

gratuito **amarriñas**

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

 **Síguenos en Facebook**

Miño - Narón - Pontedeume - Ferrol

tu periódico comarcal

NÚMERO - 92

PERIÓDICO GRATUITO MENSUAL

FEBRERO - AÑO 2026



Panaderías, carnicerías y pescaderías piden a Hacienda eximir de Verifactu a las micropymes

pág. 8



Ruta de la Camelia en nuestros Paradores

pág. 6 y 7

Una llamada que puede costar cerca de 50 euros

La OCU denuncia el uso de números 807 para suplantar servicios de atención al cliente

La Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) ha lanzado una advertencia urgente ante el aumento de fraudes telefónicos que utilizan anuncios patrocinados en buscadores para confundir a los ciudadanos. Esta práctica engañosa tiene como objetivo redirigir a los usuarios hacia números de tarificación adicional 807, los cuales pueden «alcanzar un coste de hasta 50 euros por llamada».

Los estafadores compran anuncios en motores de búsqueda como Google para aparecer en las primeras posiciones como enlaces patrocinados, cuando los usuarios buscan términos como «teléfono atención al cliente de la empresa...», «teléfono de grúa» o «pedir cita SEPE».

Para generar confianza, el anuncio muestra inicialmente un número geográfico común, haciendo creer al usuario que la llamada está incluida en su tarifa plana. Una vez que el consumidor marca, el operador solicita datos básicos para reforzar la falsa sensación de seguridad y, acto seguido, «redirige



al usuario a un número 807, presentado como 'línea específica' o 'departamento correspondiente'. La OCU señala que, una vez en la línea 807, la llamada se prolonga de forma deliberada mediante esperas innecesarias o solicitudes de

información confusa para disparar la factura telefónica. La organización ha sido tajante al identificar a los responsables de estas prácticas. Para frenar este tipo de abusos, la OCU reclama cambios legislativos y de supervisión urgentes, tal

como ha reivindicado en una nota de prensa remitida a los medios de comunicación: Que todos los servicios de tarificación adicional (incluyendo 807 y SMS premium) requieran el permiso explícito del consumidor antes de ser cobrados.

19 nuevas plazas de jueces

El Gobierno ha anunciado la creación de 19 plazas judiciales en Galicia en 2026 para reforzar los tribunales de instancia y otros órganos como las audiencias provinciales. Según ha comunicado el Ministerio de Justicia, de las 19 nuevas plazas, 17 serán para tribunales de instancia, y dos para las audiencias provinciales de A Coruña y Pontevedra. De esta forma, los tribunales de instancia de A Coruña, Ferrol, Vigo, Pontevedra, Santiago, Ourense y Lugo serán los principales receptores de este refuerzo. El Ministerio de Justicia insiste en que la clave está en el nuevo modelo organizativo introducido por la Ley de Eficiencia del Servicio Público de Justicia, que elimina el esquema tradicional de juzgados unipersonales. Este sistema permite sumar jueces sin la necesidad de crear un juzgado completo, lo que reduce el coste de cada nueva plaza a unos 100.000 euros.

**GRUPO SPR
SAT BERGONDO**

LUGAR BREA DE BAJO (C/ DORSANO (BERGONDO))
89474938 - 981488340

TIENDAGRUPOSPR.COM



SERVICIO TÉCNICO OFICIAL
ESTUFAS DE PELLETS

**Anticípate al invierno
Estufas,
repuestos
y venta de
Pellets**



Edita:

Verdemar Ediciones, s.l.

info@verdemarediciones.com

www.verdemarediciones.com

981 638 680

640 298 499

En nuestra página web
encontrarás todos los
números del periódico
digitalizados.

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

Colaboradores:

Eva Vidal, Eduardo Lorenzo,
Paula Aparicio Castillo,
Esther López Castro,
Bea Ramón Iglesias
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.....981652122

Conservatorio 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
Farmacia Place Amado.....981669489
Parada de taxis.....981673526
Guardia Civil.....981673030

BERGONDO

Concello.....981791252
Albergue de Gandarío.....981620005
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.....900444222

Guardia 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.....981221000

Salvamento 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
Aeropuerto 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



UN EQUIPO MULTIDISCIPLINAR
CON LAS ÚLTIMAS TECNOLOGÍAS
Y AVANCES DEL MERCADO

**"ENFOCADOS
EN TU BIENESTAR"**

:D

ALEX DE VICENTE

ODONTOLOGÍA

ESPECIALIZADOS EN CIRUGÍA GUIADA Y NAVEGADA

T. 981 675 466 / M. 608 306 175
Fabas, 30 bajo - Pravio. 15668 CAMBRE

Nº Colegiado 15001942

Nº Reg. Sanit. C-15-004109

Planas ha pedido a la Comisión que aclare cuándo y cómo presentará la reforma del reglamento de pesca del Mediterráneo

El Gobierno pide a Bruselas más fondos para la pesca y sanciones a los países que excedan la cuota autorizada

El ministro de Agricultura, Pesca y Alimentación, Luis Planas, ha pedido a Bruselas más fondos para la pesca y una respuesta firme contra Reino Unido, Islandia, Noruega e Islas Feroe por exceder las cuotas autorizadas, al advertir de que estas prácticas están "generando una problemática" en el reparto equilibrado del sector.



"Cuatro Estados costeros se han autoatribuido una cuota superior al reparto que tenían", ha señalado Planas en declaraciones previas a la reunión con los ministros de Agricultura y Pesca, al explicar que estos países han aplicado recortes del 48% en la pesca de caballa, frente al 70% que se había planteado como referencia a nivel europeo. El ministro ha denunciado que no se respete el reparto acordado en el marco del Consejo de Agricultura y Pesca celebrado el pasado mes de diciembre, donde se fijaron los totales admisibles de captura, y ha advertido que la diferencia entre ambos niveles compromete el equilibrio en la gestión de esta pesquería.

En este contexto, ha asegurado que España ha planteado a la Comisión Europea dos posibles vías de ac-

tuación. "Le pedimos que escoja entre adoptar sanciones contra aquellos países que han superado

claramente lo que desde el punto de vista científico se planteaba o bien situarnos todos en el mismo

umbral", ha explicado. Planas ha subrayado que el Gobierno ha abordado este asunto con el sector y ha defendido que la Unión Europea debe garantizar que quienes cumplen estrictamente las recomendaciones científicas no se vean penalizados frente a quienes adoptan decisiones unilaterales, al tiempo que ha insistido en la necesidad de preservar la sostenibilidad de los recursos.

Planas ha pedido a la Comisión Europea que aclare cuándo y cómo presentará la reforma del reglamento de pesca del Mediterráneo anunciada el pasado diciembre, después de que no quedara reflejada formalmente en las conclusiones del Consejo. En este sentido, el ministro ha advertido de que diciembre de 2026 "está a la vuelta de la esquina" y ha reclamado certidumbre para el sector ante el denominado problema de "estrangulamiento" que limita la actividad pesquera en esta cuenca.



Descubra la Nueva Generación de DAF




XF XG+ XG

www.mabeso.com

Mabeso

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

Cartas al director...

Carta abierta de la Asociación de Amas de Casa de Sada al Sr. Alcalde D. Benito Portela



Cartas al director.

Con el debido respeto y mejor espíritu de colaboración con esa alcaldía en todo lo que sirva para mejorar la convivencia, nos dirigimos a Vd. con el deseo de que, si ello es posible, nos aclare su postura con respecto a nuestra Asociación de Amas de Casa de Sada, puesto que venimos observando actuaciones de esa alcaldía con respecto a esta asociación, compuesta por vecinas de Sada, de toda la vida unas y otras hijas de emigrantes de Sada, que llevan ya años viviendo aquí, son españolas y como tales, tienen todos los derechos adquiridos igual que los demás vecinos de esta villa que Vd. representa.

Por eso nos resulta incomprensible su extraña actuación con respecto a nuestra asociación, pues no quisiéramos pensar de nuestro alcalde, que existiera, por su parte, algún

tipo de prejuicio contra nosotras, algo que sería difícil de entender. Verá Sr. alcalde: Vd. sabe muy bien que esta asociación es la única que, como tal y después de muchos años, con la que cuenta Sada, con los preceptivos registros legales, como son los de la administración autonómica y municipal, lo que significa que tiene personalidad y responsabilidad jurídica, algo que nunca tuvo ni tiene esa supuesta asociación o delegación de La Coruña, que no existe legalmente como tal y se presenta desde hace años, ante sus asociadas aquí, ocultando en todo momento su pertenencia real a la Asociación de Amas de Casa de La Coruña con sede en Los Cantones de la capital. Lo cual es un engaño como Vd. sabe.

Bien es cierto que esta situación se viene dando desde hace bastantes años con otras corporaciones, pero ahora es Vd. el alcalde de Sada y creemos que tiene la oportu-

nidad de solucionar un problema que, para nosotras representa una desconsideración, no solo con nuestra asociación sino con su pueblo en general que no debería necesitar para nada de la tutela de una asociación de Coruña, que además nos ha estado engañando mucho tiempo, hecho que Vd. no ignora.

Sin comprender del todo su propuesta, Sr. alcalde y con nuestro deseo integrador, hemos atendido su petición de compartir el pequeño local de la asociación con esas 10 ó 12 personas (que son las que vemos por allí) que pertenecen a la asociación de La Coruña, no sin antes advertirle a Vd. de que eso podría ser una fuente de conflictos dados los antecedentes engañosos de la asociación coruñesa, a la cual siguen perteneciendo estas personas (que quizás no tengan culpa de nada y además son nuestras vecinas) a las que nosotras, incluso,

les ofrecemos, además de integrarse en nuestra asociación, la presidencia de la misma, siendo esta rechazada. (¿?)

Nosotras estamos cumpliendo con la petición que Vd. nos hizo, de convivir y compartir con las compañeras de Sada afiliadas a la asociación coruñesa, aunque a veces, (pero sólo con alguna excepción) no nos resulte fácil. Pero en ningún momento hemos dejado de cumplir con el compromiso que establecimos con Vd. sin que nosotras, a pesar de que ese existe, hayamos acudido a esa alcaldía para protestar. Pero si nos sorprende su actuación que parece avivarlo, acudiendo y atendiendo a todo lo que le piden estas personas realizando modificaciones en el mobiliario sin contar con nosotras para nada, lo cual nos parece una desconsideración que, ni esperábamos de Vd. ni creemos merecer. De ahí que nos sorprenda.

Pero lo que resulta más curioso y nos sorprende, es que Vd. esté recibiendo, una y otra vez, las quejas de

la presidente de la asociación de La Coruña que sigue obstinada en mantener SU delegación aquí, al parecer "por encima de todo" cuando Vd. conoce perfectamente su verdadero interés, que nada tiene que ver con los intereses de Sada.

Vd. Lo sabe perfectamente y nosotros también, ¿Verdad Sr. alcalde?

Pues, como asociación, que no nacimos para crear conflictos sino para todo lo contrario, le pedimos a Vd. que haga lo mismo y nos haga el favor de actuar... simplemente: COMO ALCALDE SADA que lo es y solucione este problema creado por alguien que ha mantenido el engaño durante mucho tiempo y le importa un carajo Sada. Problema artificial que no necesita de su estímulo para nada. D. Benito.

Atentamente.

Asociación de Amas de Casa de Sada
CIF N.º G-624759052

Desde el pasado 22 de enero, y hasta el 30 de septiembre, se pueden solicitar las ayudas de la Xunta para la compra de vehículos eléctricos o de bajas emisiones

Ayudas de la Xunta para comprar vehículos eléctricos y de bajas emisiones

La conselleira de Economía e Industria, María Jesús Lorenzana, informó de que el plan Renueva tu Vehículo incrementa en esta edición su presupuesto hasta los 3,5 millones de euros, con la previsión de contribuir a la venta en Galicia de 1.600 automóviles eficientes con ayudas de hasta 4.000 euros que ascienden a los 4.600 si se trata de familias numerosas.

La conselleira quiso poner en valor que se trata de una iniciativa que cuenta con el reconocimiento de la federación de concesionarios en España (Faconauto), que el pasado mes de marzo otorgó a la Xunta de Galicia su Premio Compromiso por el impacto social de este programa. Recordó que una de las principales ventajas del Renueva tu Vehículo con respecto al Moves estatal es que es "menos burocrático" porque la Administración autonómica hace el pago de la ayuda directamente al establecimiento de venta, sin que el beneficiario tenga que desembolsarla previamente. Además, los apoyos se dan en función de las emisiones y no del tipo de motor.

Este programa subvenciona la adquisición de vehículos nuevos, turismos o furgonetas, que cumplan unas determinadas características de emisiones y que tengan un coste inferior o igual a 42.000 euros (Impuestos incluidos). Esta cuantía se amplía hasta los 47.000 euros (impuestos incluidos) para vehículos eléctricos con autonomía mayor a 30 km en modo eléctrico, y en 6.000 euros adicionales cuando se trate de un vehículo adaptado para la utilización de personas con discapacidad o se dispone de ocho o nueve plazas. Para poder acceder a estas ayudas, en régimen de concurrencia no competitiva, será requisito imprescindible que el comprador acredite la baja definitiva de circulación de un vehículo a achatar, que deberá tener una antigüedad de, por lo menos, diez años si se trata de un turismo o de 5 años si es una furgoneta. Un particular podrá adquirir un único vehículo y, en el caso de ser autónomo o empresa, hasta un máximo de 10 unidades.



ABOGADOS

Marta Vázquez Golpe

Civil

Penal

Mercantil

Derecho Administrativo

Derecho del Trabajo

C/ Balado, 1C. Oficina entlo. 15660 Cambre - A Coruña
Tif.: 881 962 842 / mvgolpeabogado@gmail.com

Empresas muy cerca de ti

Tres Cafés

Especialidad desayunos y meriendas

617 22 50 55

trescafescafeteria

Párroco Manuel Cobas 2
El Temple - Cambre (A Coruña)




Rubal FISIOTERAPIA

Especialistas en Fisioterapia Pediátrica

628 440 977

@rubalfisioterapia

c/ Brea, 34 Bajo 3D - 15640 Guitiama / Bergondo




MARBEN ALONSO
Estética y bienestar



QUIERE-TE!

