cabo. Me pregunto si rehabilitación equivale en su complejo cerebro a arrepentimiento. Si los años de cárcel habrán conseguido ablandar sus corazones y lamentar el inmenso dolor que han dejado sus criminales actos en tantas y tantas familias. He leído en ese relato del que os hablo que, como el mundo es tan pequeño que prácticamente cabe en una de nuestras manos, a veces las víctimas se ven obligadas a convivir con los asesinos de sus familiares, sus nietos comparten colegio con

los suyos, visitan los mismos restaurantes y compran en los mismos centros comerciales.

He leído que, a veces incluso comparten el portal, las escaleras y el ascensor de sus hogares. Realmente aborrecible. Yo no sé si sería capaz de vivir de ese modo. Siempre he recordado la frase pronunciada por el ex ministro de Justicia Enrique Múgica cuando, tras dejar en el cementerio a su hermano víctima de ese sangriento ritual ideológico, dijo literalmente que él “ni perdonaba ni olvidaba”. Hoy lo entiendo perfectamente. No puedo ponerme en su lugar desde luego pero comparto esa frase fulminante y no se me ocurre ninguna otra mejor para aplicar en semejante situación.

Ello me hace replantearme muchas cosas que tenía como evidentes. Yo no sé si es rencor lo que queda en nuestro interior cuando nos arrebatan de un modo salvaje a alguien querido. Lo que sí puedo asegurarnos es que yo tampoco querría ni perdonar ni olvidar y que aborrezco a todos aquellos que utilizan la violencia para imponer sus ideas. Me revienta asumir que, simplemente por haber pasado encerrados unos años, tengamos que asumir que estos elementos se han convertido en seres humanos decentes y puedan andar por por ahí adelante disfrutando de los cumpleaños de sus familiares, o sentados alrededor de una bonita mesa en Nochebuena.

Creo, por ello, que es de justicia reconocer el mérito indescriptible de todas aquellas personas que han sido capaces ya no de perdonar desde luego, sino de simplemente convivir junto a quienes han destrozado sus vidas, sólo para que el resto de nosotros podamos seguir adelante sin llevar encima la cruel mochila de la amenaza terrorista y vivir en paz.

Gracias de corazón a cada uno de ellos.



El primer mes del año acaba con unas cifras de 64.147 matriculaciones, un 51,4% más respecto a enero de 2022

Las ventas de coches comienzan bien el 2023



Motor.

El mercado automovilístico español ha comenzado bien el año. En enero de 2023 las ventas de coches en España han alcanzado las 64.147 unidades. Una cantidad de automóviles nuevos matriculados que, si se compara con la registrada durante el mismo periodo de tiempo del año pasado, se traduce un importante crecimiento del 51,4%.

La patronal de fabricantes Anfac considera que este crecimiento hay que verlo en perspectiva, ya que esta subida se explica, en buena medida, por varios factores.

En primer lugar está el hecho de que en enero se han matriculado una buena parte de los vehículos comercializados en diciembre. Y en segundo lugar, debemos tener presente que en enero de 2022 se registraron menos automóviles de lo habitual debido a la crisis de stock que se estaba viviendo en los concesionarios a causa del desabastecimiento de chips y componentes.

Una crisis que, si bien sigue estando presente, se ha reducido

su impacto en la actividad.

Los coches más vendidos en España en enero de 2023

¿Cuáles han sido los modelos más destacados? Si echamos un vistazo al ranking de los 10 coches más vendidos en España durante enero nos llevaremos alguna sorpresa. Especialmente si lo comparamos con ediciones anteriores de este listado de entrega mensual.

Dacia Sandero

Dacia comienza el año por todo lo alto, posicionando su producto de referencia como el coche más vendido en España en enero.

Acabó segundo en 2022, pero este utilitario de bajo coste ha empezado el año con mucha fuerza. Su atractivo precio es uno de sus mayores alicientes, pero su éxito de ventas también obedece a que generación tras generación ha mejorado como producto.

Toyota C-HR

En segundo lugar está el Toyota C-HR que, a pesar de su condición de vehículo híbrido, se ha hecho con el

título de SUV más vendido en el territorio español, ganando posiciones respecto al año pasado, por lo que es de esperar que 2023 sea un buen año, ya que presentará una nueva generación en los próximos meses.

Seat Arona

Cerrando el podio, en tercera posición, tenemos al SEAT Arona. El modelo más vendido de Seat se mantiene en la parte alta de la lista de coches más populares entre los conductores españoles. El versátil todocamino se vende con motores de gasolina de hasta 150 CV y con una alternativa de GNC.

Peugeot 2008

A las puertas del podio se queda este modelo que se encuentra en un segmento clave del mercado (B SUV), presenta un diseño llamativo y su oferta de motores está bien equilibrada, incluyendo una versión eléctrica.

Toyota Corolla

En la parte media de la tabla se encuentran el Toyota Corolla que se quedó a las puertas del podio el año pasado, pero 2023 puede ser su año, puesto que ya ha empezado a venderse el modelo actualizado. Ha ganado potencia en sus dos motorizaciones y ha mejorado su apartado tecnológico.

FIAT 500

En la sexta posición aparece este coche, urbanita por excelencia y un habitual en la lista de los más vendidos, aupado sobre todo por el buen rendimiento comercial de sus versiones eléctricas. También se vende como microhíbrido.

Seat Ibiza

No podemos obviar la presencia del SEAT Ibiza con una destacable séptima posición. Su regreso al Top 10 ha generado mucho interés ya que no es tan habitual como antes verlo entre los 10 coches más vendidos mes a mes. A pesar de ello, es un utilitario de tamaño generoso, con espacio interior y muy versátil.

Dacia Duster

Doblete de Dacia en enero, consi-

guiendo el octavo puesto con un Duster que es una opción peculiar en el mercado. Se trata de un todocamino de coste muy ajustado, en su gama dispone de una variante de GLP e incluso es posible decantarse por una versión con tracción integral.

Cerrando la tabla aparecen el Hyundai Sportage en 9ª posición y el Toyota Yaris en 10ª.

El utilitario híbrido japonés ha quedado en el Top 10 mientras que su alternativa SUV, el Toyota Yaris Cross, está fuera.



La patronal de fabricantes Anfac considera que este crecimiento hay que verlo en perspectiva, ya que esta subida se explica, en buena medida, por varios factores.

Antes de volver a usarlo debes revisar varios elementos

¿Tu coche ha estado parado durante un tiempo?



Los frenos pierden sus propiedades con el tiempo. Lo hace cuando el coche lleva parado más de seis meses.

Motor.

Muchos propietarios deciden, por motivos diversos, dejar sus coches aparcados durante un periodo de tiempo elevado. La falta de uso prolongada puede afectar a diversos e importantes elementos del vehículo, que se deben revisar antes de volver a la carretera.

Para volver a poner en funcionamiento un coche que ha estado parado durante un tiempo considerable, habrá que llevar a cabo una serie de tareas y comprobaciones antes de intentar ponerlo en marcha nuevamente.

Tampoco hace falta mucho tiempo de inactividad para que ciertos elementos lo acusen. Para empezar, a partir de solo un mes, sobre todo en invierno, puede que el coche se quede sin batería.

Los neumáticos

Los neumáticos de nuestros coches, al no ser totalmente estancos, poco a poco van perdiendo algo de aire y presión. Lo primero que debemos hacer cuando vayamos a coger nuestro vehículo es comprobar la presión de las ruedas que nos recomienda el fabricante (no olvidemos comprobar también la rueda de repuesto).

Pasados tres meses sin movimiento, es posible que sufran una deformación de la que quizá no lleguen a recuperarse. Esta deformación del neumático se notará en marcha en forma de vibraciones. Si no desaparecen al cabo de unos pocos kilómetros, lo más seguro es que toque sustituirlos.

Si se prevé con antelación la falta de uso, se puede dejar el coche

apoyado encima de unos soportes para que las ruedas no descansen sobre el suelo, aunque es una solución bastante complicada y no al alcance de muchos. Otra buena idea es hinchar las ruedas entre uno y dos bares más de la presión indicada por el fabricante. Así, el neumático no se deformará tanto con el tiempo.

Frenos, de vital importancia

Lo primero es comprobar el líquido de frenos, y no solo cuando haya estado parado el coche, sino también cada cierto tiempo aunque esté en uso.

El líquido de frenos pierde sus propiedades con el tiempo. Lo hace cuando el coche lleva parado más de seis meses por regla general, aunque también depende de dónde haya estado parado.

Si el ambiente es húmedo, por ejemplo cerca del mar, los problemas pueden aparecer más rápido en todos los sistemas.

Comprobar los niveles de líquidos y de combustible

Se recomienda realizar una revisión del nivel del líquido refrigerante, del aceite del motor y el de la caja de cambios, además del líquido de frenos. Durante la comprobación, también es aconsejable fijarse en la existencia de una posible fuga de combustible que pueda haber dejado el depósito vacío.

Verificar las correas y su estado

Es recomendable revisar el estado de todas las correas o cadenas del vehículo, pues podrían haberse deteriorado considerablemente debido al periodo de inactividad.

La rotura de la correa de distribución puede ser fatal para el motor de un automóvil y su reparación es de las más costosas.

Como arrancar de nuevo

La inactividad en un vehículo suele ser sinónimo de problemas a la hora de arrancar, aunque no por esto debe convertirse en una norma. Por ello, a la hora de volver a poner en funcionamiento el motor de un coche que ha estado durante un tiempo parado tendremos que hacerlo de forma progresiva y sin forzar el arranque.