TALYÓN ABOGADAS

Civil
Fiscal
Laboral
Sucesiones
Administrativo

Plaza de Europa
local 5C. Cambre
624 773 076

bernadofouredatama@gmail.com



Restaurante Aquarius Café

Ven a celebrar tus fiestas con nosotros

Avda. del Puerto, 27. Bajo 4 - 15160 Sada

981 623 410




BOJEGONO CAUREL

C/ Rosalía de Castro, 2. 15679 O Groveal - Cambre

Telf.: 981 651 594



RB ELECTRICIDAD RAÑA Y BOEDO

Jesús M. Raña Vilasenin
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

O Faladoiro

Espazo de idiomas e cultura

Rúa Logoa 44, local 10, Sada
Tel.: 670729791

Espazo promovido por Arisadro Montiel Translations
www.instagram.com/faladoiro.sada



andrea deiros
técnica láser

Andrés Pan Vieiro
8 bajo 15670 O Burgo
Culleredo (A Coruña)
681.19.53.23

cita previa




sada inmobiliaria

TU AGENCIA INMOBILIARIA DE CONFIANZA EN SADA

c/ Linares Rivas, 5 bajo. 15160 SADA
618 088 523 - 981 620 417

info@sadainmobiliaria.com
www.sadainmobiliaria.com



PESCADERIA Sada

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



COMPRAMOS ORO, PLATA Y COCHES

ORO EXPRESS

PAGAMOS HASTA **110€ GRAMO**
*Según cotización diaria y joya

981 109 063 - 608 632 120

oroexpress_oficial

C / CORTADURIA N° 3
SADA (15160)






De Santiago de Compostela a Cambados

Ruta de la Camelia: Camelias durmiendo en los... Paradores

Redacción.

Desde Santiago de Compostela a Cambados, paseamos por los jardines más sorprendentes de sus pazos. Conocemos las diferentes especies que cobijan y todas las curiosidades que esconden estos mágicos espacios. Como "flor de invierno" o "flor de Galicia", así se conoce aquí a la Camelia.

La camelia, una especie originaria de China y Japón, hace 300 años halló excelente acomodo en los aristocráticos jardines de los pazos gallegos. Nuestra propuesta os lleva de paseo por estos espectaculares escenarios, donde la camelia viste la piedra y juntas conforman ambientes llenos de encanto. Esta propuesta parte de Santiago

de Compostela, a donde os aconsejamos llegar por la tarde para disfrutar de un paseo relajado por su monumental casco histórico, declarado Patrimonio de la Humanidad en 1985. La ciudad posee una amplia oferta de alojamiento. Pero su emblema es el Hostal dos Reis Católicos, antiguo hospital de peregrinos y Parador desde 1954.

La situación privilegiada del Hostal, en la Praza do Obradoiro, al lado de la catedral, provoca la admiración de los visitantes. Ante su puerta, de fina ornamentación plateresca, podemos identificar a los Reyes Católicos, Isabel y Fernando, encerrados en ambos medallones; las figuras desnudas de Adán y Eva; y los doce apóstoles alineados en el friso. Y, por encima de

éstos, la Virgen María, Jesús, San Juan Evangelista y el Apóstol Santiago con vieira y bastón de caminante. Al mirar más arriba destaca la cornisa, decorada con gárgolas grotescas y obscenas. El interior del edificio se puede visitar sin necesidad de ser huésped, con la compañía de un guía turístico. De esta manera podemos recorrer sus cuatro patios interiores y una bella capilla ojival, declarada Monumento Histórico Artístico en 1912.

De la catedral a las tapas del Franco y A Raiña

La catedral os impresionará por la gran cantidad de tesoros artísticos que alberga, como el Pórtico da Gloria, obra cumbre del Románico. El resto de la tarde os aconsejamos que os perdáis por las calles empedradas del casco antiguo, mezclándose entre la masa de peregrinos, universitarios, visitantes y compostelanos, que marcan el carácter tan genuino de esta ciudad. Hallaréis abundantes monumentos e iglesias que se pueden visitar, además de numerosos museos y salas de exposiciones. El verde ha caracterizado desde siempre el paisaje de Santiago. También en el casco antiguo, donde sus jardines históricos son lugares emblemáticos y muy transitados. El preferido para los paseos y el recreo de los compostelanos es la Alameda, que se divide en cuatro zonas: Campo da Estrela, Paseo da Ferradura, Paseo da Alameda y Carballeira de Santa Susana.

Sus parterres, bancos, estatuas, esculturas, fuentes, estanques, quiosco de la música, palomar e iglesias ayudan a recrear ambientes decimonónicos, modernistas y actuales. Además, destaca su valor como jardín botánico, por su gran variedad de especies vegetales, muchas de ellas exóticas.

Camelias japónicas, más de un siglo mirando hacia la catedral

Los tilos plateados del Campo da Estrela nos dan la bienvenida cuando accedemos por Porta Faxeira. Caminando bajo la bóveda arbolada del Paseo da Ferradura encontraremos algunos de los 66 ejemplares de camelia japónica que llevan más de un siglo contemplando una de las imágenes más bellas de la ciudad sobre su catedral y la zona monumental. Lo mismo le ocurre al gigante Eucaliptus globulus que dobla la esquina. Después veréis la "Perona", un espécimen de Abies nordmanniana que se



Pazo de Rubiáns.



Alameda de Santiago.

plantó en 1947 para conmemorar la visita de Eva Perón a la ciudad. Y, en ascenso, rodeando el monte de Santa Susana, su imponente robledal, con ejemplares de más de trescientos años. Desde la Alameda alcanzamos rápidamente otro robledal centenario, la Carballeira de San Lourenzo, cruzando la Avenida das Burgas. Detrás de esta robleda se levantan los jardines y el bosque del Pazo de San Lourenzo, protegidos por una alta muralla de piedra. Es una gran oportunidad para contemplar más de cien especies vegetales, donde también destacan las camelias, cuyos ejemplares más antiguos pertenecen al siglo XIX. Pero es en el jardín claustral donde se esconde la joya del pazo, un gran seto de boj que constituye una de las piezas más relevantes de la jardinería geométrica española, tanto por su tamaño como por sus cuatro siglos de vida.

En Vedra visitamos la que fue residencia temporal de Jovellanos

A la altura del vecino municipio de Vedra encontramos un desvío al Pazo de Ortigueira, conocido también como Pazo de Santa Cruz de Ribadulla, que fue residencia temporal del político y escritor Jovellanos. Sus jardines, abiertos a las visitas, están considerados por

muchos expertos como el espacio botánico ornamental más fascinante de Galicia. En ellos las múltiples variedades de camelia japónica se mantienen formando hermosos paseos, como el llamado Carrera de las Olivas. Hay ejemplares gigantes sólo de camelios, que aquí se cultivan para la venta, sino también magnolios.

Durante el recorrido existen multitud de espacios para dejarse perder, pero no os marchéis sin ver la impresionante barroca de la Coca o la cascada. Y, por supuesto, la Capela das Oliveiras, un largo paseo de abalivos centenarios, cuyas raíces gruesas y nudosas se descubren de la tierra, capaces de transportarnos la imaginación a los paisajes de un libro de Tolkien.

Después de la visita nos reincorporamos a la N-525, siguiendo en dirección a Ourense. Vamos camino del Pazo de Oca, que muchos llaman el "Versalles gallego", precisamente por la belleza de sus jardines, que se pueden visitar. Encontraremos el desvío a la derecha señalado en la carretera, ya en el ayuntamiento de A Estrada.

Tras un pequeño recorrido desembocamos en su gran plaza exterior, presidida por la fachada principal del pazo, del siglo XVIII, que remata en una torre medieval.



Pazo de Fefiñáns.



Pazo de Santa Cruz de Ribadulla.

Al fondo, en ángulo recto con el pazo, hay una capilla barroca comunicada con éste por un bonito corredor de arcos. Sus jardines, rodeados por una alta muralla de piedra, también son históricos y recrean varios ambientes. En el jardín francés es digno de admirar un gran laberinto de boj inspirado en un dibujo del pavimento de la catedral de Canterbury. En el más paisajista caminamos por sendas con un halo de magia y misterio. Y en el hortícola nos animan los cultivos de flores y emparrados. Éste lo cruza en diagonal el elemento más admirado del conjunto, su gran estanque.



Pazo de Fefiñáns.



Pazo de Rubiáns.

Estos jardines poseen un importante valor botánico. Destaca un espécimen de *Camellia reticulata* "Captain Rawes" de doce metros de alto y una *Criptomeria* japónica centenaria, que figuran en el Catálogo de Árboles Monumentales de Galicia, además de una secuoya gigante. Y una larguísima hilera de camelias "Mont Blanc" cruza la práctica totalidad del ala oeste del jardín, tiñéndola de blanco en su época de floración.



Carreira das Oliveiras. Pazo de Santa Cruz de Ribadulla.

Os recomendamos que os toméis vuestro tiempo en el paseo por este señorío de naturaleza, agua y piedra, pues numerosos elementos captarán vuestra atención. Es el caso de la llamativa Fuente de la Mona o la Fuente de la Trucha.



Pazo de Oca.

Pazos y camelias en O Salnés

Ponemos rumbo a la comarca de O Salnés, en pleno corazón de las Rías Baixas. Nuestro destino es el Pazo de Rubiáns, en el ayuntamiento de Vilagarcía de Arousa. Aquí concurren un pazo de cinco siglos de antigüedad conservado en perfecto estado, un gran jardín, un huerto y un bosque ajardinado, un viñedo de albariño y un monte de alcornoques. El conjunto suma 65 hectáreas. Más de cien especies de flores adornan el jardín, pero la camelia es su emblema desde que a principios del siglo XIX se plantaron las primeras, regalo del duque de Caminha. Sin duda, otro elemento que os llamará la atención son sus eucaliptos, traídos por el obispo de Tui a esta finca sobre 1820 y que hoy se encuentran entre los más grandes de Europa al superar los catorce metros de perímetro.



Pazo de Rubiáns.



Pazo de Oca.

se con cita previa. A la entrada se encuentra una gran casa de labranza; una capilla dedicada a la Virgen de la Saleta, que en su interior conserva un retablo y una bóveda policromada; y un gran hórreo.

Bien de Interés Cultural, del que forman parte la iglesia de San Benito, una atalaya-mirador y un bello arco-puente barroco.

Además de las bodegas, el interior del Pazo de Fefiñáns acoge una hectárea de viñedo con cepas centenarias de albariño y un bosque

de especies autóctonas y bojcs centenarios, entre los que podremos pasear.

Cambados, un buen lugar para cenar y dormir

La finca de A Saleta, en Meis, posee un extenso jardín de tipo inglés

En la finca de A Saleta, en el municipio de Meis, al que llegamos desde la PO-531. El lugar exacto se conoce como San Vicente de Meis. Aquí hallaremos un jardín de cinco hectáreas de tipo inglés, diseñado por la arquitecta paisajista Brenda Colvin y que puede visitar-

Toda la comarca de O Salnés ofrece establecimientos de calidad donde poder dormir, pero el símbolo es el Parador del Pazo de Bazán, en Cambados. Tras el descanso podemos aprovechar la ocasión de hallarnos en la conocida como capital del albariño, para organizar una visita a las bodegas de Fefiñáns. Éstas se alojan en un impresionante pazo integrado en un conjunto artístico del siglo XVI, declarado



Pazo de Santa Cruz de Ribadulla.

La falta de perfiles técnicos se agrava en España mientras crece el número de universitarios



Bruselas alerta: las pymes ya no pueden absorber más licenciados pero faltan empleados para los oficios

Redacción.

España forma más universitarios que la media europea, pero el mercado laboral no logra darles salida, según un informe de la Comisión Europea. A la vez, crece la demanda de perfiles técnicos y profesionales.

La Comisión Europea advierte de que el mercado de trabajo español no puede absorber el elevado número de titulados universitarios que genera el sistema educativo. Una realidad que sitúa España como el país con la mayor tasa de sobrecualificación de toda la UE. Según el último Education and Training Monitor, el 35% de los graduados españoles trabaja en empleos por debajo de su nivel formativo, frente a una media europea del 21,9%. Dicho de otro modo: la mitad de los jóvenes cuenta ya con estudios superiores, mientras faltan técnicos y profesionales en numerosos oficios.

De hecho, el informe comunitario subraya que la proporción de jóvenes con educación superior en Es-

paña alcanza el 52,6%, ocho puntos porcentuales por encima de la media europea y una ratio muy superior al objetivo del 45% fijado para 2030. Sin embargo, este aumento no se ha traducido en una mejor adecuación al mercado laboral, que sigue mostrando un fuerte desajuste entre las cualificaciones disponibles y las necesidades reales de las empresas.

Para autónomos y pequeños negocios, este desequilibrio tiene una consecuencia directa: mientras crece el número de titulados generalistas con dificultades para encontrar empleo acorde a su formación, persiste una escasez de perfiles técnicos, digitales y operativos en sectores clave. De hecho, un informe reciente del Banco de España revela que el 48% de las empresas españolas tiene dificultades para cubrir vacantes en sus plantillas. Una cifra que alcanza máximos históricos desde que se elabora este indicador y que afecta especialmente a sectores intensivos en oficios y trabajo técnico.

Más de 62.000 pymes exigen excepciones para sus programas de facturación

Panaderías, carnicerías y pescaderías piden a Hacienda eximir de Verifactu a las micropymes de la alimentación



Redacción.

Las patronales del comercio especializado de pescado, pan y carne piden que sus programas de facturación no tengan que adaptarse a Verifactu, por su "impacto desproporcionado" en autónomos y micropymes.

Las patronales del comercio especializado del pescado, el pan y la carne, han reclamado la exoneración del sistema Verifactu para las microempresas del comercio minorista de alimentación; además de un paquete de ayudas para aquellos negocios que finalmente deban adaptarse. La petición se produce tras la aprobación del Real Decreto 15/2025, de 2 de diciembre, que amplía los plazos para adaptar los sistemas informáticos de facturación y fija la entrada en vigor de la norma el 1 de enero de 2027 para las empresas que presentan Impuesto de Sociedades y el 1 de julio de 2027 para el resto de contribuyentes.

La Federación Nacional de Asociaciones Provinciales de Empresarios Detallistas de Pescados y Productos Congelados (Fedepesca), la Confederación Española de Organizaciones de Panadería (Ceopan) y la Confederación Española de Detallistas de la Carne (Cedecarne) valoran positivamente esta ampliación de plazos. Según ellas, ofrece un margen adicional para analizar con mayor profundidad la realidad del tejido alimentario artesano y tradicional, formado mayoritariamente por autónomos y

micropymes con recursos humanos, técnicos y económicos muy limitados.

Los datos del Directorio Central de Empresas (Dirce) a 1 de enero de 2025, recogen que existen 62.082 en España negocios de personas físicas dedicadas al comercio minorista especializado de alimentación con hasta nueve trabajadores. Para ellos, la principal preocupación es que una aplicación homogénea del sistema Verifactu genere costes y obligaciones desproporcionadas que comprometan su viabilidad.

Estas organizaciones subrayan que una parte significativa de estos comercios ya opera bajo regímenes fiscales simplificados y que su aportación potencial al control del fraude fiscal es reducida. Lo que, a su juicio, justificaría una exoneración específica con un impacto muy limitado para la Administración tributaria.

El aplazamiento de Verifactu es un alivio temporal que no resuelve el problema de fondo

El retraso de la entrada en vigor hasta 2027 se interpreta como un alivio inmediato, pero no como una solución definitiva para el comercio minorista especializado de alimentación. Las patronales señalan que el sector al que representan está integrado, en su mayoría, por negocios familiares y autónomos que trabajan de media 47 horas semanales y que, en el caso del comercio alimentario, soportan jornadas aún más extensas por las

necesidades del nocturno abastecimiento.

Según los datos manejados por las organizaciones, las exigencias legislativas y regulatorias acumuladas suponen al menos 200 horas anuales de carga administrativa para los autónomos, lo que reduce de forma significativa su tiempo de conciliación personal y familiar. Esta presión normativa, añaden, afecta directamente a la rentabilidad de los pequeños negocios y compromete la posibilidad real de vivir de su actividad.

De hecho, las patronales defienden que la implantación de Verifactu debe adaptarse a las singularidades fiscales y operativas del comercio minorista de alimentación para evitar efectos desproporcionados. El objetivo de transparencia y control fiscal de la norma no se cuestiona, pero sí la aplicación uniforme a un colectivo con una estructura administrativa mínima y una elevada dependencia del trabajo personal del titular.

Un sector con características fiscales y operativas propias

El comercio minorista especializado de alimentación se caracteriza por realizar fundamentalmente ventas a consumidores finales y por operar, en muchos casos, bajo el Régimen Especial del Recargo de Equivalencia del IVA. Este régimen implica que no se presenten autoliquidaciones periódicas de IVA, no se deduzca el impuesto soportado y que una parte relevante de las operaciones no exija la expedición de facturas.



ASESORÍA Y CONSULTORÍA
FISCAL, CONTABLE Y LABORAL

C. Rollo, 34, bajo B. 15300 Betanzos
Telf.: 981 970 606 www.rccgestion.net



Culleredo saca a licitación la reforma integral de la calle Andrés Pan Vieiro, en O Burgo

El Concello de Culleredo reformará la calle Andrés Pan Vieiro, situada en el centro de O Burgo para ello ha sacado a licitación los trabajos, con un presupuesto de 461.940 euros. La actuación busca mejorar la seguridad vial, la accesibilidad y la calidad urbana de este eje residencial clave del municipio.

El alcalde, José Ramón Rioboo, y el presidente de la Deputación da Coruña, Valentín González Formoso, acordaron la cofinanciación de la actuación con la firma de un convenio de colaboración. La institución provincial aporta 250.000 euros, el 54% del total de la inversión, procediendo la cantidad restante de las arcas municipales. "Será unha transformación integral da rúa para a mellora tanto funcional como estética", señala Rioboo. La calle Andrés Pan Vieiro está integrada en la malla residencial principal del núcleo, sirviendo de principal conexión entre la avenida de Acea de Ama y Ribados, y funcionando como itinerario peatonal

para equipamientos como el Conservatorio, el CEIP Isaac Díaz Pardo, el polideportivo o el campo de fútbol. Se ampliarán e iluminarán los pasos de peatones, elevando dos de ellos. Se renovarán los pavimentos de todas las aceras y calzada de la calle, que estará adaptada a la normativa de accesibilidad.

Los aparcamientos se cambiarán de orientación en el margen derecho, permitiendo aparcar marcha atrás en oblicuo. El ancho del carril se incrementará hasta los 3,5 metros. También se unificarán los accesos rodados a garajes.



6,5 millones de fondos europeos para el Plan de Acción Integrada

El Ministerio de Hacienda ha publicado la resolución definitiva de la convocatoria de ayudas del Plan EDIL y entre las mejores puntuaciones están las obtenidas por Culleredo. En consecuencia, podrá desarrollar su Plan de Acción Integrado con 6.547.728 euros de fondos europeos, el 60% de una inversión total de 10.912.880.

Según la evaluación, Culleredo obtuvo 67 puntos, la quinta con mejor valoración en Galicia dentro de la categoría de ciudades intermedias, superando incluso a municipios como Carballo, Narón o Fe-

rol. Los criterios valoraron, entre otros aspectos, la capacidad transformadora del plan, la viabilidad de los proyectos, la capacidad de cofinanciación y la participación ciudadana. El Gobierno de Culleredo diseñó un Plan de Acción Integrado enfocado en el litoral, coordinado con la regeneración ambiental de la ría de O Burgo.

La meta es superar las barreras físicas para conectar la ría con los espacios urbanos a la vez que se producen mejoras ambientales, impulsar servicios y actividades, y para ello se plantean cuatro proyectos: 'Avenida da Ría', que cohesio-

narán los núcleos existentes en torno a este espacio natura, y está dotado de 1.450.000 € para reordenar y renaturalizar las avenidas de Fonteculler y Acea de Ama; 'Conectores Ría-Ciudad', que aumentará la accesibilidad entre la trama residencial y los espacios verdes y servicios del borde de la ría, y es la parte del plan con mayor inversión, con 5.916.363,22 €; 'Áreas de Centralidad', que modernizará los espacios públicos, lo que permitirá reforzar las actividades comerciales y de servicios.

El Concello aporta
700.000 euros al año

Culleredo denuncia que la Xunta sigue sin financiar el Conservatorio de Música



El Concello de Culleredo denuncia "la nula aportación por parte de la Xunta de Galicia en el mantenimiento del Conservatorio, a pesar de que se trata de la administración competente en la materia". El Gobierno local denuncia que "la Xunta vuelve a dar la espalda a Culleredo".

En contraposición, Culleredo es uno de los beneficiarios del programa de ayudas de la Diputación da Coruña para el funcionamiento de centros de enseñanza musical. La institución provincial acaba de resolver la convocatoria por la que el Conservatorio Municipal de Música recibirá 25.000 euros para el funcionamiento en 2026. El Concello de Culleredo dedica en sus presupuestos anuales más de 700.000 euros para que el Conservatorio funcione: "Apostamos por el Conservatorio porque es mucho más que formación musical, es un proyecto de educación en valores", destaca el alcalde, José Ramón Rioboo, que considera "inexplicable y fuera de toda lógica" que la Xunta no quiera apoyar la enseñanza en el centro cullerdense.

Esta situación es muy diferente en otros municipios, dicen, donde la administración autonómica sí que asume el 100%, como es el caso de A Coruña. Por ello el Concello trasladó en innumerables ocasiones al Gobierno gallego que debe asumir sus competencias, pero este "hizo caso omiso".

El Concello trabaja en la reforma integral de las instalaciones, una vez que en el pleno del pasado 30 de diciembre se aprobó la partida. Se incluyó en el expediente de crédito a cargo del remanente, que inicialmente se dedicaba solo a infraestructuras deportivas, pero finalmente el Gobierno local atendió a la propuesta del BNG y lo amplió a otras actuaciones. El alcalde señala que los fondos dedicados a educación "son siempre una inversión, no un gasto" porque quieren "promocionar precisamente un centro propio, que educa desde edades tempranas y que aborda un ámbito que es un pilar social como la música".

El Conservatorio Municipal de Culleredo es gratuito al 100% para el alumnado desde el pasado curso.

Los vertidos en el rural conllevan multas de hasta 3.000 euros

El Ayuntamiento de Culleredo alerta de nuevos vertidos incontrolados de residuos en el rural del municipio y hace un llamamiento a utilizar los servicios gratuitos disponibles para evitar estas conductas. El gobierno local explica que, gracias a la vigilancia de las fuerzas de seguridad municipales

y a la colaboración vecinal, se han detectado incidencias en caminos aislados pero accesibles con vehículos, en parroquias como Ledoño, Sésamo o Sueiro, además de otros puntos del rural. La administración local condena estos hechos por su impacto ambiental y por el daño que provocan.

NRS E-15-000120

óptica cambre

CUIDAMOS DE TU SALUD VISUAL

info@opticacambre.com

Telf.: 981 676 002. WhatsApp: 658 803 030
Plaza de Europa, 5 bajo. 15660 Cambre (A Coruña)

Carral retoma la rehabilitación de la pista deportiva de Tabeaio

El Concello de Carral retomará las obras para rehabilitar la pista deportiva de Tabeaio. Lo hará, eso sí, con un proyecto «más ambicioso que el orixinal», según destaca el alcalde, José Luis Fernández Mouriño. El diseño contempla, entre otras mejoras, la instalación de una nueva cubierta.

El regidor subraya que el recinto cuenta «con un gran uso que se verá incrementado tras la realización de estas obras, con independencia de las condiciones climatológicas».

La nueva cubierta permitirá un mayor uso a nivel deportivo, pero también convertirá este recinto en un espacio polivalente ideal para acoger la celebración de actividades deportivas, culturales y sociales.



Cambre.

La pista del CEIP Wenceslao Fernández Flórez estrena iluminación. La instalación podrá utilizarse con este servicio hasta las 22.00 h. La pista deportiva del CEIP Wenceslao Fernández Flórez ya dispone de iluminación, una mejora que permite ampliar su uso más allá de las horas de luz natural. La actuación facilita que se puedan realizar actividades y entrenamientos

CEIP Wenceslao Fernández Flórez

también en horario de tarde-noche, algo especialmente útil durante el invierno, cuando oscurece antes.

El Ayuntamiento de Cambre ha indicado que el uso de la pista con iluminación estará permitido hasta las 22.00 h. Este tope horario pretende compatibilizar el aprovechamiento de la instalación con la convivencia en el entorno, al tiempo que se fomenta la práctica deportiva con mayor visibilidad y seguridad.



La Xunta destinará 30.000 euros a la escuela infantil pública de Carral

La Xunta invertirá cerca de 30.000 euros en la escuela infantil pública autonómica de Carral que permitirá mejorar los servicios y la atención que se ofrece en este centro. Los trabajos incluirán la construcción de un almacén y la cubrición del patio posterior, lo que conectará la cubierta del patio existente en la actualidad con el almacén proyectado, cubriendo la zona en su

totalidad para que los niños y las niñas puedan usarlo durante todo el año. Esta intervención es el compromiso de la Xunta con la atención a la infancia y el apoyo a la conciliación de las familias, a través de inversiones de mejora en los centros de 0 a 3 años o también con medidas pioneras como la gratuidad de esta etapa educativa. Este es el cuarto curso con-

secutivo en el que las familias gallegas no tienen que pagar nada por la atención educativa de sus hijos o hijas, vayan a una escuela 0-3 de la Xunta, dependiente de un ayuntamiento, de iniciativa social o privada. Gracias a la gratuidad, Galicia lidera la tasa de escolarización en el primer ciclo de Infantil con casi un 65%, situándose 15 puntos por encima de la media nacional.



El Concello de Carral y Xunta estudian la construcción de un nuevo centro de salud

Carral.

El Ayuntamiento de Carral está analizando junto a la Xunta de Galicia las necesidades actuales y futuras de la atención sanitaria en el municipio. El alcalde, José Luis Fernández Mouriño, mantuvo una reunión de trabajo con el conselleiro de Sanidade, Antonio Gómez Caamaño, para revisar posibles mejoras en la atención primaria y en las instalaciones del centro de salud. En el encuentro participaron también el gerente del área sanitaria de A Coruña y Cee, Luis Verde, la directora general de Recursos Económicos del Servizo Galego de Saúde, Amparo Pousada, así como la concejala de Sanidad de Carral, Cristina Casal, y el edil Francisco Bello.

Entre las opciones planteadas figura la posibilidad de construir un nuevo centro médico a corto o medio plazo en las inmediaciones del actual. Además, se acordó que personal técnico de la Consellería visite próximamente el municipio para analizar sobre el terreno las necesidades del centro de salud a corto y medio plazo. A la espera de esa visita, ambas partes coincidieron en la importancia de mantener en buen estado las instalaciones actuales. Durante la reunión se abordaron

problemas como las humedades, la sensación térmica en el interior del edificio y la necesidad de renovar las ventanas, entre otras actuaciones consideradas urgentes. El conselleiro, según trasladó el Ayuntamiento, mostró su predisposición a impulsar las mejoras que se consideren necesarias. Fernández Mouriño subrayó que mejorar los servicios a la ciudadanía es una de las prioridades del Gobierno local y recordó que Carral ha experimentado un crecimiento demográfico notable en los últimos años, hasta situarse en torno a los 7.000 habitantes. A este incremento se suma la llegada de nuevas familias tras la finalización de edificios que habían quedado inacabados y que estaban vinculados a la Sareb. El alcalde insistió en que este aumento de población debe ir acompañado de más y mejores servicios, no solo en el ámbito sanitario, sino también en el educativo. El regidor destacó que la colaboración de la Xunta está siendo clave para avanzar en ese objetivo y señaló que el Gobierno autonómico ejecutará la ampliación del CEIP Vicente Otero Valcárcel y actuará también en la escuela infantil, dos proyectos con los que, según el Ayuntamiento, se dará un paso importante en la mejora de infraestructuras para los vecinos y vecinas.



Concierto de los Inhumanos y los Satélites en el Carnaval de Cambre

El Concello de Cambre ha presentado el programa de actividades del Entroido Cambrés, que se celebrará el viernes 21 de febrero con una intensa jornada festiva para todos los públicos. Desde las 14,00h habrá comparsas, desfile de carrozas, concurso

de disfraces y entrega de los 7.100 euros en premios.

A partir de las 21,30 horas, la fiesta continuará con las actuaciones de «Los Inhumanos», La Orquesta «Los satélites» y la animación musical del DJ Manri.



turismo.betanzos.es contiene mapas interactivos, rutas temáticas y contenidos accesibles para distintos perfiles de visitante

Betanzos presentó en Fitur su nueva página web de Turismo

Betanzos.

Betanzos presentó en Fitur su nueva página web de Turismo, concebida como una plataforma digital integral para la promoción de Betanzos, alineada con la nueva identidad visual municipal y con los criterios actuales de diseño, usabilidad y accesibilidad.

La alcaldesa, María Barral, destacó que este es un paso más en el desarrollo del programa de promoción turística, que incluye eventos y actividades para promocionar Betanzos, con presencia en ferias y otros eventos, así como la implementación de acciones online a través de redes sociales y la web. El enfoque está orientado a diferentes perfiles de visitantes, tanto para estancias cortas como para visitas más largas.

En este sentido, la primera edil indicó que era necesario «cambiar tanto la imagen como el soporte web del área de Turismo, un cambio que acerca Betanzos a los visitantes potenciales, con herramientas que les permiten planificar su visita». Entre los elementos más destacados, el edil destacó la integración de mapas interactivos, incrustados desde el subdominio *mapas.betanzos.es*, que permiten explorar intuitivamente más de 100 recursos turísticos y servicios municipales.