Si el arranque no es inmediato y tarda en poner en funcionamiento el sistema, forzarlo es lo menos recomendable. Realiza los intentos que sean necesarios y nunca

sobrepases los 5 segundos en cada uno de ellos, pues en caso contrario el motor de arranque del coche podría verse seriamente afectado.

Una vez hemos logrado poner en marcha el motor, es muy importante mantenerlo a ralentí durante 5 o 10 minutos, sin acelerar en ningún momento, para que coja temperatura y el aceite lubrique los distintos elementos móviles, sobre todo del motor.

Una vez transcurridos esos 5 o 10 minutos de espera, ya podremos iniciar la marcha con calma y despacio, sin acelerones ni subidas de revoluciones. Esto también servirá para detectar posibles vibraciones o problemas con los elementos ya citados.

Durante la marcha, habrá que fijarse en ruidos poco convencionales, sonidos metálicos o chirridos. Dependiendo de si se trata de una cosa u otra, deberemos prestar atención a diferentes elementos de nuestro automóvil.

En el caso de que notemos ruidos metálicos, es recomendable esperar unos minutos con el motor en marcha para ver si persisten. En caso afirmativo lo más aconsejable será llevar el coche al taller para que revisen en profundidad si alguna pieza ha sufrido un desgaste prematuro o está agarrada por el óxido.

Por el contrario, si el ruido que percibimos es similar a un chirrido es probable que se deba al desgaste en alguna de las correas del vehículo, por lo que también habrá que revisarlas individualmente para identificar cuál es su origen.



RADIADORES ANÍBAL

41 años
en el sector

LIMPIEZAS POR
ULTRASONIDO

especialistas en montaje de radiadores, catalizadores y flexibles



RADIADORES ANÍBAL no sólo se encarga de la reparación y revisión de todo tipo de radiadores y catalizadores (desde ciclomotores de cuatro ruedas, hasta vehículos de alta gama), sino que también se encargarán de la logística y transporte de las piezas hasta su propio taller.

RADIADORES
ANIBAL

Rúa Daimler, Parcela 101 B, nº 14
Pol. Ind. Espírito Santo, Cambre, La Coruña
Telf.: 981 77 27 01 / 606 41 85 63 / Fax.: 981 77 58 52
rad.anibal@gmail.com
www.radiadoresanibal.com

Además de vivir momentos destacados, el proveedor de recambios del vehículo industrial celebró el año pasado su 50 aniversario

Diesel Technic hace balance de un 2022 especial para la compañía

Motor Industrial.

Diesel Technic ha querido hacer balance de un 2022 «especialmente importante» para el proveedor de recambios de vehículo industrial. Además de muchos momentos destacados, la compañía celebró el año pasado su 50 aniversario en el mercado de la posventa. Desde su fundación en 1972, Diesel Technic ha realizado un fascinante viaje hasta convertirse en uno de los principales referentes para el sector en materia de piezas de reposición y es por ello que su sede central en Kirchdorf (Alemania) fue escenario de unas celebraciones en donde los empleados pudieron mostrar las instalaciones y sus puestos de trabajo a sus familias y vivir momentos muy entrañables.

El mérito de los 50 años de la compañía no es solo de sus 650 empleados, sino también de sus clientes.



«Ellos aprecian, además de la calidad garantizada, nuestra amplia gama de productos, especialmente para los modelos de camiones europeos más habituales. También son muy populares los recambios para semirremolques, autobuses y

furgonetas. DT Spare Parts y SIEGEL Automotive también han destacado entre las marcas incluidas en TecDoc, el líder de los catálogos electrónicos de recambios. Lo que ha dado como resultado que nuestras dos marcas hayan recibido el

galardón 'Premium Data Supplier', explican desde la alemana.

Un año más, su pareja de mecánicos «Parts Specialists» han mostrado en una serie de videotutoriales y desde el taller como se han de montar las piezas y mantener los equipos de los vehículos. Entre los temas más interesantes que han tratado estuvieron el sistema de frenado de las furgonetas, la correa de transmisión del motor y el sistema de suministro de aire comprimido. Gracias especialmente al interés alcanzado por muchos de sus vídeos, su canal de Youtube sobrepasó recientemente los dos millones de visualizaciones.

De profesionales del taller para profesionales del taller

Los usuarios de la Premium Shop, el programa de fidelización de la

marca DT Spare Parts para profesionales del taller, también han visto mejorado el proceso de recompensa de sus compras. Gracias a la nueva función de escaneo de los códigos de las etiquetas de los productos, el canje para acumular más coronas se ha simplificado. Y los más activos, es decir, los que consigan más de 5.000 coronas, serán invitados automáticamente a formar parte del Parts Specialists Club como recompensa. El club de profesionales del taller celebró también su primer aniversario en mayo de 2022, y ya cuenta con más de 400 miembros que se benefician de exclusivos regalos y concursos.

Carreras de camiones en la FIA ETRC

Uno de los momentos más especiales del año fueron los que vivieron los usuarios finales más afortunados durante los fines de semana en los que se celebraron carreras de camiones con la presencia de los Parts Specialists. Como en años anteriores, DT Spare Parts patrocinó al equipo SL Trucksport 30, cuyo piloto Sascha Lenz obtuvo la tercera posición en el FIA ETRC con su camión MAN.



TRUCKS

Sharing the Load

TU F-MAX CON 5 AÑOS DE GARANTÍA

Consigue tu camión Ford con hasta 5 años de garantía y sin límite de kilometraje. Compartimos la carga



www.fordtrucks.es

F-MAX

Himayma, s.l. Ctra. Nacional VI, Km. 582. Soñeiro - Sada. 15168 A Coruña
Telf.: 981 648 190. Fax: 981 648 187

El "New Big" de Ford Trucks

Es un proceso sencillo y relativamente económico si se cumple con todos los requisitos

Cómo obtener la pegatina medioambiental de la DGT

Motor.

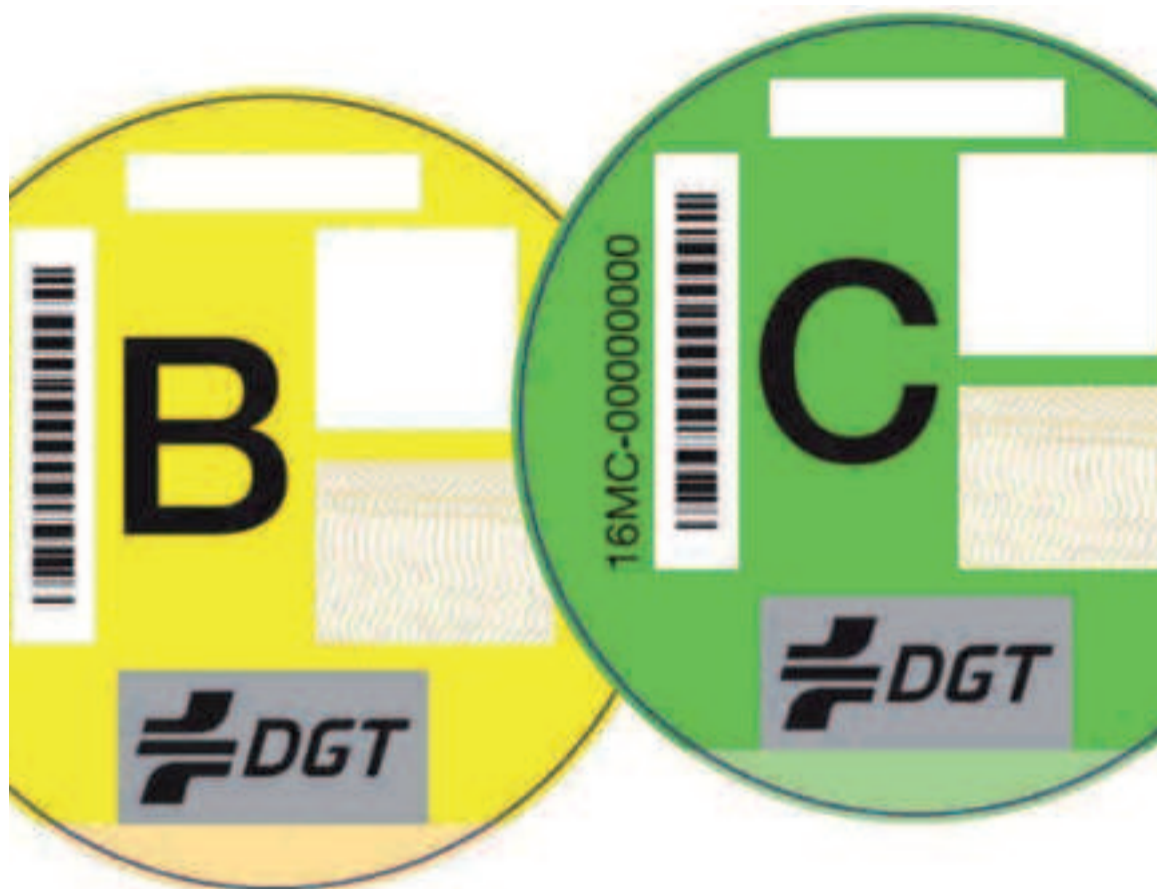
A partir del 1 de enero de 2023, todos los municipios de más de 50.000 habitantes deben disponer de su propia Zona de Bajas Emisiones (ZBE) en la que está restringido el acceso y la movilidad a determinados coches por su poder contaminante. Para ello, los ayuntamientos tomarán como referencia el distintivo ambiental, las famosas etiquetas de la DGT, pegado en el parabrisas.