Estos mapas «mejoran la experiencia del usuario y facilitan la planificación de la visita», ya que «la web incorpora fotografías actualizadas, rutas temáticas y contenido estructurado para ofrecer información clara y atractiva a los diferentes perfiles de visitante». Barral indicó que todo el portal se diseñó



con un enfoque responsivo para garantizar su correcto funcionamiento en todos los dispositivos y que se creó con el objetivo de consolidarlo como una herramienta estratégica de promoción que refuerce la imagen de Betanzos

como destino cultural, patrimonial y turístico de referencia en Galicia.

El nuevo portal web de Turismo se configura como el principal portal de información turística del municipio.

Centro especial de empleo Fundación Hospitalarias Betanzos

El secretario general de Empleo y Relaciones Laborales, Pablo Fernández, y la directora general de Trabajo Autónomo e Economía Social, Marta Marino, visitaron el Centro Especial de Empleo de la Fundación Hospitalarias Betanzos, que ofrece empleo a alrededor de una veintena de personas con discapacidad y está especializado en los servicios de lavandería para el sector sociosanitario en Galicia.



Pablo Fernández destacó el valor del proyecto, cuyo objetivo es favorecer la plena integración laboral de las personas residentes en la Fundación Hospitalarias Betanzos, así como de otras personas con discapacidad procedentes de otras localidades. Subrayó también que se trata de un ejemplo de cómo, desde los principios de la economía social, se contribuye de manera efectiva a la integración laboral de personas con discapacidad al prestar servicios a empresas y entidades del entorno, generando un impacto positivo. Por su parte, Marta Marino reafirmó el compromiso del Gobierno gallego de seguir promoviendo el empleo inclusivo y de fortalecer la labor de los centros especiales de empleo. Recordó que estos centros, junto con las empresas de inserción, contaron en 2025 con un apoyo autonómico de 33,7 millones de euros.

Nuevas actividades del CEMIT de Betanzos

Los días 9, 11, 13 y 16 de febrero se impartirá el curso «Diseño con Canva» para la población general. Esta actividad tendrá lugar de 9:00 a 11:00 h. El 20 de febrero se realizará el examen «Examen de Teleformación EMA» para la población general que haya realizado previamente el curso de teleformación en la plataforma EMA. Esta actividad tendrá lugar de 9:00 a 10:00 h. El horario de acceso al examen es a las 9:00 h.

La Red CeMIT de la Xunta de Galicia se constituye como un instrumento fundamental para promover la alfabetización digital en la sociedad gallega.

Parador en el casco histórico

El Ayuntamiento de Betanzos ha vuelto a poner sobre la mesa la posibilidad de impulsar un Parador en el casco histórico. La alcaldesa, María Barral, mantuvo en Fitur una reunión con la presidenta de Paradores, Raquel Sánchez, para retomar una iniciativa que ya le había trasladado hace dos años y avanzar ahora hacia una propuesta más definida, con un inmueble concreto como opción principal. La idea inicial contemplaba entonces tres posibles ubicaciones y el compromiso de continuar trabajando para concretar la actuación en una de ellas. Con el paso del tiempo, dos de esas alternativas, vinculadas a edificaciones del ámbito eclesiástico, han quedado prácticamente descartadas por la falta de avances en los contactos mantenidos con la Iglesia, ya que (según el Ayuntamiento) no existía voluntad de venta.

En paralelo, el ejecutivo municipal mantuvo conversaciones con propietarios particulares.

Atención personalizada para tus ojos y oído

táborra
CENTRO ÓPTICO Y AUDITIVO

visítanos en...

Avda. Jesús García Naveira, 5. 15300 BETANZOS

AVDIO SHOP CENTRO AUDITIVO

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

- 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) Telfs.: 881 980 165 - 626 407 200
hizom@centroauditivoaudioshop.com



Plan Único, con 5,8 m€ en ocho años

La diputada Cristina García visitó las obras de mejora del Centro Social de Ouces 'Antonia Pato Pardo', financiadas con cargo al POS+2024

La diputada de Planes Provinciales y Asistencia a Ayuntamientos de la Diputación de A Coruña, Cristina García, visitó las obras de mejora del Centro Social de Ouces 'Antonia Pato Pardo', en Bergondo, una actuación incluida en el Plan provincial de cooperación a las obras y servicios de competencia municipal (POS+2024). En la visita estuvo acompañada por la alcaldesa, Alejandra Pérez, así como los concejales de gobierno José Ramón Lorenzo Carou (PSOE) y Juan Antonio Fariña Pedreira (Alternativa), y David Carro (BNG). Cristina García puso en valor el compromiso de la Diputación de A Coruña con los ayuntamientos a través del POS/POS, destacando que «este plan provincial permite hacer realidad actuaciones necesarias para mejorar la calidad de vida del vecindario, apoyando a los gobiernos locales en la financiación de obras que modernizan servicios y recuperan espacios de uso comunitario». La diputada subrayó también la importancia del Plan Único para apoyar los Ayuntamientos y «seguir invirtiendo en infraestructuras y equipamientos públicos con los que prestar mejores servicios al vecindario». Entre el 2017 y 2025, el Ayuntamiento de Bergondo recibió cerca de 5,8 millones de euros con cargo a este plan provincial, destinados a mejorar infraestructuras y servicios municipales. En lo POS/POS de este año, la cantidad asignada inicialmente al municipio asciende a unos 730.000 euros. La alcaldesa destacó que se está trabajando «a buen ritmo» para hacer un «cambio» en el edificio, de manera que se encuentre en óptimas condiciones para acoger las distintas actividades, municipales como de las entidades sociales que acoge el espacio.

El estudio micológico en el Pazo, se extenderá de enero a diciembre de 2026

El estudio micológico en el Pazo de Mariñán descubre dos especies inéditas en Galicia

La Sección de Medio Ambiente de la Diputación impulsó un estudio micológico en el Pazo de Mariñán con el objetivo de catalogar su biodiversidad y armar medidas para protegerla.

El Pazo de Mariñán, propiedad de la Diputación de A Coruña, confirma su potencial como uno de los espacios de mayor biodiversidad de Galicia. La primera salida de campo del estudio micológico realizado por la Federación Gallega de Micología se saldó con un grande descubrimiento científico: la localización de tres especies de setas de especial rareza, dos de ellas inéditas hasta el momento en el catálogo gallego: a *Microglossum truncatum* y a *Glutinoglossum triseptatum*.

Este hallazgo temprano no solo valida el interés científico del estudio, sino que refuerza la necesidad de las medidas de conservación que la institución provincial está poniendo en marcha para proteger el medio natural en este histórico espacio. El estudio micológico en el Pazo, impulsado por el área de Medio Ambiente de la Diputación, se extenderá de enero a diciembre de 2026 y surge como responde a las conclusiones de la I Jornada Micológica desenvuelta el pasado 11 de octubre. En aquel encuentro se constató una riqueza fúngica excepcional y muy poco estudiada, pero también una grave carencia: la falta de protección. El estudio cuenta con un doble objetivo: científico y conservacionista. La identificación detallada de las especies servirá de base para elaborar, al final del estudio, mapas de hábitats y materiales divulgativos (folletos

y carteles) que señalen las especies de valor y la prohibición expresa de recolección de setas, así como de la alteración del medio.

En esta primera inspección de enero, los micólogos de la Federación realizaron hallazgos de grande relevancia científica. Los hongos *Microglossum truncatum* y *Glutinoglossum triseptatum*: dos especies inéditas en Galicia. Su descubrimiento en Mariñán supone un hito científico que ponen de manifiesto la singularidad del ecosistema del pazo.

Por otra parte, la especie *Galerina atkinsoniana*: una especie muy poco frecuente, de la que solo existía una mención antigua en listados previos sin confirmar. Su localización actual aporta información valiosa sobre la persistencia de la biodiversidad en este emblemático lugar.

El estudio micológico en el Pazo de Mariñán es desarrollado por la Federación Gallega de Micología, entidad que agrupa a 17 asociaciones y a los micólogos más destacados de la comunidad. El estudio contempla un total de 18 visitas con el fin de realizar un seguimiento exhaustivo de los hongos en todas las estaciones. El objetivo de la Diputación de A Coruña es poner al Pazo de Mariñán en el mapa como centro de importancia micológica a nivel gallego, al igual que en la actualidad ya es un referente por la singularidad de su arbolada y su colección de camelias. El informe final de este trabajo será la piedra angular para garantizar que esta riqueza natural sea respetada, admirada y correctamente conservada.



Bergondo licita dos obras de saneamiento en Covas y Outeiro por 298.055 euros



El Ayuntamiento de Bergondo ha sacado a concurso dos obras de saneamiento en los lugares de Covas (parroquia de Bergondo) y Outeiro (parroquia de Ouces) por un importe total de 298.055 euros. Con la ejecución de ambas intervenciones, el gobierno local señala que quedará cerrada la cuarta fase del Plan de Saneamiento municipal. Los trabajos están financiados a través del POS Adicional de la Diputación de A Coruña. En el caso de Covas, la actuación se sufragará con cargo a la convocatoria 2/2023, mientras que la de Outeiro se enmarca en la convocatoria 2/2024.

El proyecto de Covas, con un presupuesto de 129.417,73 euros, dotará a este núcleo de una infraestructura básica de la que actualmente carece en algunos puntos y permitirá renovar un tramo de la red existente. Además, se rea-

lizarán mejoras en la red de recogida de aguas pluviales con el objetivo de poner fin a las inundaciones que se están produciendo en la zona baja de Miodelo, en la carretera AC-161.

Por su parte, en Outeiro se ejecutará una nueva red de saneamiento y pluviales que se conectará a las redes municipales ya existentes. La orografía del terreno obligará a trazar parte de las canalizaciones por parcelas privadas para lograr, por gravedad, un punto de conexión con la red municipal, por lo que será necesario recurrir a expropiaciones. Esta intervención cuenta con una inversión de 168.637,87 euros.

Desde el gobierno municipal destacan que seguir ampliando un servicio básico como el saneamiento repercute de manera directa y muy importante en la calidad de vida de los vecinos y vecinas de estas dos aldeas.



Carnaval en Abegondo

Abegondo celebra el domingo 15 de febrero el Carnaval con una programación que incluye el tradicional desfile que dará comienzo a las 18:30 horas, un concurso de disfraces y la actuación de Carlos Manteiga.

El certamen se divide en cuatro categorías: individual, por parejas, en grupo, comparsas y el

premio especial. Las personas que quieran participar y optar a los premios, deberán inscribirse antes del día 15 en el Concello. Además, como novedad, este año todos los empadronados que acudan disfrazados y estén previamente inscritos recibirán un regalo, tanto los niños como los adultos.

Entroido de Oleiros

La parroquia de Nós, en Oleiros, celebrará el Entroido 2026 el martes 17 de febrero con una jornada festiva en la Praza da Liberdade, en el entorno de la pista polideportiva de la Casa do Pobo.

La propuesta invita a vecinos y visitantes a sacar sus disfraces y sumarse a una tarde con actividades para todos los públicos.

La programación arrancará a las 17.00 horas con animación infantil y continuará a las 18.00 horas con un desfile de disfraces. A las 18.30 horas está prevista la actuación del dúo 'Alba y Selu', que vuelve a participar por segundo año consecutivo en esta celebración.

La jornada incluirá también degustación de productos típicos, con filloas, rosquillas y orejas (gratis para socios al corriente de pago), y el sorteo de un lote de Entroido entre las personas asistentes.

La iniciativa está organizada por la Asociación Vecinal Os Rueiros, con la colaboración del Ayuntamiento de Oleiros y la Diputación de A Coruña.

Contará con las actuaciones de Nashville Pussy, The Lords of Altamont y The Jackets

El "Touliñapop Festival 2026" vuelve a Sada el sábado 9 de mayo

Sada.

Sada ya tiene fecha para su cita musical estrella: el "Touliñapop Festival".

Esta nueva edición se celebrará el sábado 9 de mayo. El festival está promovido por la Asociación Cultural Touliñapop, nacida en Sada en 2017 con la idea de impulsar la actividad sociocultural en el municipio, y cuenta con la colaboración de distintas entidades e instituciones.

La propuesta, de acceso gratuito, volverá a desplegar su programación en el paseo marítimo y en distintos puntos del municipio, con una jornada pensada para enlazar conciertos y sesiones musicales sin pausa.

En el escenario principal de la plaza actuarán Nashville Pussy y The Lords of Altamont (USA), junto a The Jackets (Suiza). En-

tre banda y banda, Suzie Staysick y Phil Speto pondrán ritmo con sus selecciones para mantener el ambiente durante toda la tarde.

El festival sumará además el formato "Touliñapop na rúa" y una sesión vermú en el Puerto de Sada a partir de las 13.30 horas, con Bee Dee Kay Drives The UFO-zzzz.

Ya más avanzada la jornada, DJ PizarraPop animará la Rúa do Río (en homenaje a Moby Dick) para que la música siga sonando. La playa de Sada será otro de los puntos clave, con los directos de The Fuzillis (18.00 horas) y Brad Marino (19.00 horas).

Y para cerrar la noche, la organización anuncia un guateque desde las 2.00 horas con Diego Thee Blind Crows, El Tigre de Malasia, Ángel Snap, Jokín Misterklin y Juancho Discos Lizard.



El festival está promovido por la Asociación Cultural Touliñapop, nacida en Sada en 2017 con la idea de impulsar la actividad sociocultural en el municipio, y cuenta con la colaboración de distintas entidades e instituciones.

Renovación del DNI y pasaporte

Una unidad móvil de expedición de documentos de identidad se desplazará a la Plaza Esther Pita de Santa Cruz los días 10, 11 y 12 de febrero para realizar los trámites de renovación de documentos nacionales de identidad y pasaportes. Los interesados pueden solicitar cita previa llamando a la Policía Local al 981 61 00 01.

Los documentos necesarios para renovar el DNI son una foto reciente a color y el DNI antiguo (en caso de renovación por caducidad). Si hay cambios en los datos de filiación, también se debe presentar un certificado del Registro Civil; y si la renovación se debe a un cambio de domicilio, se debe adjuntar un certificado de empadronamiento. En caso de renovación del DNI por pérdida o robo, si se encuentra en período de renovación (dentro de los últimos 180 días de vigencia), la documentación será la misma que para una renovación por caducidad. En caso contrario, se emitirá un duplicado y no será necesario presentar foto.

Sada reunió a más de 500 personas en el X Trail Costa Doce

Sada.

Sada celebró el pasado 25 de enero la Trail Costa Doce tras la suspensión de la carrera nocturna programada para el día anterior debido a las malas condiciones meteorológicas. Con 560 inscritos, esta edición tuvo un carácter muy especial al celebrar su décimo aniversario consolidándose como la carrera de referencia en el calendario deportivo de Sada.

Al finalizar la carrera, los participantes disfrutaron de un refrigerio final con callos, fruta y bebida. A su vez, el refrigerio programado para ayer se donó a las organizaciones Padre Rubinos y CASCO.