Este distintivo ambiental, conocido como la pegatina de la DGT, sirve para clasificar los vehículos matriculados en función de sus emisiones contaminantes. Estos vehículos pueden ser A (sin etiqueta), B, C, ECO o 0 y esto determinará si pueden acceder a las zonas restringidas por cuestiones medioambientales.

Cómo saber qué pegatina medioambiental le corresponde a mi vehículo

Para consultar si un vehículo cumple los requisitos para obtener algún tipo de distintivo ambiental, hay que entrar en la Sede Electrónica de la DGT e introducir la matrícula del coche en el buscador. A continuación, se debe pulsar sobre el botón de "Consultar". Es ahí cuando aparecerá la etiqueta ambiental correspondiente.

Además en las páginas web de muchos de los establecimientos que proporcionan las pegatinas se incluye un buscador en el que, al insertar la matrícula, te indica qué pegatina medioambiental le corresponde al vehículo.



La etiqueta medioambiental también se puede obtener a través de internet en el caso de que no quieras o no puedas desplazarte a uno de los lugares mencionados anteriormente.

Lugares físicos en los que conseguir la pegatina de la DGT

Una vez se compruebe si un vehículo tiene derecho o no a un distintivo ambiental, hay que proceder a su adquisición. La manera más sencilla de hacerlo es a través de una oficina de Correos, donde tan solo hay que presentar la documentación del vehículo y el DNI del titular o de alguien autorizado.

No obstante, Tráfico también colabora con otras entidades para la compra de las pegatinas:

• Gestores Administrativos

• Instituto de Estudios, Automoción (IDEAUTO)

• Red de talleres de la Confederación Española de talleres (CETRAA) y otras redes autorizadas.

• Asociación Ganvam, pero solo para flotas.

La emisión de la etiqueta de cada distintivo tiene un coste de 5 euros, sin tener en cuenta los gastos de envío y otros conceptos que pueden hacer que su precio varíe.

Lugares online en los que conseguir la pegatina de la DGT

La etiqueta medioambiental también se puede obtener a través de internet en el caso de que no quieras o no puedas desplazarte a uno de los lugares mencionados anteriormente.

El modo más sencillo y seguro es en Correos Market, la tienda online de dicho organismo. Para solicitarlo, tendrás que enviar una

imagen clara de la siguiente documentación:

Permiso de circulación del vehículo para el que se solicita el distintivo

Documento de identidad del titular del vehículo o la persona autorizada que solicita el distintivo

Una vez realizado el pedido, que tiene un coste de 5 euros más gastos de envío, recibirás tu pegatina de la DGT en un plazo aproximado de cinco días.

También es posible comprarla en otros establecimientos online de Internet, destacando entre ellos Amazon. En este caso, una vez realizado el pedido, hay que contactar con el vendedor para darle el número de matrícula y así recibir la etiqueta medioambiental asignada a dicho vehículo. El precio es de 5,50 euros más 5 euros de gastos de envío.

Otro medio autorizado es la web pegatinas-dgt.com, en la que también debes aportar la documentación personal y del vehículo para recibir el envío. En este caso, el coste es de 6,50 euros.



 pintura	 carpintería	 muebles a medida	 baños	 cocinas	 pladur
 instalación de redes	 fontanería	 rotulación / señalética	 albañería	 electricidad	 mantenimiento comunidades

Servicios Integrales
vglobal@verdemarediciones.com

VERDEMAR GLOBAL, S.L.
Polígono del Temple - Calle Barcala Nave 7 - 15679 Cambre, Teléfonos: 981 638 680 / 609 839 385

El ser humano desde ese punto de vista y partiendo de ahí, se encuentra solo, tremendamente solo

Ser...

Por Luisa Aguado.



Hoy en día la ansiedad instalada en nuestra sociedad basada en el tener, y no en el Ser, (algo más intangible) nos está llevando a la destrucción como seres humanos.

Las empresas basadas en este sistema se encargan de ofrecernos día y noche productos nuevos o similares a los anteriores que teníamos, haciéndonos creer que nos harán plenamente felices y nuestra vida cambiará.

Los productos a bajo coste están, hechos con el trabajo intensivo y a veces explotado a miles de km de distancia con lo cual nos sentimos "libres de culpa" y dispuestos a consumir pues hay otras manos que trabajan para nosotros; mano de obra barata que les permite sobrevivir, pero no prosperar.

Ahora yo digo, la capacidad de avanzar de un ser humano con su deseo, su intención y su mente bien alineados es insuperable. Cuando hablan de la India como ejemplo millones de personas, castas, espiritualidad y mucho más donde, qué paradoja, Silicon Valley está decidido a contratar ingenieros indios para sus empresas porque son los mejores, efectivos y más rápidos.

El deseo de los países en vías de

desarrollo, superará con creces el de los países desarrollados. Estos últimos buscan la manera de continuar prosperando, de seguir creciendo, cuando sus estrategias en la actualidad están obsoletas.

Ya no sirve, señores comprar, vender, consumir. Esto caducó, hay demasiada contaminación, demasiado agotamiento de recursos. El aire, el viento y el mar que nos pertenecen y nos alinean con la vida, han desaparecido de las ciudades. Podemos desarrollar la cultura y el arte. La mano creadora del ser humano buscando trascender a través de su obra es un generador de vida y una conexión eterna con el espíritu.

Pero, estamos atrapados, nos estamos agotando. Las pandemias, crisis y demás nos están hablando de la realidad

Ya no podemos seguir viviendo como antes. Ya no podemos aceptar que la riqueza se alinee en 20 manos y la pobreza en 200 Millones. Tenemos que saber ver la realidad y ser más sencillos y más humildes.

El tener en vez del ser nos han hecho arrogantes, dominadores del mundo creyéndonos dioses y despreciando la tierra bajo nuestros pies. Nos hemos dedicado a alabar los placeres terrenales, agarrarlos,

encerrarlos en una vitrina de plata y alabarlos como un belcebú.

El ser humano desde ese punto de vista y partiendo de ahí, se encuentra solo, tremendamente solo. Sigue caminando con un vacío irrespirable, nada le calma, tampoco y a veces ni siquiera una pareja. Esa desconexión plena con la vida consiste en volver a empoderar nuestro ser frente al mundo. Escucharnos, admirar el despertar de un nuevo día o la reflexión pausada de nuestro ser. El alma humana es Universal, quiero decir forma un todo y todos nosotros formamos parte de ella. Si no caminamos en unión, la transformación hacia la felicidad será mucho más costosa.

Démonos una oportunidad, el verdadero placer del mundo está en el respeto a nosotros y a la vida... El espíritu universal está deseando nuestra transformación...

¡Escuchémoslo! y vayamos hacia adelante.

El ser humano desde ese punto de vista y partiendo de ahí, se encuentra solo, tremendamente solo.





En todos los pasos del proceso seguimos estrictos controles de calidad

Ventanas de PVC: La mejor solución para ahorrar y reducir el consumo energético

Leroy Merlin.

¿Pensando en cambiar las ventanas?. ¿Has pensado hacerte con una ventana de PVC en tu tienda LEROY MERLIN? ¿Sabías que la fabricamos cuidando al máximo cada detalle? Tanto si la escoges con medida estándar como si nos la encargas a medida. Las ventanas de PVC mejoran el aislamiento de la vivienda, reducen la factura energética, ya que son más herméticas; y crean espacios más confortables y saludables.

Ventanas a medida: características y beneficios:

En LEROY MERLIN contamos el sistema de perfilera VEKA, que nos aporta altos niveles de calidad, trabajando espesores de 70, 72 y 76mm, con cámaras de aislamiento en marco y hoja, incluso un refuerzo interior perimetral de acero, aportando **ESTABILIDAD** y **RESISTENCIA**.

El **ACRISTALAMIENTO** es la parte más débil de la envolvente de un edificio, por lo que gracias a nuestros vidrios **BAJO-EMISIVOS** reducimos notablemente la pérdida del calor generada por la calefacción.

Con el **HERRAJE** semiperimetral, cerraderos de seguridad y un sistema de microventilación nos aseguramos el **HERMETISMO** y la **SEGURIDAD** de la ventana. Además de oscurecer las habitaciones, las **PERSIANAS** también contribuyen a mejorar el **AISLAMIENTO**, tanto los cajones de PVC como las lamas de aluminio contienen aislante en el interior.

TE ASESORAMOS:

Desde la tienda un vendedor especialista te ayudará a elegir tus ventanas, escogiendo lo más conveniente para tu caso particular. Te explicará como funciona nuestro servicio de fabricación e instalación.

TOMAMOS LAS MEDIDAS Y HACEMOS EL PRESUPUESTO:

Si se contrata el servicio de instalación, un instalador profesional irá a la vivienda a tomar las medidas para confeccionar un presupuesto exacto y detallado.

INSTALAMOS TUS VENTANAS:

Si se contrata el proyecto, cuando las ventanas estén fabricadas el instalador se pondrá en contacto



Lo hacemos por ti: cambiamos tus ventanas.

*Para más información
no dudes en venir a
consultar a nuestros profesionales
que te asesorarán en todo.*



**Cambia tus ventanas
y cerramientos**

Compra mínima: 3.000€

Descuento aplicable a:

Ventanas, balconeras, cerramientos a medida,
puertas de garaje

para acordar la fecha de instalación. Se incluye desmontaje de las antiguas ventanas y retirada de las mismas al punto limpio.

Presupuesto inicial de manera inmediata:

Si se aportan las medidas del hueco de la ventana (ANCHO X LARGO) en la primera visita a tienda, el vendedor podrá realizar de manera inmediata un presupuesto que no distará del posterior a la medición del instalador.

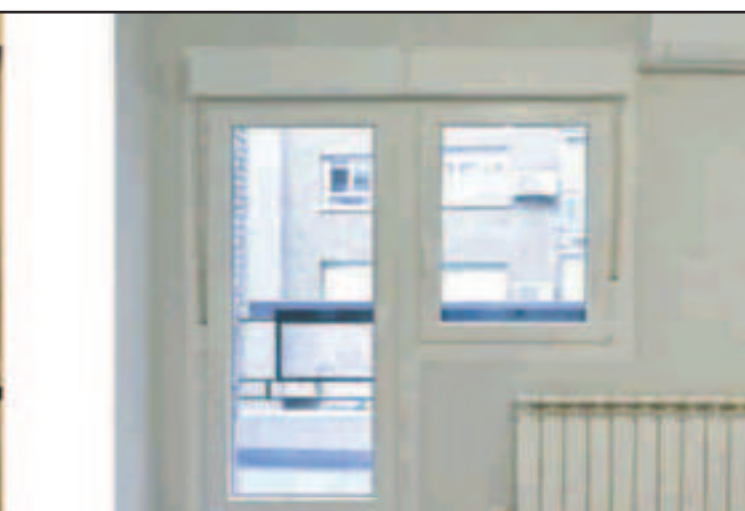
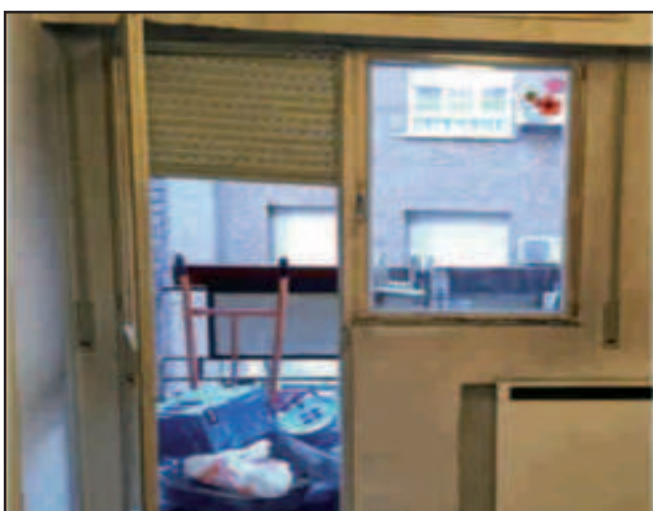
*En LEROY MERLIN
también te damos el
7% en cheque reembolso
gracias a nuestro PACK
RENEVA y un 3%
trimestral por ser socio.
Si estás pensando en
cambiar tus ventanas no
dudes en pasar por la
tienda y solicitar un
presupuesto.*

Ayudas Fondo Next Generation:

Para la obtención de las ayudas las mejoras deben originar al menos un ahorro del 30% del consumo de energía, una reducción del 7% de la demanda energética global de calefacción o refrigeración y deben cambiarse todas las ventanas de la vivienda.

Se puede conseguir una subvención de hasta el 40% del coste de la reforma, con un máximo de 3.000 euros.

*Antes y después
del cambio de la reforma.*



Antes y después del cambio de la reforma.

El cuarto de baño es un espacio que utilizamos en el día a día para llevar a cabo todas las acciones de aseo personal

Elegir una mampara de ducha

Redacción.

Su carácter funcional hace que precise de una buena organización de los espacios para que nuestras rutinas diarias se lleven a cabo de un modo más eficiente.

- Mampara abatible, tiene puertas que se accionan sobre un eje o viene con bisagras.
- Mampara plegable, las puertas se pliegan sobre sí mismas.
- Mampara fija o abierta, sin puerta que manipular.

Mamparas de puertas correderas

Cambiar la bañera por un plato de ducha con mamparas, otorga mayor amplitud al espacio. Además la mampara protege de salpicaduras, es decir, evita que el agua se salga de la zona de la ducha y, a la vez, decora con su diseño. Otra de sus características principales es la de ofrecer seguridad y confort con una estructura estable, creando un ambiente cálido en el interior del plato de ducha. A la hora de elegir una mampara hay que tener en cuenta varios factores: el tamaño del cuarto de baño, la ubicación del plato de ducha, la distribución de los diferentes elementos del aseo, tanto funcionales como decorativos y las personas viven en la casa, su edad y su nivel de movilidad.

Entre las principales ventajas de las mamparas con puertas correderas encontramos la optimización del espacio. En un baño pequeño dejarán el espacio suficiente para el resto del mobiliario y los diversos útiles. Esto también conlleva a un mejor aislamiento, ya que las puertas están en contacto directo, y es más fácil sellar las conexiones entre puertas y láminas de la mampara, para que no salga agua.

En cuanto a sus desventajas, hay que tener en cuenta que la apertura es más compleja, ya que lleva unas guías que conectan las puertas con las láminas sobre las que se recogen, y esto puede conllevar a un desgaste más rápido.

Mamparas de puertas abatibles

El sistema de apertura de la mampara es una de sus características principales, y en función de ésta se pueden clasificar en:

En cuanto a las puertas abatibles, encontramos ventajas como la comodidad de acceso y la limpieza. Es mucho más fácil limpiar el inte-

- Mampara corredera, se desliza sobre carriles o una guía.



rior de las puertas y del resto de la mampara, ya que la apertura de las puertas se realiza en un ángulo hacia la parte exterior de la ducha y toda la estructura queda a nuestro alcance para una limpieza más cómoda. También, son más resistentes al deterioro, ya que el mecanismo de apertura y cierre de las puertas es mucho más sencillo. Sin embargo, son menos herméticas, ya que los espacios donde se encuentran los mecanismos que realizan la apertura de la ducha, no se pueden aislar completamente.

Frontales de ducha plegables

Aunque las dos ayudan a aprovechar los espacios pequeños, la apertura corredera es más versátil y más duradera que la plegable. No obstante, las mamparas de ducha frontales plegables cada vez se diseñan más ligeras, para que sean minimalistas y fáciles

de limpiar. El espacio de entrada es importante. Cuando hay personas mayores o de movilidad reducida, es bueno que el espacio sea amplio y no haya resaltes. Los carriles de las mamparas de ducha correderas pueden hacerles tropezar.

Paneles fijos

Las mamparas fijas son simplemente un vidrio o más en posición fija, sin movimiento. Este tipo de mampara es ideal si tienes un plato de ducha amplio y no quieres tener puertas.

¿Cómo elegir una u otra?

Fundamentalmente lo que condiciona qué tipo de apertura elegir será el tamaño y la distribución del baño. Si cuentas con un baño amplio, las duchas con mamparas de puertas abatibles son una buena opción, ya que te darán una mayor

comodidad para entrar y salir; son adecuadas para personas con problemas de movilidad.

Si no puedes garantizar un espacio de entrada a la ducha de al menos un metro de ancho es más recomendable una apertura plegable o de corredera.

Antiguamente tanto correderas como plegables iban más recargadas de perfilería, lo que podía mermar la agilidad de apertura con los años, pero ahora se fabrican con diseños más minimalistas y modernos. Las duchas con mampara de puerta corredera son ideales para los baños que tienen muy poco espacio, ya que solo ocupan el espacio del plato de ducha, sin invadir ni un solo centímetro del resto del baño.

Las mamparas de panel fijo son una muy buena opción en baños pequeños, ya que no ocupan espacio ni restan luz, pero debes asegurarte de que puedes acceder de manera cómoda al plato de ducha.



En todos los casos hay que procurar una entrada cómoda a la ducha.





MAMPAPLUS
MAMPARAS DE DUCHA Y TENDALES A MEDIDA

www.mampaplus.es

Av. Finisterre 164, A Coruña
981 145 528

Av. Rutis 1, Culleredo
981 109 050



Son un accesorio imprescindible en nuestra rutina diaria de cuidado personal

¿Sabes cuántas bacterias puede acumular tu cepillo de dientes?



Redacción.

El cepillo de dientes es indispensable de nuestra higiene bucal. Lo usamos cada día, varias veces, pero, ¿le prestamos la atención que se merece? “Esta es muy buena pregunta dado que el cepillo es sin duda la herramienta fundamental para proteger la salud de nuestros dientes y encías. Y en mi opinión, creo que la respuesta es no. Me baso en el hecho de que, a pesar de que el 65% de los españoles confirma que le preocupa su salud oral (Libro Blanco de la Salud Bucodental publicado por la Fundación Dental Española en 2020), nuestros estudios nos indican que el cambio de cabezal de los cepillos eléctricos (que ya usa el 38% de la población, según el propio Libro Blanco) no se realiza con la frecuencia debida. Así, un 50% de los usuarios de cepillo eléctrico nunca compra recambios. En conclusión, aunque nos preocupamos por nuestra salud oral, quizá no cuidamos ni prestamos la atención suficiente al mejor aliado que tenemos para protegerla, el cepillo

de dientes, sobre todo el eléctrico”, comenta el doctor Ángel Alcaide Raya, responsable de relaciones científicas y profesionales de Oral-B en España y Portugal.