El alcalde, Benito Portela, quien también participó en la carrera, recordó que este fue uno de los primeros eventos deportivos impulsados, con la llegada del actual gobierno municipal y quiso dedicar esta edición a los pioneros de la prueba y al Club de Atletismo Sada, clave para hacer posible la Trail Costa Doce a lo largo de los años.

Por su parte, la concejala de Deportes, Rebeca Mouriño, destacó la alta participación de este año y agradeció especialmente a todo el personal de emergencias y seguridad, los voluntarios del CAS y el personal municipal por su labor, que permitió que este evento se desarrollara sin incidentes.

Renovación de la red de abastecimiento de agua entre Quinta Canaima y la rotonda de A Pezoca

El Concello de Oleiros inició los trabajos para continuar con la renovación de la red de abastecimiento de agua del municipio. Las obras se centran en el tramo comprendido entre Quinta Canaima y la rotonda de A Pezoca, en la avenida Francisca Herrera. El presupuesto para esta actuación, que cuenta con un plazo de ejecución de 7 meses, asciende a 806.285 euros.

PESCADOS GELU
DE LA MAR A LA MESA
PESCADOS GELU IGLESIAS
Pescados y mariscos Gelu Iglesias
TLF.: 615 450 333
PLAZA DE LUBO PUEBLO 25-26 A CORUÑA

CACTUS HUMEDADES
¡LLAMADA GRATUITA!
900 107 683
FILTRACIÓN
cactus HUMEDADES S.L. CAPILARIDAD
CONDENSACIÓN
IMPERMEABILIZACIÓN
Diagnóstico Gratuito

Teatro social, humor, propuestas familiares y exposiciones en el CCC Manuel Murguía

Programa cultural “InvernArte 2026” en Arteixo

El Concello de Arteixo ha comenzado en enero la programación cultural bajo el sello InvernArte, una propuesta que convierte al Auditorio del Centro Cívico Cultural Manuel Murguía en el epicentro cultural del municipio durante el invierno. Teatro, música, circo, monólogos y exposiciones conforman una agenda diversa pensada para públicos de todas las edades.

La programación de teatro para adultos destaca este año por su marcado contenido social y humano, con obras que invitan a la reflexión y al diálogo colectivo. El 6 de marzo, se representará “Manual de patronaje”, una emotiva

pieza que rinde homenaje a las abuelas y a las personas cuidadoras a través de un diálogo entre generaciones. La comedia también tendrá su espacio en InvernArte con el monólogo de David Perdomo (6 de febrero), cargado de sátira social. Por su parte, Verdeiras ofrecerá el 13 de febrero “As formas do amor”, una propuesta que recorre las emociones humanas desde diferentes perspectivas.

La programación familiar combina disciplinas como el circo contemporáneo y la música con valores educativos. El 20 de febrero se podrá disfrutar de “Teatro de papel”, de Rauxa Cia,



una propuesta visual y poética que mezcla circo y manipulación de objetos. Una semana después, el 27 de febrero, Mama Cabra y Aurora presentarán “Bosque”, un espectáculo musical con mensaje ambiental.

El cierre de la programación teatral familiar llegará el 13 de marzo con “Berenguela na gaiola”, una obra que reflexiona sobre la libertad, la ilusión y el paso del tiempo en la tercera edad.

La conocida como “arte en el asfalto”

Arteixo Futuro propone murales en la calzada para frenar la velocidad

La plataforma ciudadana Arteixo Futuro propone la creación de murales artísticos sobre el asfalto en las zonas colindantes a los centros educativos del municipio como una fórmula innovadora para la pacificación del tráfico. La iniciativa parte de la constatación de que los colegios de Arteixo se ubican en entornos muy diversos, desde el núcleo urbano central hasta parroquias como Vilarrodís, Meicende o Pastoriza. La conocida como “arte en el asfalto” se plantea como un elemento más para humanizar los espacios destinados al tráfico rodado.

Diversos estudios internacionales han puesto de relieve su impacto positivo en la reducción de accidentes, tanto colisiones entre vehículos como atropellos.

Un informe de Bloomberg Philanthropies publicado en Estados Unidos en 2022 señala reducciones de hasta el 50 % en este tipo de incidentes tras la aplicación de intervenciones gráficas en la calzada. Estos resultados sitúan la medida como una alternativa o complemento a otras soluciones tradicionales como

los badenes, los pasos de peatones elevados o la instalación de semáforos.

Con este contexto, Arteixo Futuro propone la ejecución de un primer mural piloto en el entorno de la Avenida de Caión, concretamente en el cruce de acceso a la zona escolar compartida con el Pazo dos Deportes y varios establecimientos comerciales. La plataforma ya ha elaborado una recreación visual de este cruce “pacificado” mediante una herramienta de inteligencia artificial de Google.

Desde Arteixo Futuro destacan que se trata de una actuación de coste muy reducido en comparación con otras intervenciones en materia de tráfico y seguridad peatonal. Además, consideran que podría extenderse progresivamente a las áreas de influencia de las escuelas infantiles, los colegios de educación primaria y los institutos de los distintos núcleos del municipio, situando a Arteixo como referente pionero en la aplicación del “arte en el asfalto” al servicio de la seguridad pública.



Nuevo centro integral de rehabilitación de daño cerebral de Adaceco en Eirís

La Diputación de A Coruña destinará 300.000 euros a la construcción del nuevo centro integral de rehabilitación de daño cerebral adquirido que Adaceco está levantando en el barrio coruñés de Eirís. El anuncio lo realizó el presidente provincial, Valentín González Formoso, durante una visita a las obras junto a la alcaldesa, Inés Rey, con el objetivo de impulsar la recta final de un proyecto considerado estratégico por la entidad.

El nuevo centro está construyéndose en una parcela de casi 2.000 m², situada entre las calles Solís y Eirís de Arriba, y contará con planta baja y dos alturas. Las nuevas instalacio-

nes permitirán ofrecer atención especializada a alrededor de 40 personas, con un modelo de intervención integral basado en la rehabilitación física, cognitiva, funcional y psicosocial, así como apoyo a las familias. El centro contará con planes de atención personalizados, estancias de mañana y tarde, servicio de comedor, transporte adaptado y actividades terapéuticas, con tecnología puntera en neurorehabilitación. La inversión total de las obras del centro supera los 2 millones de euros y, además de la aportación de 300.000 euros de la Diputación, que representa alrededor del 15% de la inversión total de las obras.



CENTRO MÉDICO SANTA MARÍA

ESPECIALIDADES:

- Otorrinolaringología
- Dermatología
- Psicología
- Podología

INFORMES MÉDICOS Y PSICOPEDAGÓGICOS PARA:

Invalidez • Minusvalía • Secuelas de accidentes
Paciente mayor • Necesidades especiales de atención educativa (NEAE) • Especialistas en IDAH (trastorno por déficit de atención e hiperactividad)

Horario de 9:30 a 13:30h. - 16:30 a 19:30h. Sábado de 9:30 a 14:00h.



ORTOPEDIA BETANZOS

CAMAS • ANDADORES • SILLAS DE RUEDAS (plegables, eléctricas...)

CALZADO (Pie diabético) • FAJAS Y PLANTILLAS A MEDIDA

PRÓTESIS DE MAMA (sujetadores y bañadores) • BRAGUEROS (hernias), etc.

Horario de 9:30 a 13:30h. - 16:30 a 19:30h. Sábado de 9:30 a 14:00h.

C/ Dr. José Fariña, 6. Betanzos. Tel./Fax: 981 77 20 39 - 622 214 040

info@ortopediabetanzos.es

CENTRO DE DÍA CASTELAO



PARA PERSONAS MAYORES

De 8:00h a 20:00h.
de lunes a sábado excepto festivos.

Servicio de transporte adaptado (consultar condiciones y disponibilidad).

Río Mandeo, 35 bajo. Betanzos. Telf. 981 77 39 93 - 672 627 768 / centro_dedia@hotmail.com

Próxima apertura (2026)

Residencia para personas mayores en Ambroa (Irixoa)

Información y reserva plazas: centro_dedia@hotmail.com

Nuevos cursos gratuitos de formación digital en Narón

La Casa da Mocidade ubicada en A Gándara acogerá los nuevos cursos gratuitos de formación digital impulsados por el Concello de Narón y la asociación Cibervoluntarios. Dentro de las ofertas para mayores de 18 años se celebrará del 23 al 26 de febrero el curso "Crea contido con IA", el 9 y 12 de marzo "Como buscar emprego no mundo dixital", "O teu currículo dixital", del 23 al 26 de marzo, "Seguridade: protexe o teu mundo dixital" del 20 al 23 de abril y "Apps útiles para a xestión de trámites en Internet" desde el 11 al 14 de mayo.

Se establece también una programación específica para mayores de 60 años "orientada a facilitar a iniciación no uso das tecnoloxías dixitais e a comunicación a través de dispositivos móbiles e aplicacións habituais". Se incluyen específicamente en esta modalidad "Iniciación ao mundo dixital", "Comunica con confianza: WhatsApp e Telegram" y "Aprende a manejar as túas redes sociais", que tendrán lugar este mes de febrero en marzo y mayo. Todos aquellos interesados en tomar parte en alguna de estas propuestas ya pueden formalizar su inscripción, completamente telemática, a través de la página web de Cibervoluntarios.

La Consellería de Emprego, Comercio e Emigración destina 3.900.000 euros en ayudas al comercio minorista y talleres artesanales

Veintitrés negocios de Ferrolterra accedieron a las ayudas de innovación



Un total de veintitrés establecimientos de Ferrol, Eume y Ortegal se beneficiaron el año pasado de las ayudas impulsadas por la Xunta para apoyar proyectos de innovación, digitalización y mejora de la sostenibilidad del comercio retail y de los talleres artesanales. Según informó la delegada territorial del gobierno autonómico, Martina Aneiros, se concedieron subvenciones por valor de 100.000 euros, entre los que se encuentran los 15.000 de la zapatería Vicky Nores, que visitó para animar a los establecimientos a

solicitar las ayudas en la convocatoria de este año.

La delegada territorial explicó que la Consellería de Empleo, Comercio y Emigración destina la esta convocatoria un presupuesto de 3,95 M€.

En concreto abarca tres líneas de ayudas compatibles entre sí. Una está orientada a la digitalización e innovación comercial; otra a la modernización y mejora de la imagen; y la última, a incrementar la sostenibilidad ambiental a través de una mayor conciencia

sobre los embalajes.

Martina Aneiros explicó que la orden de este año incluye novedades que buscan, entre otras cosas, llegar a más negocios beneficiarios, por ejemplo, la empresas con varias tiendas que hasta ahora no podían acceder a las aportaciones, y avanzar en la simplificación administrativa. También se amplía el período subvencionable para atender todas las actuaciones realizadas desde el fin del plazo marcado en la anterior orden, el 25 de octubre de 2025.

La Valedora do Pobo le da la razón a Miño

La Valedora ha emitido una resolución en la que respalda las demandas del Concello de Miño y de las familias afectadas por la masificación del transporte escolar hacia Betanzos. En su escrito, la institución se dirige a la Consellería de Presidencia, Xustiza e Deportes para sugerirle que evalúe una actualización de las condiciones de transporte interurbano con el objetivo de limitar el número de personas que pueden ir de pie, especialmente en el transporte integrado que utiliza el alumnado de Secundaria. Esta resolución llega como respuesta a la queja formal presentada por el alcalde, Manuel Vázquez Faraldo, acompañada de 336 firmas de personas afectadas. En ella, el gobierno local denunciaba la inseguridad que sufren a diario los estudiantes en la línea XG87106501 (Centro de Salud Betanzos-Ponte do Porco-Miño 2), teniendo que viajar de pie o sentados en las escaleras por la carretera N-651 en un autobús saturado. Aunque la Xunta alegó en su informe que el vehículo cumple con la normativa al tener plazas de pie homologadas para trayectos cortos, la Valedora ha sido tajante en su conclusión.

Miño firma el contrato para la concesión a GADIS de la superficie comercial de Costa Miño

El área comercial contará con un diseño sostenible e integrado en el paisaje, ocupará una superficie de más de 1.500 m². y tendrá un aparcamiento con capacidad para 48 vehículos.

El alcalde de Miño, Manuel Vázquez Faraldo, y el delegado del área de Coruña de GADISA, Baltasar López Lamas, han firmado ante el notario de Pontedeume el contra-

to para la concesión a GADIS de la superficie comercial de Costa Miño. Está previsto que soliciten la licencia de obra en las próximas semanas. El proyecto que se llevará a cabo destaca por su integración urbana, su diseño arquitectónico cuidado y su apuesta por la sostenibilidad ambiental. El establecimiento contará con servicio de atención directa en pesquería, carnicería y charcutería.

La concesión del espacio tendrá una duración de 30 años y la parcela contará con un acceso principal por la Avenida de Xario y una salida por la rúa A Madanela, lo que garantiza una circulación fluida y segura para vehículos y peatones.

La edificación se proyecta sobre una parcela de 3.511,98 metros cuadrados.



¡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.

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



por Esther López Castro

El Carnaval

Estimados lectores del periódico, As Mariñas. Siendo febrero un mes de invierno en el que se prodiga la lluvia y el frío, una fiesta alegre, divertida y gastronómica, le pone su especial sello de alegría y vistosidad: con sus trajes coloristas, sus divertidas comparsas, donde la gente con una careta o disfraz se divierte y huye por espacio corto de tiempo de sus problemas cotidianos. Realmente es una fiesta singular. Viva el Carnaval. Espero que os guste mi pequeña aportación a tan divertida fiesta.

El Carnaval

Esther López Castro

Hay una fiesta de invierno de una alegría total, con ritmo, baile y disfraces, da comienzo el carnaval, Al son de la alegre samba con disfraces coloristas desfilan grandes comparsas, espectáculo a la vista.

Innovadores disfraces, algunos de caramelo, con esta dulce envoltura nos quieren dar el camelo de ser dulces y fiables.

Una chica va de rojo con largas trenzas rubitas, a lo lejos viene un lobo.

¡Cuidado Caperucita! Lentejuelas y abalorios, plumas, satén y color, el rey que rige esta fiesta se llama Momo Mayor.

En casa hierve el puchero y despide un grato olor, se cuece el lacón con grelos plato estrella en su sabor. Lo acompañan las patatas y unos sabrosos chorizos, la cachucha, más la oreja, y el rabo rizando el rizo.

Este exquisito manjar no precisa condimento, pero un plato de filloas será ideal complemento y un placer para el paladar. Dulces orejas de postre, lleva anís su tierna masa, crujientes y con azúcar las comeremos sin tasa.

Remata ya el carnaval y se entierra la sardina, se la arroja al río o al mar, no queda aquí ni la espina de tan grande bacanal.



por Eva Vidal

Comienza convulso este año...



Ya sabéis que a mí esto de la política ni me va ni me viene. Decía hace unos días Antonio Banderas en una entrevista “Yo ya no estoy entendiendo lo que pasa. La política ha pasado a un lugar muy bajo dentro de mis preferencias”. Comentaba también que lo único que le preocupaba de la política actual era el altísimo nivel de violencia que generaba y yo también estoy de acuerdo en ello. Esa violencia ya no es sólo política. Ha entrado en nuestras casas y ya es parte de nuestras propias vidas. Se discute a muerte sobre política con la familia y con los amigos. Es como si, de repente, todos nos hubiésemos convertido en expertos analistas políticos capaces de solucionar, incluso fácilmente, los asuntos políticos más complicados que nos rodean en la actualidad.

Ocurre que vamos lentos. Los problemas en el mundo se generan a mucha más velocidad de la que podemos asumir. A Ucrania, la locura americana, la pandilla Koldo, etc. Se le ha sumado estos días el paseo al Presidente Maduro en un avión y el capricho del presidente piel color zanahoria por hacerse propietario de Groelandia igualito que cuando un niño pequeño pasa por delante de un escaparate y pilla un berrinche porque no le compran el juguete que quiere. Realmente si no estuviese pasando sería difícil de imaginar: “quiero una isla para mí y la voy a tener os guste o no”. Yo no doy crédito.

Pero como os decía, esto no va sólo de política. Como muy bien dijo Banderas. Ahora trasciende a la sociedad en forma de violencia entre la población. El grado de agitación social es exagerado. No opinamos: gritamos y discutimos como auténticos energúmenos. Creo que se nos ha olvidado que nosotros, los de a pie, no representamos nada en el mundo de la alta política. No somos nadie, somos absolutamente invisibles para cualquier líder mundial y a ninguno de ellos le importa ya lo que puedan opinar ni siquiera quienes le han votado y le han colocado en lo más alto del poder.

Cuando yo estaba estudiando aquella EGB que hoy a algunos nos hace ya tan mayores, tenía un profesor de Literatura que recuerdo con gran cariño. Su mayor obsesión era que nos convirtiésemos en ávidos lectores y repetía una y otra vez una frase que se quedó, para siempre, grabada en mi memoria: “Por favor, no paseis por la vida sin más”. Con ello pretendía, aunque sólo teníamos trece años, marcar en nuestras pequeñas mentes la idea del compromiso y la responsabilidad frente a una sociedad que acaba de enterrar cuarenta años de dictadura que como él nos decía había sido uno de los mayores errores históricos de esta España nuestra que no podía volver arepetirse. Hoy, si pudiese hablar con él le diría que probablemente he pasado por la vida sin más. He sido poquísimamente relevante, excepto para mi familia

y mis amigos, espero. Pero, humildemente, he intentado inculcar a mis hijos la idea de que el fanatismo y la violencia no son una opción. Son una desgracia que ha anidado en la sociedad que les ha tocado vivir y en la que tienen que aprender a gestionarse alejándose de mejantes lacras.

A veces, pienso en el profe Torregosa. Me pregunto si pensaré que todo lo que nos inculcaba no ha servido para nada y siento pena y nostalgia al mismo tiempo. Pero si hoy pudiese tener la suerte de tenerlo a mi lado de nuevo le diría que siempre me he mantenido impermeable al odio y la violencia y así se lo he inculcado a mis hijos. He procurado, en la medida de mis posibilidades no mostrarme insensible frente a las imposiciones de los regímenes totalitarios y he defendido la igualdad de todos los seres humanos y el respeto a la opinión de quienes defienden otras ideas diferentes a las mías. Así que igual eso no me hace pasar por la vida sin más, pero al menos, no he estorbado ni he colaborado a empeorar esto más. Es nuestra responsabilidad para esta espiral de violencia con los medios democráticos con los que afortunadamente contamos. Históricamente muchas vidas se han perdido en defensa de un mundo libre y humanizado. El problema es que nuestros jóvenes no lo han vivido y no ven la vida desde esa perspectiva. Si nosotros no se lo recordamos, estamos perdidos.

Estrenando el año ponemos en práctica alguna de las tendencias que los diseñadores han subido a la pasarela para la próxima primavera verano 2026 para ser las primeras en llevarlas

Las primeras tendencias de moda del 2026 que adoran las chicas para llevar a partir de enero

Redacción.

Cuando han pasado las fiestas de Navidad y Año nuevo, hemos hecho alguna compra en las rebajas de enero, es hora de ponernos en modo 2026 con las nuevas tendencias que nos proponen las grandes firmas y diseñadores.

Con el estreno de algunos directores creativos en míticas marcas que han traído aires renovados que hasta las chicas clásicas han aplaudido, podemos ser las primeras en llevar lo que será tendencia la próxima primavera verano. De entre los colores, prendas y accesorios que serán protagonistas en los meses que darán la bienvenida al buen tiempo están estos 4 que vamos a estrenar ya.

El material: La falda de piel

La falda de piel negra con largo por debajo de la rodilla y línea lápiz será un must que las que amamos los años 80's nunca hemos desterrado del armario. Saint Laurent y Ermanno Scervino la tienen entre



sus hit de temporada apoyadas en la cadera con cinturón y combinada con blusas y camisas blancas. Si quieres una versión cien por cien ochentera, llévala con una t-shirt y una chupa oversize de cuero con hombreras XXL.

El color: el rosa pálido

Nunca ha dejado de estar presente incluso en los meses fríos, pero la próxima primavera el rosa pálido será uno de los tonos imprescindible de las elegantes tanto en trajes de tweed (como el del desfile de Chanel por Matthieu Blazy), sastres y vestidos vaporosos como el de Victoria Beckham.

Los tonos pastel siguen en lo alto del podium de las tendencias y de entre todos el rosa pálido tiene la medalla de oro. Fácil de combinar, si lo mezclas con el negro, nunca fallarás.

El accesorio: el collar de cuero con maxi colgante

Entre los nuevos accesorios que se ven en el horizonte, los collares de

cuero con colgantes grandes con largo por encima del ombligo hacen cool los looks de prendas de líneas limpias y básicos.

Aunque estos collares lucirán mucho mejor en verano, nadie nos impide llevarlos sobre prenda más invernales como arriba sobre un vestido marrón chocolate con colgante metálico.

La pieza de abrigo: La capa

De punto estampado y cierre con lazo (propuesta de Jonathan Anderson para Dior), la capa de Wes Gordon para Carolina Herrera es un homenaje a la española, en el desfile que se celebró en la plaza mayor de Madrid.

En cualquier caso, la capa larga por debajo de la rodilla es de esas piezas que hacen sí o sí especial cualquier look.

Con cuello y ribete de piel, la capa negra de paño es elegante tanto en total looks negros como con unos vaqueros y un jersey de cuello vuelto. Cuando amaine el frío polar, es la prenda de abrigo más tendencia del 2026.





El popular KIA EV3 saca a relucir su lado más extremo con 292 CV, tracción 4x4 y un amplio equipamiento tecnológico

El KIA EV3 saca su lado más deportivo con una variante GT de tracción 4x4 y 292 CV

Motor.

La espera ha terminado. El Salón del Automóvil de Bruselas 2026 ha sido el escenario elegido por KIA para presentar en sociedad la versión más radical y exclusiva de su popular SUV eléctrico.

Llega el nuevo KIA EV3 GT. Este pequeño todocamino, que está siendo un éxito de ventas, saca a relucir su lado más deportivo al incorporarse en la creciente familia de modelos GT.

En el competido mercado de vehículos eléctricos el KIA EV3 se ha consolidado como la alternativa a Tesla, siendo el tercer eléctrico más vendido en 2025. Ahora llega su variante de altas prestaciones. El nuevo EV3 GT irrumpe en escena con cerca de 300 CV y tracción 4x4 para ofrecer una experiencia de conducción superior.

El diseño del nuevo KIA EV3 GT

Basta con echar un rápido vistazo a las imágenes que ilustran este artículo para descubrir los rasgos distintivos del nuevo EV3 GT. La variante GT marca distancia con el EV3 estándar. Presenta unos faros LED de proyección y la vista lateral deja al descubierto la esencia SUV de este vehículo. Se calza unas llantas de aleación de 20 pulgadas que están envueltas por unos neumáticos de altas prestaciones. Combina unas proporciones erguidas con un diseño versátil y, lo que es aún más importante, el chasis presenta una puesta a punto específica que se traduce en estabilidad, control y confianza.

El interior y la tecnología del nuevo KIA EV3 GT

Dejando a un lado el exterior, si nos adentramos en el interior del nuevo EV3 GT nos veremos rápidamente envueltos por una atmósfera más deportiva. Lo primero que llamará nuestra atención son los nuevos asientos deportivos GT. Se combinan con un volante multifunción GT. El puesto de conducción es digital y conectado. Combina una instrumentación digital con una pantalla táctil de tamaño destacado.

Algunos equipamientos destacados que trae consigo el nuevo EV3 GT son el Head-Up Display, el portón trasero eléctrico inteligente, el sistema de estacionamiento remoto con llave y el equipo de sonido Harman/kardon.



En lo que respecta a la lista de sistemas de asistencia a la conducción, es amplia y variada. Dispone, entre otras muchas tecnologías, de asistente de mantenimiento en el carril, asistente de ángulo muerto, reconocimiento de límites de velocidad, detección de fatiga del conductor, control de crucero adaptativo basado en navegación, monitor de ángulo muerto, cámara de visión 360° y advertencia de distancia de aparcamiento.

La autonomía del nuevo KIA EV3 GT

Más allá de los cambios en materia de diseño o del equipamiento tecnológico, todas las miradas están puestas en el sistema de propulsión. Algo lógico al tratarse de un coche eléctrico. El «corazón» del nuevo EV3 GT es una batería de iones de litio de 81,4 kWh. Una batería que se encarga de alimentar dos motores, uno por eje. Por lo tanto, presenta una configuración de tracción total.



El motor eléctrico delantero arroja 145 kW (197 CV) mientras que el motor trasero desarrolla 70 kW (95 CV). La potencia total combinada es de 215 kW (292 CV). Puede acelerar de 0 a 100 km/h en 5,7 segundos. Por cierto, el selector de modos de conducción presenta perfiles específicos para esta variante GT. La autonomía del EV3 GT está pendiente de homologación. Ahora bien, podemos esperar que supere los 500 kilómetros según el ciclo WLTP.

Una característica muy interesante es el cambio de marchas virtual (VGS). Un sistema que introduce una sensación táctil durante la aceleración y la desaceleración que, combinado con un sistema de sonido activo, crea una experiencia más inmersiva y vanguardista. En lo que respecta a los tiempos de carga, variarán en función de la toma eléctrica empleada. Utilizando un punto de carga CC se puede completar el proceso de recarga del 10% al 80% en solo 31 minutos. También admite carga CA de hasta 22 kW. Y por cierto, dispone de tecnología V2L (Vehicle-to-Load) para utilizar la energía almacenada

Basta con echar un vistazo a las imágenes de este artículo para descubrir los rasgos distintivos del nuevo EV3 GT.



en la batería para alimentar dispositivos eléctricos externos como, por ejemplo, una cafetera o para recargar un patinete.

Fecha de lanzamiento y precio del nuevo KIA EV3 GT

¿Cuándo llegará al mercado? KIA ha confirmado que la producción del nuevo EV3 GT se iniciará en el segundo trimestre de este año. Por lo tanto, su lanzamiento comercial está a la vuelta de la esquina. El precio es, por el momento, una incógnita. Ahora bien, podemos tomar como referencia los 48.000 € desde los que parte la versión más exclusiva del EV3. La variante GT será, lógicamente, más cara superando la barrera de los 50.000 €.

Actualmente, cerca del 20% del volumen total matriculado por la marca en España corresponde a vehículos con algún tipo de conversión o adaptación

Volkswagen Comerciales cumple 10 años con soluciones “llave en mano”

Redacción.

Volkswagen Vehículos Comerciales celebra el décimo aniversario de su programa de Soluciones Estandarizadas, una estrategia inédita en Europa que ha revolucionado el mercado español de vehículos comerciales al multiplicar por cinco las ventas de carrozados y preparaciones.

Soluciones Estandarizadas: una propuesta única en Europa

El programa de Soluciones Estandarizadas es una solución de adaptación de vehículos comerciales sin precedentes en Europa por su extensión y cobertura, diseñada para profesionales que buscan eficiencia y calidad. Cada conversión es realizada por transformadores locales con años de experiencia en sus respectivos sectores, utilizando vehículos de la marca Volkswagen. Además, Volkswagen Vehículos Comerciales se distingue por ser



una de las pocas marcas del mercado que ofrece todo el proceso directamente a través del concesionario oficial, sin intermediarios. Esto incluye la factura única o unificada, que abarca tanto el vehículo como la transformación, simplificando la compra y facilitando la fi-

nanciación, mientras se aprovechan los altos valores residuales de los modelos de la marca. Albert García, director general de Volkswagen Vehículos Comerciales en España, señala: “Después de una década de trabajo, contamos con una gama consolida-

da, una red muy preparada y un producto de altísima calidad. Las Soluciones Estandarizadas son hoy una historia de éxito y una palanca de crecimiento para los próximos años”. Volkswagen les avanza en soluciones sostenibles con la incorpora-

ción de vehículos con etiqueta cero, como el ID. Buzz Fresh Van y el Caddy PMR híbrido enchufable. Además, la marca prepara la expansión de su catálogo con el Transporter Fresh Van y el Caravelle PMR, reforzando su liderazgo en movilidad adaptada y sostenible.

El segmento de vehículos adaptados (PMR) también muestra un notable crecimiento, con unas 500 matriculaciones previstas en 2025, consolidando a la marca como referente en soluciones integrales para profesionales y empresas.

Una década consolidando el liderazgo

Desde sus primeras preparaciones locales en 2012 hasta la expansión del programa en 2015, Volkswagen ha construido un portafolio de soluciones estandarizadas en Europa, que permite adaptarse a las necesidades específicas de cada cliente. La combinación de productos certificados, red de concesionarios especializada y alta calidad, junto con trato directo sin intermediarios y factura única, refuerza el atractivo de la marca para flotas, autónomos y empresas, especialmente al considerar los beneficios financieros de los altos valores residuales de sus modelos.

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.

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

Aneiros recordó que esta es una de las actuaciones llevadas a cabo en el marco del Plan de Benestar e Accesibilidade na escola

La Xunta invierte 30.000 euros en la sustitución de parte de las carpinterías exteriores del CPI a Xunqueira, en Fene



La delegada territorial de Ferrol, Martina Aneiros, visitó el centro educativo para supervisar los resultados de las obras con las que se mejorará la eficiencia térmica de las instalaciones.

Recuerda que la inversión del Plan de Nova Arquitectura Pedagóxica en el ámbito territorial en el que se incluyen las obras de ampliación del CPI As Mirandas (Ares) y el cambio de cubierta del CEE Terra de Ferrol, ambas en ejecución, asciende a 16 M€.