Y tenemos que partir de una idea básica: nuestro cepillo de dientes está muy expuesto, sufre un deterioro con cada uso y puede contaminarse después de la exposición a los gérmenes que se encuentran en nuestros baños y las bacterias que están en nuestra boca. De hecho, sabemos que acumulan microorganismos que podrían causar enfermedades. Desde Doop Toothbrush, han recopilado algunos datos interesantes sobre la presencia de bacterias en nuestros cepillos de dientes y cómo contribuyen a la transmisión de enfermedades.

10 millones de bacterias en cada cepillo de dientes

La cifra es, cuando menos, llamativa. Y se basa en los datos extraídos de un estudio reciente de la Universidad de Manchester, que ha demostrado que los cepillos de dientes pueden acumular más de

10 millones de bacterias, más que las que se encuentran en el asiento de un inodoro o en el suelo de un baño público. Estos resultados también han sido respaldados por una investigación que se realizó en 2011, que encontró bacterias como *Streptococcus mutans*, *Staphylococcus aureus*, *Pseudomonas*, *Lactobacillus*, *Klebsiella*, especies de *Candida* y *E. coli* en cepillos de dientes usados guardados en cuartos de baño. Lo cual es preocupante, porque estas bacterias son las responsables de provocar problemas que van desde caries a neumonía, pasando por infecciones cutáneas y fúngicas, problemas estomacales y diarreas, entre otras enfermedades.

“El cepillo de dientes entra en contacto con gran cantidad de microorganismos de la boca, y aunque tratemos de seguir las instrucciones indicadas anteriormente, entre los filamentos pueden permanecer algunas colonias bacterianas. Por esto es muy importante insistir en el mensaje de que los cepillos de dientes deben siempre limpiarse tras su uso, mantenerse siempre en lugares limpios y nunca compartirlos con nadie; ni siquiera entre miembros de la propia familia”, comenta el doctor Alcaide.

Es una evidencia que cuanto más uses tu cepillo de dientes, más sucio estará. Y es que la contaminación del cepillo de dientes comienza desde el primer uso y va aumentando con el tiempo. Las bacterias se van acumulando, algunas en el mismo proceso de cepillado y otras procedentes del entorno de nuestro cuarto de baño.

Por esta razón, es muy importante reemplazar regularmente el cepillo de dientes o su cabezal en el caso de que utilices un cepillo eléctrico.

Se pueden determinar qué problemas de salud oral puede sufrir en el futuro y qué tratamientos serán los más efectivos en cada caso

¿Puede la genética prever los problemas de salud dental que puedes llegar a tener?



Redacción.

“La medicina genética es el futuro”. Así de contundente se muestra el doctor Renzo Bellini, director gerente de la Clínica Dental Triana. Y hay que tener en cuenta que no habla de un futuro lejano, pues su equipo ya está llevando a cabo tratamientos bucodentales basados en los perfiles genéticos. Únicamente necesitan una muestra de saliva, que se envía a un laboratorio y en tan solo unas tres semanas ya tienen un perfil genético del paciente con el que determinar qué problemas de salud oral puede sufrir en el futuro y qué tratamientos serán los más efectivos en su caso. “Con la medicina personalizada se puede determinar el riesgo de enfermedades importantes y la reacción de tu cuerpo a los distintos fármacos, teniendo una guía de incalculable valor para evitar enfermedades y prescribir el mejor tratamiento y la dosis adecuada para ti, minimizando la posibilidad de reacciones adversas”, detalla. Es decir, “nos permite ir por delante de la enfermedad”, añade. “Prevenir la aparición de estos problemas es clave para la salud en general de los pacientes, pues sabemos que la boca es, a menudo, un reflejo de lo que sucede en el resto del organismo. Por eso, el mejor tratamiento bucodental es el que no tenemos que llegar a realizar”, matiza. Hemos hablado con el experto sobre esta técnica llamada a revolucionar la salud bucodental.

¿Cómo puede ayudarnos la genética a cuidar de nuestra salud bucodental?

La genética nos aporta gran cantidad de información valiosa sobre nosotros mismos. Sobre la presencia o no de determinados rasgos o mutaciones genéticas que orientan acerca de la predisposición que tenemos a sufrir determinadas enfermedades y, en consecuencia, ser más certeros en el diagnóstico, prevención y, en su caso, tratamiento de las posibles alteraciones tanto bucales como de salud general. ¿Puede darnos pistas de si vamos a padecer determinados problemas de salud bucodental en el futuro y, de esta forma, anticiparnos a ellos con medidas de prevención?

Siendo precisos, lo que nos da es el grado de predisposición que tiene una persona a desarrollar determinados problemas de salud bucodental y general. Por supuesto, el objetivo es anticiparnos a la aparición de dichas enfermedades y que nunca lleguen a manifestarse, o que sea en su forma más leve posible, controlando los factores ambientales que condicionan su comienzo.

¿La aplicación de la terapia genética en la salud bucodental es ya una realidad?

Sí, en realidad, gracias al manejo de datos de líneas familiares, nosotros ya llevamos años acercándonos a este concepto, valorando la predisposición heredada según el conocimiento que tenemos de progenitores y familiares. Pero claro, esto sólo es posible con cuestionarios familiares completos y seguimiento familiar integral.

ROBUR
CLÍNICA DENTAL

- ODONTOLÓGIA GENERAL
- ORTODONCIA
- ODONTOPEDIATRÍA • PERIODONCIA
- CIRUGÍA
- IMPLANTOLOGÍA • ESTÉTICA DENTAL

*! tu sonrisa,
es lo que más
nos importa!*

Federico Tapia: 981 151 239

Elviña: 981 281 452

Ventorrillo: 981 273 566

Narón: 981 381 911

Santiago: 981 572 568

Deportivo 1 - Mérida 0

Más de 20.000 espectadores acudieron a Riazor

Hubo que esperar al minuto noventa y cuatro para lograr la victoria



Redacción.

Cuando los más de veinte mil aficionados que acudieron a Riazor pensaban que se iban con un solo punto, la alegría llegó en el 94, un minuto antes de terminar el partido, llegó de penalti cometido sobre Peke, un jugador que está disponiendo de muy poco minutos y anotado por Quiles que ya suma diez goles.

Cano apostó de salida por el mismo que equipo que empató ante el San Fernando la semana pasada, repitió con Saverio de titular y Lebedenko en banda izquierda y una semana más banquillo para Soriano y cero minutos para Trilli.

El Deportivo llevó el peso con oportunidades de Quiles, Lucas, Villares pero el portero y la defensa del Mérida lo desbarataban y también ponían de los nervios a los asistentes a Riazor ya que tardaban en sacar de portería haciendo correr el reloj, de hecho el árbitro no con-



cedió añadido en la primera parte y parece que las tarjetas amarillas se las había dejado en el vestuario.

La segunda parte parecía que el Deportivo se echaba un poquito

atrás, Cano para evitarlo realizó cambios, quitó a Olabe y entro Soriano, sustituyó a Saverio por Svenssoon, a Lebedenko por un extremo como Peke.

Por momentos no se sabía que

sistema había, pero dentro de ese descontrol llegó la jugada en el 94 penalti a Peke, lo marca Quiles y da tres puntos permitiendo que el Deportivo se ponga a un punto del líder.

El Deportivo derrota al Athletic B y es líder en solitario

Un gol de Ainhoa en el primer tiempo y otro de Raquel, a cuatro minutos del final, sirvieron al Deportivo para derrotar al Athletic B, pobre en ataque, que estuvo al borde de puntuar en Abegondo gracias a un rocambolesco gol marcado en propia puerta por la portera local, Lucía. Las jugadoras dirigidas por Irene Ferreras se sitúan como lideresas en solitario tras el empate del Cáceres en el feudo del Espanyol y la derrota del Eibar, próximo rival de las herculinas, ante el Fundación Osasuna.

El primer tiempo tuvo pocas cosas. El Deportivo dominó, pero no fue capaz de crear ocasiones que le dieran ventaja. El Athletic B subió alguna vez al ataque, pero le faltaban jugadoras en el área rival, al traer un planteamiento conservador. Pese a lo señalado, las vizcaínas pudieron adelantarse gracias a una falta lateral que Estefa colocó al borde del área pequeña. El dominio deportivista se hizo efectivo a los 24 minutos en una de esas acciones de genio e ingenio de Ainhoa.



Gran labor de Antonio Outeiriño, Mario Pérez e Iñigo López-Pizarro

Miño, campeón de la liga juvenil gallega de Pitch&Putt 2022

Redacción.

Un nuevo éxito para la Academia de Golfácil Kiko Luna al proclamarse los juveniles del Club de Miño Campeón de la Liga Juvenil Gallega de Pitch&Putt 2022.

La gran labor que vienen realizando Antonio Outeiriño, Mario Pérez como profesor a la cabeza e Iñigo López-Pizarro, con los juveniles del club Miño, se ha visto recompensada con este importante premio a su trabajo. Es mérito de todos ellos este triunfo impensable hasta hace bien poco y un orgullo para el club que se alcancen estos éxitos.



Tras lograr 16 medallas en competiciones internacionales

Diego Calvo felicita a los mejores patinadores gallegos

Redacción.