La delegada territorial de la Xunta en Ferrol, Martina Aneiros, acompañada de la alcaldesa de Fene, Sandra Permuy, visitó esta mañana las instalaciones del CPI A Xunqueira, de Fene, con el objetivo de supervisar el resultado de las actuaciones de mejora de la eficiencia energética acometidas en el inmueble por la Consellería de Educación, Ciencia, Universidades e FP. Los trabajos, cuyo coste ascendió

a poco más de 30.000 euros, consistieron en la sustitución de parte de la carpintería exterior del inmueble. Concretamente, se cambiaron un total de diez ventanas, instalando unas nuevas de aluminio anodizado natural con apertura oscilobatiente, rotura de puente térmico y persianas en cajón monoblock de lamas de aluminio.

Aneiros recordó que esta es una de las actuaciones llevadas a cabo en el marco del Plan de Benestar e Accesibilidade na escola (Plan BEN_Estar 2025) que, como todos los años, se intensifican en el período estival con el objetivo de interrumpir lo menos posible el funcionamiento diario de los centros educativos. A estas actuaciones de

menor envergadura, se suman otras de mayor calado que elevan hasta los 16 M€ la inversión del Plan de Nova Arquitectura Pedagóxica en el ámbito territorial, donde actualmente se avanza en la ejecución de dos grandes intervenciones: la ampliación del CPI As Mirandas, en Ares, con un presupuesto superior a los 3 M€ y el cambio de la cubierta del CEE Terra de Ferrol, valorada en cerca de 600.000 euros.

A estas obras hay que sumar la reforma del IES Sofía Casanova (1,3 M€) y las rehabilitaciones integrales del CIFP Leixa (1,8 M€) y del CEIP A Gándara, de Narón, recientemente licitadas y que se acometerán este mismo año.

La Xunta convocará 1.601 plazas en las oposiciones de educación de este 2026

El conselleiro de Educación, Ciencia, Universidades e FP, Román Rodríguez, anunció que la Xunta convocará este año 1.601 plazas en las oposiciones de la enseñanza. Lo hizo en su visita a Zas para felicitar a los tres docentes Lorena Cerdeira (del Centro Público Integrado de Zas) y Fina Paulos y Óscar Rey (del Instituto Maximino

Romero de Lema) reconocidos con los Premios Nacionales a Experiencias Educativas STEM por proyectos impulsados desde lo Gobierno gallego. Esto supone el 86,7% de las plazas, la inmensa mayoría, afirmó. Las 213 restantes serán para la promoción interna, por ejemplo para pasar de maestro a profesor de enseñanza secundaria.

La Lectura del Mes en

Librería López



Redacción.

La chica del lago

Mikel Santiago

Quintana Torres es una escritora de éxito. Los medios la apodan «la nueva reina del thriller». Durante una firma de ejemplares en Bilbao, se acerca a ella un antiguo compañero del instituto y le entrega un misterioso sobre negro. Dentro hay una fotografía del diario de Alba, la adolescente muerta en extrañas circunstancias cuya historia inspiró la novela más conocida de Quintana:

La chica del lago.

Este hallazgo llevará a la escritora a cancelar su gira promocio-

nal y regresar a la vieja casa de su padre en Urkizu, el pequeño pueblo de interior del País Vasco donde ocurrió todo. Fue allí donde, durante la Noche de San Juan de 1999, Alba desapareció para siempre y, con ella, ese enigmático diario que siempre llevaba consigo.

Un thriller al más puro estilo Mikel Santiago, en el que la investigación en el presente irá abriendo puertas que quedaron cerradas en el pasado, dando un nuevo significado a todo lo que sucedió entonces. A lo largo de una trama sin tregua, esta novela llevará al lector por distintos escenarios (Bilbao, Madrid y Urkizu), tras los pasos de una protagonista que se enfrenta a un secreto oculto durante años.

Librería López

La Librería de toda la Vida

SERVICIO A DOMICILIO
(Sede / incluidas parroquias)

c/ Linares Rivas, 33. SADA Telf.: 981 621 109



de 8:00h a 22:00h

Juanetes

Hiperqueratosis
(durezas en los pies)

Fascitis Plantar

Infecciones por hongos

¿NECESITAS UN PODÓLOGO?

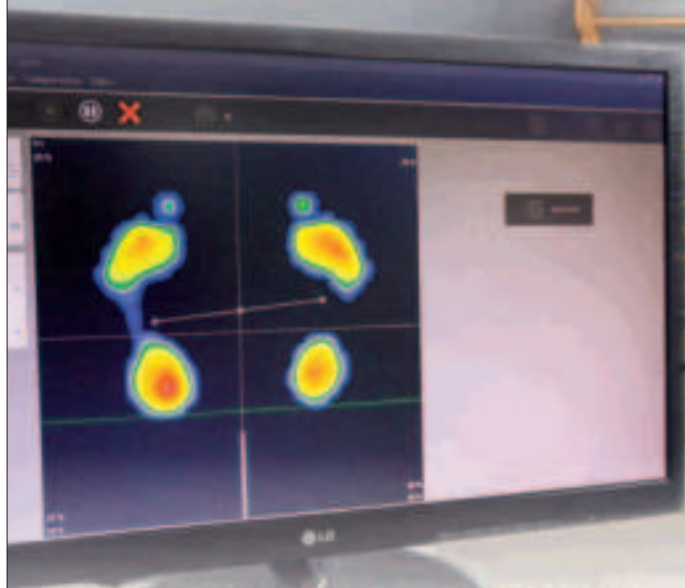
Onicocriptosis
(uña encarnada)

Callos y helomas

Quiropodia

Estudios de pisada

Disponemos de servicio de urgencias



Rúa Doctor José Fariña 12, Betanzos

981 770 500

info@pobesalud.com

pobesalud.com

Nuevo año; nuevo cambio de look.

Resumimos lo que pediremos en los salones de belleza

Tendencias de belleza “maquillaje y cabello” que más veremos este 2026

Redacción.

La belleza ha dejado de ser únicamente una cuestión estética para convertirse en una manera de cuidarse también por dentro.

Las tendencias de este año son una apuesta por una mujer fuerte y segura de sí misma como ya se ha visto en los desfiles de la semana de la moda.

A continuación, resumimos las tendencias de belleza que más vas a ver en este 2026, avalada por los principales expertos en maquillaje y peluquería.

La nueva dermis: la tendencia “Sophisticated Skin”

"La piel se trabaja desde la perfección realista. Esta tendencia apuesta por cutis cuidados, pulidos y equilibrados, donde la base de maquillaje deja de ser imperceptible para convertirse en una herramienta de embellecimiento consciente. Se corrige, se unifica y se esculpe suavemente el rostro, respetando siempre la textura natural de la piel", comenta el experto.

Esta vez seguiremos con los rostros luminosos, pero más controlados y evitando el brillo excesivo o el efecto mate plano. Como bien comenta, se busca una piel con vida, con dimensión, donde la luz se refleja de forma estratégica en pómulos, frente y arco de la ceja. Se trata de conseguir una piel elegante, sofisticada y atemporal que transmite seguridad y refinamiento.

Una mirada hacia las sombras de ojos ahumadas

Esta temporada, prestaremos cierta atención a los ojos, así como en la mirada con profundidad. "Los ojos recuperan protagonismo a través de maquillajes profundos, envolventes y con un claro componente emocional. Esta tendencia bebe de la estética gótica, pero reinterpretada de una manera actual y muy cuidada. Los ahumados se vuelven más intensos, más trabajados y con una carga artística evidente", explica.

En dicha tendencia veremos sobre todo los negros difuminados, grises carbón, burdeos profundos, marrones oscuros o incluso tonos violáceos crean miradas magnéticas y misteriosas. La clave de conseguir una buena sombra de ojos está en el difuminado perfecto, en la profundidad y en la intensidad bien medida. "Es un maquillaje que no busca provocar, sino seducir a través de la fuerza de la mirada", suma.

Un nuevo toque de color en el maquillaje

"El color regresa al maquillaje como una forma de expresión personal. No se trata de looks excesivamente vibrantes, sino de introducir la tonalidad de forma inteligente y sofisticada. Delineados con matices intensos, sombras que aportan contraste o labios con carácter elevan el maquillaje y lo convierten en un elemento diferenciador", declara Bling. Sigue conforme este

uso del color convive con pieles muy bien trabajadas y equilibradas, creando una armonía entre técnica y creatividad. "Es una tendencia que invita a jugar, a experimentar y a comunicar emociones, manteniendo siempre un equilibrio estético y elegante".

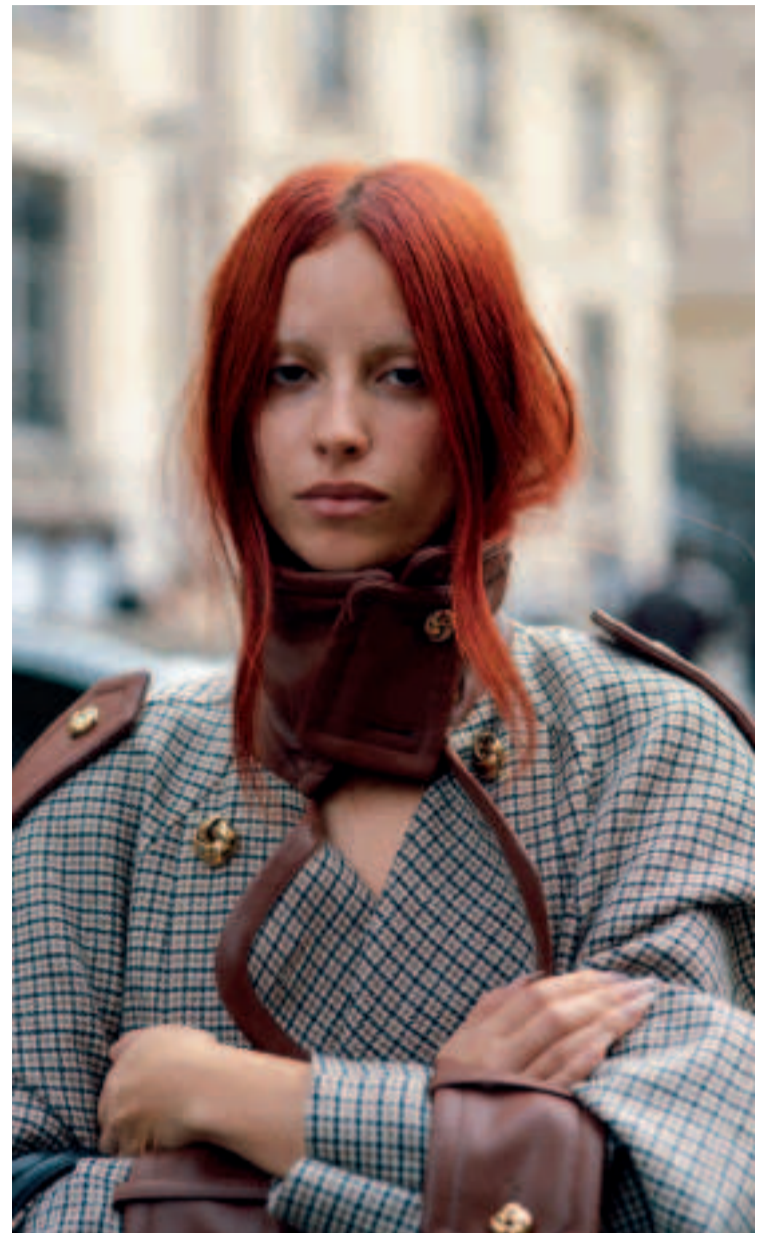
El color de pelo más llevado: moreno iluminado

En cuanto a los colores de pelo que más se llevarán en 2026, las morenas iluminadas continúan consolidándose como una de las grandes tendencias del año. "Se tratan de bases castañas y oscuras se enriquecen con reflejos sutiles y estratégicos que aportan luz, profundidad y movimiento sin alterar la esencia del color natural", recalca.

Como bien explica, estas iluminaciones se trabajan de manera muy precisa, adaptándose al corte, al rostro y al estilo de vida de cada persona. "El objetivo es conseguir un efecto elegante, luminoso y muy favorecedor, que crece de forma natural y requiere un mantenimiento sencillo".

El color de dimensión natural

"El color en 2026 se construye desde la suavidad y la fusión perfecta de tonos. Las transiciones son imperceptibles y los contrastes extremos desaparecen para dar paso a una dimensión más natural y realista. Se crean melenas con riqueza cromática, profundidad y textura visual", relata.



Pone el foco en la técnica y en la personalización absoluta, trabajando cada cabello como una pieza única. El resultado es un color que no parece recién hecho, sino que forma parte natural del cabello, aportando elegancia y sofisticación.

El volumen, la clave de los peinados del 2026

Y este 2026 seguiremos apostando por el volumen del cabello, siendo clave en los peinados, pero se transforma en algo mucho más ligero y flexible. "Se trabaja principalmente en raíces y medios, aportando cuer-

po y movimiento sin rigidez ni estructuras forzadas. Las melenas muestran ondas suaves, formas naturales y una sensación de cabello vivo y con presencia. Es un volumen que acompaña el gesto, el movimiento y la personalidad, transmitiendo fuerza, feminidad y naturalidad a partes iguales", comenta.

Nuevo año; nuevo cambio de look

Siempre que comenzamos una nueva etapa necesitamos renovarnos y hacer un cambio en nuestra estética.

para sentirte mucho mejor...

AF
Alejandra Fernández
• ESTILISTAS •
C/ TEMPLE, 13 BAJO. 15679 - EL TEMPLE - CAMBRE
A CORUÑA - Tel.: 981 66 38 53

PELUQUERÍA Y ESTÉTICA
W/SEX
TU ESTILO...
AL MEJOR PRECIO
C/ Sanjurjo de Carricarte,
5 bajo. 15670 El Burgo
Tel.: 981 927 369
MARÍA INSUA

**ESTILISTAS
MARIA FRAGA**
C/ Sanjurjo de Carricarte, 5 bajo.
O Burgo. 15670 Culleredo

Son muchos los pacientes que acuden a las clínicas dentales con preocupación, debido a que ven sus encías, cada vez, más oscuras

¿Qué pasa si los niños tienen caries en los dientes de leche?

¿Cuál es la mejor manera para que se limpien los dientes?
¿Con agua, con pasta dentífrica?



Redacción.

La caries dental es uno de los temas que suelen aparecer habitualmente en las consultas de pediatras y dentistas. Las madres y padres tenemos muchas dudas al respecto:

Mitos sobre las caries dentales infantiles:

Como cuenta nuestra pediatra de referencia, existen muchos mitos y falsas creencias en torno a la dentición infantil. Algunos de ellos son que las caries en los dientes de leche no son importantes o que hasta los 2 años no deberíamos usar pasta de dientes. Como explica la pediatra, esto es falso: "Por una parte, toda caries ha de ser tratada y valorada por un odontopediatra. De lo contrario la lesión puede avanzar y afectar a la dentición definitiva y al tejido circundante que rodea al diente.