Conselleiro de Presidencia, Xustiza e Deportes, Diego Calvo, recibió en un acto celebrado en Santiago de Compostela, a los patinadores y patinadoras gallegos que cosecharon grandes éxitos y que sitúan a Galicia como una potencia en este modalidad deportiva. En total, los deportistas lograron 11 oros, 1 plata y 4 bronce. Por este motivo, tanto Diego Calvo como el secretario general para el Deporte, José Ramón Lete, les agradeció las alegrías que dieron a la Comunidad y todo el esfuerzo que hicieron por lograr esos grandes éxitos. Asimismo, destacaron que de esas 16 medallas, diez fueron conseguidos en los Mundiales de Patinaje Artístico que se celebraron en Argentina el pasado mes de noviembre.

A la celebración, también acudieron el presidente de la Federación Española de Patinaje, Carmelo Paniagua, y la presidenta de la federación gallega, María Jesús Vázquez. En los World Skate Games de Argentina, los más destacados fueron estos cuatro deportistas coruñeses: Manuel Taibo, Lucas Yáñez, Jacobo Copa y Bruno Saavedra. El primero de ellos, Manu Taibo, perteneciente al SCD Ra-

badeira, consiguió cuatro medallas, siendo una de oro, una de plata y dos de bronce. El segundo más destacado fue Lucas Yáñez, patinador del CPA Maxia de Oleiros que logró un oro en la categoría júnior. Además, a este premio, sumó otro oro que logró en el Europeo Júnior que se celebró en Andorra. Por último, sobresalieron, en hockey patines, Bruno Saavedra y Jacobo Copa. Ambos jugaron con la selección española (Bruno con la sub-19 y Jacobo con la sub-17) y se hicieron con un bronce y un oro, respectivamente. A estos hitos, hay que sumarle el bronce que sumó el Club Patinaxe Artístico Gondomar en la modalidad de grupo show.

Junto a ellos, también destacó Jhoan Sebastián 'Chevi' Guzmán del Club de Patinaje Freestyle Vigo. El patinador, nacido en Venezuela pero afincado en Vigo, logró 7 oros internacionales (4 en el Campeonato de Europa de velocidad celebrado en Italia y 3 en el Mundial).

Al acto también asistieron el presidente de la Federación Española de Patinaje, Carmelo Paniagua, y la presidenta de la federación gallega, María Jesús Vázquez.

Esta última, como recordó el vicepresidente segundo, sigue el legado de Vicente Torres, fallecido en 2021 y que el año pasado recibió la Medalla del Mérito Deportivo de la Xunta a título póstumo.

En esta línea, Diego Calvo incidió en el trabajo llevado a cabo por la Federación Gallega de Patinaje desde la base para fomentar la afición por esta disciplina a las generaciones más jóvenes. En respuesta a ese nivel y a la entrega con la que los deportistas gallegos practican patinaje, la Xunta mantiene su compromiso con más de 1,8 millones de euros destinados a la federación gallega, a los clubes de patinaje y a los patinadores y patinadoras de la comunidad en ayudas a su actividad, a la dotación equipación y en patrocinios y eventos. La federación recibirá este año otros 62.000 euros para su actividad, en el marco de los 5 millones reservados a los convenios con las 59 entidades de este tipo en la comunidad. Este apoyo contribuyó al auge del patinaje que se sitúa en la actualidad en sus mejores cifras al superar las 5.000 licencias. Además, dos tercios son mujeres, lo que sitúa a este deporte como uno de los que más promueve la igualdad en el ámbito deportivo.

La Xunta refuerza la equipación deportiva de más de 800 entidades gallegas

El vicepresidente segundo y conselleiro de Presidencia, Xustiza e Deportes hizo entrega de parte del material deportivo del que fueron beneficiarias 57 entidades deportivas área de Santiago en la última convocatoria de la orden de ayudas para la adquisición de este material, lo que supuso una aportación de la Xunta de más de 270.000 euros. Solo en la ciudad compostelana el importe en equipación se acercó a los 86.000 euros entre los 19 clubes, sociedades anónimas y secciones deportivas beneficiarias, incluida también la Federación Gallega de Baloncesto, con sede en la urbe. Al acto también acudieron el secretario general para el Deporte, José Ramón Lete Lasa, y el delegado territorial de la Xunta en A Coruña, Gonzalo Trenor.

Estas aportaciones forman parte de la segunda convocatoria de subvenciones para la adquisición de equipaciones deportivas.

En toda Galicia, se trata de 714 entidades deportivas (18 federaciones y 696 clubes o secciones deportivas). Estas entidades se suman a las 97 ya beneficiarias de la primera convocatoria de estas ayudas por un importe

de 700.000 euros, de los que 490.000 euros corresponden a los clubes, sociedades y secciones deportivas y los 210.000 restantes a las federaciones. Por lo tanto, entre ambas órdenes, la inversión histórica de 4.600 euros permitió dotar del material necesario para garantizar la actividad y el funcionamiento de más de 800 entidades deportivas.

De las 714 entidades beneficiarias en la segunda convocatoria de las ayudas de equipación deportiva en el conjunto de la comunidad por casi 4 millones de euros, resultaron beneficiarios 696 clubes, sociedades y secciones deportivas.

Por provincias, 235 corresponden a la de A Coruña con 1,3 M euros vertidos en la compra de equipación, 94 en la de Lugo por 516.600 euros, 55 en la de Ourense por 295.200 euros y 312 en la de Pontevedra por más de 1,6 M euros. Además, también se beneficiaron de esta línea en su segunda convocatoria 18 federaciones deportivas en la comunidad: 5 en la provincia de A Coruña (4 de ellas en la ciudad de A Coruña junto con la Federación Galega de Baloncesto de Santiago) 4 en la de Ourense, de las que 3 están en la ciudad ourensana; y 8 en la provincia de Pontevedra, todas ellas en la ciudad viguesa.



Información Jurídica y Laboral

por Eduardo Lorenzo

Información Jurídica y Laboral

Sección dedicada a dar información jurídica bajo la dirección del abogado Eduardo Lorenzo, especializado en tema civil, penal, divorcios, accidentes de tráfico y laboral

Pueden enviarnos las preguntas o consultas que deseen formularle, al correo info@verdemarediciones.com

Dentro de los límites del espacio del que disponemos, todos los meses irá contestando sus dudas intentando de esta manera aconsejarles para buscar la mejor solución a los problemas que le vayan planteando

Su consulta jurídica y laboral ahora será gratuita, personalizada y confidencial



Redacción.

Consulta 1:

Gracias por darme la oportunidad de explicar mi caso. Resulta que estoy teniendo problemas con una reclamación a VODAFONE y necesito que me ayudéis pues me deben 511.56 euros de varios recibos por una contratación que mi esposa nunca llegó a realizar (no sabemos de dónde sacaron sus datos personales). Me dijeron que si pero ya llevábamos reclamando de mucho antes, siempre todo por teléfono, email y también través de atención al cliente y siempre dan la callada por respuesta, me indican que pondrán una reclamación conforme hemos llamado y que nos llamarán pero a día de hoy sigo esperando... Ya no me cobran más recibos pero quiero poder recuperar los que pagué sin tener contratado el servicio. Me dan la razón, día sí y día también, pero el dinero no llega.

Estimado lector

Entiendo que usted se refiere a una reclamación que ha planteado frente a la citada entidad, en virtud de la cual la compañía telefónica se compromete a abonarle la cantidad que me indica comprensivos de unos recibos cobrados de forma indebida, al parecer de una contratación que no ha llegado a efectuar. En estos casos, ante la pasividad e inoperatividad de los servicios de atención al cliente de las compañías de teléfono (común y de público conocimiento), lo más efectivo suele ser presentar una reclamación en la oficina del consumidor de nuestra provincia. Las compañías telefónicas están adheridas a los sistemas de arbitraje de consumo, y esto implica que lo que Consumo dictamine les obliga directamente. Ustedes, como usuarios, tendrán que acreditar su reclamación a consumo, con las cantidades que les deben y acreditar que ya intentaron un arreglo con Vodafone sin recibir

respuesta, por eso, nos resultaría necesario aportar las facturas o recibos (igualmente sirven extractos de movimientos bancarios si no disponemos del recibo), número de incidencias abiertas si disponemos, y todos los emails o sms que acrediten que la reclamación previamente se había puesto a su proveedor. El proceso es gratuito y no requiere abogado ni genera costes de ningún tipo. A tenor de su problema, parece la opción más adecuada para reclamar la cantidad indicada.

Atentamente.

Consulta 2:

Buenos días. Estoy separada y tengo la custodia de un niño de 10 años y su padre un régimen de visitas a su favor. Tenemos un convenio regulador de mutuo acuerdo que mi ex marido incumple constantemente, y cuando no acepto sus exigencias de ver al niño en días diferentes a los que le toca,

amenaza con pedirme la custodia compartida. Quiero que cumpla el convenio pero no quiero una custodia compartida. Gracias.

Estimado lector

En el caso que nos comenta, si nos interesa que cumpla esas visitas, tenemos que seguir estos pasos:

- Requerirle formalmente por mail, burofax o similar para dejar constancia, indicando su incumplimiento y exigiendo que cumpla. Esto nos sirve para acreditar el incumplimiento (genera prueba) e instarle a que cumpla. Es un paso previo conveniente antes de otras opciones.

- Si lo anterior no fructifica, demanda de ejecución de medidas forzosas de familia para hacer cumplir el convenio, a efectos de requerirlo judicialmente, posibles multas coercitivas, etc...

Generar esta prueba sería útil si él solicitase una compartida, sería un antecedente interesante. Aunque tenemos que tener presente que con los años de su hijo, las preferencias de éste serían muy importantes de cara a una posible petición de una guarda y custodia compartida. Plantear esto con garantías no es tan fácil, se analizaría con prioridad el bienestar del menor, sus preferencias, también la situación de arraigo con la custodia a favor de la madre, se valorarían circunstancias laborales, de tiempo libre, de distancia entre los progenitores, etc. No es un tema que se pueda tomar a la ligera a modo de represalia, ni como moneda de cambio, en ese sentido debe guardar un punto de tranquilidad frente a esa "amenaza", que seguramente caiga en saco roto.

Atentamente.

EDUARDO LORENZO M.

ABOGADO

Telf.: 696 687 277 / 881 886 840

RUA TRAVESA, Nº7. 1ª BETANZOS

eduardolorenzoabogado@icacor.es



El termalismo gallego vivió su época dorada entre mediados del siglo XIX y principios del XX, cuando los balnearios se convirtieron en los grandes centros de reunión de las clases altas

Escapadas termales en Galicia

Redacción.

La cultura termal gallega tiene una larga tradición, llena de leyendas, literatura y canciones dedicadas al agua, y sus beneficios están bien arraigados en el saber popular.

En la actualidad los balnearios y talasos están viviendo una segunda juventud, al incorporar instalaciones de vanguardia e implantar nuevos tratamientos, además de la renovación de edificios históricamente dedicados al termalismo. Nuestra comunidad cuenta con una amplísima oferta de tratamientos termales, la variedad está asegurada, y así es fácil que podamos dar con el lugar que mejor se ajusta a nuestros gustos, necesidades o presupuesto, tanto si prefieres agua dulce como salada.

Balnearios

Los balnearios basan sus tratamientos en las propiedades preventivas y curativas de sus aguas minero-medicinales y combinan su vertiente terapéutica con una más lúdica. Sus programas de estética, bienestar y relax se suman a los destinados a prevenir o tratar distintas afecciones en función de las indicaciones del tipo de aguas minero-medicinales con las que cuentan.

Balneario de Augas Santas

Está situado en Pantón, famoso por sus aguas ferruginosas y sulfurosas, aprovechadas en este balneario. Este hotel lucense tiene como principal reclamo un balneario de aguas bicarbonatadas, sódicas y sulfuradas, muy útiles si sufrimos de afecciones reumáticas o de la piel como eccemas, psoriasis o procesos dermatológicos de origen alérgico.

Augusta Eco Wellness Resort

En Sanxenxo se encuentra este centro spa, uno de los más amplios y completos de la comunidad y dedicado al cuidado de manera integral. Cuenta con 4 piscinas climatizadas con chorros cervicales y lumbares, Jacuzzis, centro de belleza, baño turco, saunas finlandesas, bañera de contrastes, sala de relajación Zen y fitness center. Completando esta oferta, dispone



Para relajarte y evadirte del estrés nada mejor que una escapada de fin de semana a cualquiera de estos establecimientos, todos ellos rodeados de naturaleza, gastronomía y actividades al aire libre, y donde podrás disfrutar con todos los sentidos sin salir de Galicia.



además de un huerto ecológico del que obtienen las materias primas con las que cocinar en su restaurante.

Balneario de Cortegada

El Balneario de Cortegada está situado en un precioso valle junto al río Miño. Sus aguas minero-medicinales son sulfuradas, bicarbonatadas sódicas y fluoradas, y emanan a una temperatura de 44° C.

Termas de Cuntis

Las llamadas caldas de Cuntis se conocen desde muy antiguo. Este balneario dispone de aguas sulfuradas, sódicas, fluoradas, silicadas y litínicas, indicadas para afecciones reumatológicas y problemas dermatológicos. El complejo consta de dos hoteles y en él se puede disfrutar de un circuito con piscina terapéutica, chorros, ducha Vichy, estufas de vapor, saunas finlandesas, pediluvios y maniluvios, etc...

Balneario de Lugo

Situado junto al río Miño y rodeado de unos amplios jardines, en su

interior se encuentran unas Termas Romanas. En este balneario se puede disfrutar de aguas sulfuradas y bicarbonatadas y aprovechar sus beneficios sobre la piel, ya que están indicadas para tratar la dermatitis atópica, la psoriasis y el acné.

Gran Hotel Balneario de Mondariz

Fue inaugurado en 1873, siendo el primer complejo de estas características en Galicia. En la actualidad, este histórico balneario se ha convertido en un complejo hotelero en el que todo gira alrededor del agua. Disfrutar en su renovado Palacio del Agua o realizar el Circuito Celta son dos de las variadas experiencias que se pueden vivir en este singular lugar.

Hotel Oca Vila de Allariz

En un enclave natural y a tan solo 15 minutos en coche del centro urbano de Ourense se encuentra el Hotel Oca Vila de Allariz, un alojamiento con spa y sección wellness. Ofrece un circuito termal compuesto por una piscina

activa con cascada, baño de vapor, sauna seca, ducha peeling y ducha tropical. Además se pueden recibir distintos tipos de masajes y tratamientos como: envolvimientos de limos y algas, tratamientos faciales y corporales.

Talassos

El nombre de talasoterapia proviene del griego thálassa, que significa mar, y therapeia, curación. Los centros de talasoterapia se sirven del agua marina y otros elementos de su entorno como algas, limos, lodos e incluso el aire marino, con fines preventivos o terapéuticos. Otro requisito fundamental de estos centros es contar con una tecnología capaz de asegurar la pureza del agua captada y su constante reciclado, además es calentada a 37°C para facilitar la absorción a través de la piel de oligoelementos y minerales.

Gran Talaso Hotel Sanxenxo

Situado en primera línea de playa, este resort spa de lujo está rodeado de jardines. Cuenta con un centro de talasoterapia con masajes y diversos tratamientos, un amplio spa, piscina exterior y un gimnasio para tratar cuerpo y mente.

Talaso Atlántico

En este centro, situado a 5 minutos de Baiona y frente al océano Atlántico, todo gira en torno al agua de mar y sus beneficios para la salud y el bienestar.

Hotel Talaso Louxo La Toja

Este hotel está situado en la isla de La Toja, en un entorno natural único, con espectaculares rías y playas. Destaca por su servicio de talasoterapia, que utiliza las propiedades marinas para ofrecer tratamientos de salud y belleza, como la fangoterapia o las envolturas con algas. Además, cuenta con una piscina interior, con zona de hammam, sauna y zona de spa.



Alejandra Fernández
• ESTILISTAS •

C/ TEMPLE, 13 BAJO. 15679
EL TEMPLE - CAMBRE
A CORUÑA
Telf.: 981 66 38 53

El importe medio de los contratos formalizados en diciembre fueron un 14 % más caros que los del año anterior

Uno de cada cuatro inquilinos dedica la mitad de sus ingresos a pagar la vivienda



Redacción.

La desbocada subida de los precios de los alquileres y la precariedad que en muchas ocasiones rodea el mercado laboral, especialmente entre los más jóvenes, ha provocado que los arrendatarios tengan que destinar cada vez mayor parte de sus ingresos a pagar la renta de su vivienda.

Según datos de Eurostat recogidos por el Ministerio de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana, ya en el 2021, antes de la fuerte subida de precios experimentada el pasado año, cerca del 41 % de los ciudadanos en régimen de alquiler aparecía como sobreexpuesto financieramente a estos gastos. Es decir, que dedican más del 40 % de sus ingresos al pago de la mensualidad.

El porcentaje engordará

Y todo apunta a que el porcentaje engordará cuando se conozcan del pasado ejercicio, marcado por un vertiginoso encarecimiento. En concreto, y según la Sociedad de Tasación, el importe medio de los contratos de alquiler formalizados

el pasado diciembre ya eran un 14 % más caros que los del año anterior. Ya que muchos propietarios han decidido elevar los precios para compensar el tope al 2 % que tendrían que asumir en las renovaciones. Las rentas en vigor también se han encarecido un 5 % en el último año. Muchos ciudadanos optaron por la compra el pasado año, anticipándose también al período de subidas de los tipos de interés. Según el INE, las operaciones de compraventa ya superaban las 600.000 a cierre de noviembre, anticipando un cierre de año récord desde el 2007, en pleno bum inmobiliario. La relación entre el precio de la vivienda y la renta bruta de los hogares también ha experimentado un incremento en los últimos años, hasta alcanzar los 7,85 años, desde los cerca de siete años que implicaba la compra a comienzos del 2017. «El esfuerzo anual ha tenido, por su parte, una mayor estabilidad, situándose en el 33,6% de la renta disponible por hogar en el tercer trimestre de 2022», indica el informe.

El sector ha servido de sostén para mantener el crecimiento económico durante la pandemia, pero también ha hecho propuestas con la madera como protagonista

Cómo modernizar la construcción

Redacción.

En Italia, el sector de la construcción genera el 4,5 % del PIB y más del 6 % de la ocupación (datos del 2020). Sin embargo, si se considera el mercado inmobiliario en su conjunto, el ladrillo representa más de una quinta parte de la riqueza del país, según informó el pasado noviembre un instituto de investigación del país transalpino especializado en el sector.

Entre el 2021 y el 2022, años difíciles para la economía italiana debido a las secuelas de la pandemia del covid y al aumento de los precios de las materias primas y la energía, la construcción supuso una contribución fundamental para mantener en pie el PIB y el empleo. Esto fue posible, sobre todo, por la medida lanzada en mayo del 2020 por el Gobierno (entonces dirigido por Giuseppe Conte) para incentivar los proyectos de mejora de eficiencia energética o de reducción del riesgo sísmico de los edificios. Italia tiene un patrimonio inmobiliario considerable, pero antiguo y obsoleto en muchos casos, lo que genera costes energéti-

cos y de mantenimiento muy elevados.

La medida, conocida como «Superbonus 110 %», preveía una deducción fiscal del 110 % de los gastos por este tipo de obras, y contribuyó a reactivar la economía italiana en plena crisis del covid (aunque se detectaron varios intentos de fraude). Según datos oficiales del pasado septiembre, hubo más de 300.000 obras de mejora de eficiencia energética apoyadas por el «Superbonus 110» el año pasado, por un valor total de 51.000 millones de euros (el 76 % de los cuales corresponden a obras ya terminadas).

De ahí que no sorprende que se multipliquen tanto las iniciativas como las empresas destinadas a modernizar el sector de la construcción. Entre los principales objetivos están la sostenibilidad y la reducción del impacto ambiental y la contaminación, buscando nuevos materiales, pero también devolviendo protagonismo a materiales tradicionales como la madera, algo que tiene mucho sentido en Italia. Por un lado, el país transalpino cuenta con muchos bosques; por otro, tiene muchas zonas con

riesgo sísmico medio o alto, y uno de los grandes méritos de la madera es precisamente que es antisísmica, como explica Lavinia Sartori, quien junto a otro ingeniero fundó Ri-Legno en Trento (norte de Italia) en el 2014.

La empresa mejora y rehabilita estructuras de madera que se han deteriorado con el paso del tiempo, pero también construye edificios y estructuras (especialmente puentes) de madera desde cero. Además de los dos propietarios, cuenta con nueve empleados y factura entre 3 y 5 millones de euros. «Decidimos especializarnos en ingeniería de la madera para actuar de forma sostenible con el medio ambiente», explica Sartori. «La madera es fácil de obtener y no requiere transformaciones químicas. Además, es dúctil, ligera, adecuada para estructuras antisísmicas y fácil de combinar con otros materiales de construcción».

La madera también está en el ADN de la start up BioBuildingBlock, fundada en 2020 en Fisciano, una pequeña ciudad de la región de Campania, que ya cuenta con cuatro patentes internacionales. «La industria clásica de la construcción en hormigón implica un elevado consumo de materias primas y recursos naturales, y según el World Green Building Council genera en torno al 39 % de las emisiones mundiales de CO2», explica Marco Citro, fundador y director general.



El sector ha servido de sostén para mantener el crecimiento económico durante la pandemia.



SUMINISTROS CASTRO

Materiales de construcción, cerámicas y saneamiento.

Almacén: 722 486 777
Polígono La Barcala nave 9, El Temple, Cambre

Tienda: 981 665 885
C/ Francisco Rodríguez 7 bajo, El Temple, Cambre

suministroscastro@protonmail.com

Ofertas puntuales por reducción de stock.
Mamparas.
Grifería.
Herramientas eléctricas y manuales.
HIKOKI, DEWALT, ...

ESTRENOS DE CINE



Título: Ant-Man y la Avispa: Quantumanía

Dirección: Peyton Reed
Guión: Jack Kirby, Jeff Loveness. **Música:** Christophe Beck

Reparto: Paul Rudd, Evangeline Lilly, Michelle Pfeiffer, Michael Douglas, Jonathan Majors.

SINOPSIS: La pareja de superhéroes Scott Lang y Hope Van Dyne regresan para continuar sus aventuras como Ant-Man y la Avispa. Junto a los padres de Hope, Hank Pym y Janet Van Dyne, la familia se encuentra explorando el Reino Cuántico, mientras interactúan con extrañas nuevas criaturas y se embarcan en una aventura que los llevará más allá de los límites de lo que pensaban que era posible.

Fecha de Estreno: 17 de febrero 2023



Título: El Triángulo De La Tristeza

País: Suecia. **Dirección:** Santi Trullenque. **Guión:** Ruben Östlund.

Reparto: Harris Dickinson, Charlbi Dean, Zlatko Buric, Dolly De Leon, Woody Harrelson, Vicki Berlin, Henrik Dorsin, Sunnyi Melles, Jean-Christophe Folly, Iris Berben.

SINOPSIS: Tras la semana de la moda, Carl y Yaya, pareja de modelos e influencers, son invitados a un yate en un crucero de lujo. Mientras que la tripulación brinda todas las atenciones necesarias a los ricos invitados, el capitán se niega a salir de su cabina, a pesar de la llegada inminente de la célebre cena de gala. Los eventos toman un giro inesperado y el equilibrio de poder se invierte cuando se levanta una tormenta que pone en peligro el confort de los pasajeros.

Fecha de Estreno: 17 de febrero 2023



Título: Project Wolf Hunting

País: Corea del Sur. **Dirección:** Kim Hong-sun.

Reparto: Seo In-guk, Sung Dong-il, Choi Gwi-hwa, Jung So-min, Jang Dong-yoon, Jeong-hwan Park, Moon-Sung Jung, Jang Young-Nam.

SINOPSIS: Septiembre de 2021. Un grupo de peligrosos delincuentes coreanos tiene que ser trasladado en un buque de carga de Manila a Busán. Los acompañan a bordo el capitán de la policía coreana Suk-woo y otros 22 detectives experimentados, cada uno con al menos 10 años de experiencia investigando crímenes violentos. Pronto, la prisión flotante abandona el puerto y comienza su camino hacia Corea.

Fecha de Estreno: 17 de febrero 2023

CULTURA

Semana do Cinema Galego celebrará a súa cuarta edición do 14 ao 19 de marzo na Coruña

O mellor das últimas producións audiovisuais do país vaise encontrar de novo co público no Teatro Colón nesta cita referente non competitiva organizada pola Academia Galega do Audiovisual. Do 14 ao 19 de marzo a IV Semana do Cinema Galego regresa á cidade da Coruña para festexar a gran celebración cinematográfica non competitiva do país. A cidade herculina recunha como a anfitriña do mellor do talento audiovisual galego e consolídase como sede desta cita impulsada pola Academia Galega do Audiovisual (AGA), que conta

co apoio do Concello da Coruña e da Deputación da Coruña. Durante seis días o Teatro Colón vai volver estender a alfombra vermella para recibir unha coidada programación co máis salientable da produción audiovisual galega do último ano. Da boa acollida da última edición, con máis de 3.000 espectadoras e espectadores que encheron os pasaxes dos dez filmes proxectados, a Semana do Cinema Galego repite fórmula e aposta de novo por poñer o foco no encontro entre público e artistas. O acceso as proxeccións do encontro será

de balde, con reserva previa de entradas, que se activará nas datas próximas á súa celebración. Vai ser unha semana para celebrar a puxanza do audiovisual galego na compañía dos seus profesionais, coa Coruña como escenario e como catalizadora dos diálogos entre os equipos artísticos e os asistentes ás proxeccións do Teatro Colón. O rol da cidade queda patente tanto no cartel como no vídeo de presentación desta nova edición, onde os emblemáticos farois de inspiración modernista do paseo marítimo corués son os protagonistas.

SUDOKU

	3		6				4	2
	2							
						3		1
					9		7	
	7				1			3
8					2	5	1	
7		5						9
	9	2		8				
4		6	3					

SOPA DE LETRAS

X	T	A	L	L	P	A	B	A	Y	C	Y	N
K	F	L	T	V	E	K	O	D	A	S	H	U
S	Q	D	L	I	V	C	I	E	G	O	N	T
J	E	J	P	P	I	M	H	R	D	O	A	R
A	M	P	Q	L	U	Ñ	F	U	T	V	T	I
R	V	E	E	M	P	G	L	N	G	Ñ	K	E
R	L	A	D	A	F	A	E	Q	E	A	I	N
A	G	O	K	I	V	I	R	H	D	L	N	T
M	Q	H	G	I	M	E	G	D	V	D	G	E
P	J	A	T	I	T	J	U	D	I	H	C	S
L	U	S	C	O	C	X	I	U	N	L	O	Y
A	E	M	L	M	C	A	Ñ	M	J	H	L	X
S	A	L	C	A	N	F	O	R	I	V	E	O

- ALCANFOR • CIEGO • CIMIENTO • ESTIVAL • GAÉLICO
- GUIÑO • JARRAMPLAS • LECHUGA • LÓGICA
- NAT KING COLE • NUTRIENTES • PARDILLO



Cambia tus ventanas



Beneficios



Ahorro
Al reducir el consumo, ahorras en tus facturas de luz y de gas



Revalorización
Aumenta el valor de tu vivienda en el mercado



Confort
Disfrutas de un mayor bienestar en tu hogar



Beneficios fiscales
Puedes deducirte en el IRPF el coste de la reforma y la tramitación de ayudas

Pregunta a nuestros asesores expertos para informarte con más detalle

hasta un **20%** de promoción Leroy Merlin*

+

hasta un **40%** ayudas Fondos Next Generation*



¡Te ayudamos con el papeleo para que tú solo tengas que disfrutar de tus nuevas ventanas!



Clasificación energética	A+++ Excelente
Ahorro	45-65%
Aislamiento térmico	- >>>>>> +
Aislamiento acústico	Excelente: 35-45dB

*Incluye oferta de Leroy Merlin, Fondos Next Generation con un máximo de 3.000€, y pack renueva. Consulta condiciones en tu tienda | Oferta válida hasta 30/06/2023

Te ayudamos a conseguirlo

Rellena el Formulario

En tus tiendas
Leroy Merlin Compact Oleiros y Ferrol
Leroy Merlin A Coruña