Y, por otra parte, lo recomendado es empezar con pastas con flúor desde la primera pieza dental". Además, como indican desde la Sociedad Española de Odontología, es importante mantener sanos los dientes de leche aunque se vayan a caer porque:

- **Porque una boca libre de caries en la infancia está directamente relacionada con una boca sana en la edad adulta.**
- **Si existe una infección en los dientes de leche, los dientes permanentes que se encuentran justo por debajo, se pueden ver afectados.**
- **Porque los dientes de leche**

sirven para que tu hijo mastique bien, hable correctamente, para mantener el lugar para los dientes permanentes. Además, una sonrisa sana ayuda en el desarrollo de su autoestima.

"¡Empieza ya!", recomienda la Sociedad Española de Odontología. "Idealmente, antes de la erupción de los dientes de leche, masajea sus encías con una gasa o un pañito limpio humedecido en agua".

Cuando le salgan los dientes de leche

Además, añaden que "una vez hayan salido sus dientes de leche, la limpieza con pasta dental es obligatoria. Utilizar una pasta con 1000 partes por millón (ppm) de flúor en cantidad 'grano de arroz', al menos dos veces al día".

• 18-24 meses

"A partir de la erupción de sus muelas (18-24 meses) pasar un hilo dental entre las zonas de contacto de éstas, cada noche", nos recomiendan.

• 7-8 años

La Sociedad Española de Odontología recuerda que "los niños hasta los 7-8 años no tienen la habilidad suficiente para realizar una higiene bucal eficaz solos, por lo que es responsabilidad de los padres o los cuidadores supervisar y reparar el cepillado".

En lo referente a qué tipo de dentífrico deben usar nuestros hijos, Lucía Galán nos da algunas claves

muy importantes que tenemos que tener en cuenta:

• **Desde la salida del primer diente hasta los 3 años:** pasta de dientes con 1000 ppm de flúor en las pastas de dientes. En cuanto a la cantidad, la pediatra señala que sea "el equivalente a un granito de arroz o una raspadita sobre el cepillo".

• **Entre los 3 años y los 6 años:** pastas con 1000 ppm de flúor. La cantidad debe ser aproximadamente la medida de un guisante.

• **Mayores de 5-6 años:** Pastas con 1450 ppm de flúor. Igual que en el caso anterior, la cantidad debe ser aproximadamente la medida de un guisante.

Por último, la pediatra nos advierte que "es importante que sepáis que hay muchos dentífricos que en su etiquetado no están actualizados, por lo que no nos debemos guiar por la edad que ponen.

¿Debo ir en ayunas o hacer algo previamente? ¿Es normal que una hora después siga teniendo el labio dormido?

¿Se puedo comer tras ser tratado con anestesia bucodental?

Redacción.

La anestesia bucodental es un tipo de anestesia local que, principalmente, persigue anular o minimizar cualquier posible dolor por la intervención terapéutica y se realiza mediante la inyección de una sustancia con ese efecto (anestésico local) en la zona tratada o en la proximidad de los nervios que reciben la sensibilidad de dicha zona.

¿Debo hacer algo antes de ser anestesiado?

La anestesia bucodental es un procedimiento muy seguro con las soluciones anestésicas modernas. Sin embargo, para prever y prevenir efectos indeseados, es fundamental que el paciente advierta a su dentista de:

- 1.- Cualquier alergia que tenga o sospeche tener.
- 2.- Cualquier enfermedad que padezca (hipertensión, diabetes, etc.).
- 3.- Si se suele marear frecuentemente.
- 4.- De los medicamentos que esté tomando (incluidos analgésicos y otros de uso común).

La insensibilización con anestésico local que utiliza el dentista es siempre pasajera. Suele durar entre 30 minutos y 3 horas, según el lugar, la técnica y el anestésico utilizado por el profesional sanitario. El paciente puede sentir como un «hormigueo» en la zona o hinchazón de la misma (aunque ésta no exista), que puede afectar a áreas vecinas de la boca.

Al mismo tiempo que la insensibilización, se produce una paralización temporal de los músculos periorales (de los alrededores de la boca) alcanzados por la anestesia, por lo que se puede provocar una pequeña asimetría facial, que también es transitoria.

¿Qué puedo hacer después de la anestesia?

Tras haber recibido un tratamiento con anestesia dental, el paciente debe tener en cuenta que las partes blandas de su boca (mucosas, labios y lengua) también estarán adormecidas, por lo que es muy importante no masticar nada hasta que se pase el efecto. Son frecuentes las autolesiones por mordedura, sobre todo en los niños, de los que deberemos estar vigilantes para que no se produzcan heridas.

Además, en la mayoría de los tratamientos que han precisado de anestesia se recomienda no fumar ni ingerir bebidas alcohólicas al menos en las 12 horas posteriores a la intervención.

Según la zona a tratar, el dentista optará por administrar una anestesia periapical, que es la utilizada en la arcada superior y que solo duerme el diente sobre el que se va a trabajar, o una anestesia troncular, que es aquella que actúa sobre el tronco nervioso. Este segundo tipo es utilizado en la arcada inferior de nuestra dentadura y adormece todo un cuadrante, incluyendo la lengua y las mejillas.



Centro Dental Integral
AS MARIÑAS

PRÓTESIS DENTALES • ORTODONCIA (NIÑOS/ADULTOS)
IMPLANTOLOGÍA • ESTÉTICA DENTAL
ENDODONCIA • PERIODONCIA

Facilidades de pago: Pago aplazado en 24 meses sin intereses

C/ Manuel Roel, 4 bajo. BETANZOS 981 773 523

Bienestar emocional para adolescentes



¿Extrañas a tus amistades, no puedes salir o te aburres de lo mismo cada día? Si estás sintiendo alguna o todas esas emociones, no estás equivocado. Así es como se supone que debes sentirte.

Una vez que tengas claro lo que te está pasando, comunícalo a tu familia y a los que te rodean en estos días. Así sabrán cómo te sientes, podrán entender tus reacciones y buscar en conjunto alternativas para hacerlo más llevadero.

Esta emergencia es una situación crítica que durará más de lo que te gustaría. En momentos así es útil hacer una lista con las cosas que sí puedes hacer y dedicarle un tiempo cada día a esas actividades para distraerte.

Mantente en conexión con tus amistades. Las redes sociales son lo tuyo y puedes sacarle más provecho si utilizas la creatividad entre amigos. Hagan tutoriales y videos, compartan tips, inventen un desafío en Tik-Tok. Las posibilidades son muchas.



Ten siempre precaución con la cantidad de tiempo que estés conectado o frente a la pantalla, pues si es excesivo y sin descanso puede aumentar tu ansiedad y los sentimientos incómodos durante este periodo.

Tal vez te faltaba el tiempo para practicar un instrumento musical, aprender una canción o coreografía, perfeccionar tus dibujos o leer un libro. Este periodo es el momento perfecto para aprovechar de hacer aquellas cosas que te habías propuesto, utilizando el tiempo libre que ahora tienes. Es una forma productiva de cuidar tu salud mental.

Si comienzas a sentir que los sentimientos negativos te invaden, las preocupaciones te agobian y cada día resulta más difícil resistirte, conversa con un adulto de confianza. No dejes en pedir ayuda. Si a alguno de tus amigos le sucede, Dale estos mismos consejos.

Si no tienes un adulto de confianza, puedes encontrar ayuda para ti o tus amistades en estos canales:
• **Línea Libre:** llamando al 1515, descargando la App o en la web www.linealibre.cl.
• **Fundación Todo Mejora:** contáctate a la "Hora segura", descargando la App o a través del fanpage de Facebook www.facebook.com/todom mejora/

s a l u d e m o c i o n a l

UN MINUTO, MIL SENSACIONES

Por Bea Ramón Iglesias

«Proceso de adaptación»

Ahora que puedo soltar la espada,
la tensión ya no me acompaña.
Al igual que la vida,
la rosa es bonita, aunque tenga espinas.

Enero, mi querido papel en blanco.
Aquel día veinte...
La oreja que escucha,
con Mecano sonando de fondo.

Azul en el parque.
Azul en el patio.
Puedo ver al mismo dragón chino
de cuando empezamos.
Como año nuevo,
pequeñas galletas de la suerte:
mi mejor regalo.

Entre febrero y catorce de junio
te recuerdo en cada paso,
aunque a veces sienta
que todo va demasiado rápido.
«Cuando haces las cosas de corazón
todo se vuelve dorado».

De camino a casa,
de casa al trabajo.
Mar adentro, mar afuera.
Como el rayo verde que atraviesa,
de repente, por arte de magia,
estoy al otro lado.

Su curiosidad me mira.
Sus brazos me reciben.
Aunque no me conozcan, así me integran,
pintando de tiza mi nombre en la pizarra.
Me siento querida
incluso antes de empezar.

Aprendo a bajar la guardia,
a no tener todas las respuestas,
a ir encontrando mi espacio.
Ellos y ellos
también me están enseñando.

El aula es un puente,
un lugar donde se siembra
y la rosa, con el juego,
florece.

Mar adentro, mar afuera,
habitando el mismo océano,
como olas que rompen la distancia.
«¡Nós también navegar!»

@b_essential28



Bea Ramón Iglesias.
Escritora y autora del libro "Muchas Letras, Muchos Sueños".
@b_essential28

LA VIDA es HUELLA

Tanatorio y Crematorio de Mascotas

Parque Empresarial de Alvedro, Calle E. Nave-30, Colindres

981 909 047

siguenos

www.lavidaeshuella.es

Su huella... siempre vivirá en ti.

Fiesta del Queso de Arzúa

Fiesta de Interés Turístico de Galicia

Había una vez un queso tan extraordinario que tenía 4 nombres: -Queixo de Arzúa-Ulloa, queixo da nabiza, queixo do tempo dos nabos y queixo do ano. El primer nombre por la zona de donde procede, el segundo y tercero por la época del año en que se dan esas hortalizas y el cuarto porque antaño se guardaba de un año para otro. Durante siglos el queso de Arzúa-Ulloa se elaboró de forma artesanal, pero ya en los años 80 se modernizó el sector y se introdujeron en la comarca de Arzúa procesos industriales. En 1989 logró la denominación de Producto Gallego de Calidad y en 1995 la Denominación de Origen Protegida (DOP).

El queso Arzúa-Ulloa es un queso suave que se deshace en la boca, ideal para cocinar tus platos favoritos. Se elabora con leche de vaca, natural y entera, cruda o pasteurizada,

que procede de las razas rubia gallega, frisona, pardo-alpina y sus cruces. También existe una variante Arzúa-Ulloa curada, pero es menos conocida. Su proceso de fabricación es: coagulación, corte y lavado de la cuajada, moldeado, prensado, salado y maduración. La zona de producción abarca un área quesera común, de gran tradición enmarcada entre las dos orillas del río Ulla (provincias de A Coruña, Lugo y Pontevedra).

En la feria que estamos desarrollando, Feria del Queso de Arzúa encontrarás casi 60 expositores en el Recinto Ferial Terra do Queixo. Productores locales, elaboración artesanal, ecológica... Encuentros de queixeiros, catas comentadas, recetas, degustación...

También encontrarás otras denominaciones de origen gallegas como



(Tetilla, O Cebreiro y San Simón da Costa) y apreciados quesos de España y Europa.

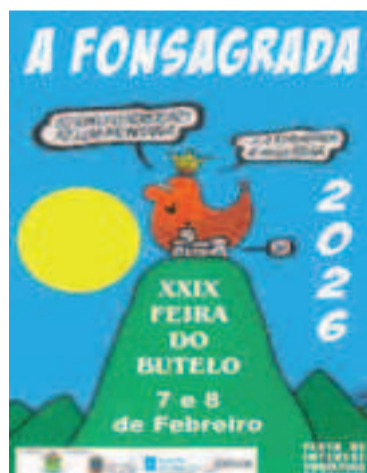
Concurso detapas.

Productos típicos tradicionales de Galicia, artículos gourmet para degustar y comprar. ¡Qué no falte la sesión vermouth!

En el Festival del Queso podrás disfrutar de dos días de conciertos gratuitos bajo carpa: folk, pop, rock, urbana... También de la Banda Municipal de Arzúa.

Feria del Butelo de A Fonsagrada

Fiesta de Interés Turístico de Galicia



Había una vez un queso tan extraordinario que tenía 4 nombres: -Queixo de Arzúa-Ulloa, queixo da nabiza, queixo do tempo dos nabos y queixo do ano. El primer nombre por la zona de donde procede, el segundo y tercero por la época del año en que se dan esas hortalizas y el cuarto porque antaño se guardaba de un año para otro. Durante siglos el queso de Arzúa-Ulloa se elaboró de forma artesanal, pero ya en los años 80 se modernizó el sector y se introdujeron en la comarca de Arzúa procesos industriales. En 1989 logró la denominación de Producto Gallego de Calidad y en 1995 la Denominación de Ori-

gen Protegida (DOP). El queso Arzúa-Ulloa es un queso suave que se deshace en la boca, ideal para cocinar tus platos favoritos. Se elabora con leche de vaca, natural y entera, cruda o pasteurizada, que procede de las razas rubia gallega, frisona, pardo-alpina y sus cruces. También existe una variante Arzúa-Ulloa curada, pero es menos conocida. Su proceso de fabricación es: coagulación, corte y lavado de la cuajada, moldeado, prensado, salado y maduración.

La zona de producción abarca un área quesera común, de gran tradición enmarcada entre las dos orillas del río Ulla.

Martes de Carnaval en A Coruña 2026

El martes de Carnaval, que este año cae a 17 de febrero, en A Coruña ese día, el martes de Entroido, es el día grande de los choqueiros y tradicionalmente ha sido festivo local; también lo será en este 2026 se suman festivo todos los concellos del área de influencia de A Coruña: Abegondo, Arteixo, A Laracha, Bergondo, Betanzos, Cambre, Carral, Cerceda, Culleredo, Oleiros, Sada y hasta Miño, Paderne, Oza-Cesuras, Curtis o Aranga figuran entre los municipios que eligen este día como festivo local, así que este 17 de febrero será no laborable en la totalidad de los ayuntamientos limítrofes con A Coruña y también en los de los siguientes cinturones de proximidad con la ciudad.

Centenares de coruñeses que cada año repiten en las comparsas y en los concursos de disfraces o en el desfile de choqueiros ya tienen marcado el carnaval en sus calendarios con doce meses de antelación.

En esta cuenta atrás hasta mediados de febrero, que es cuando estalla la celebración más irreverente y colorista del año, hay varias fechas marcadas en el programa de actividades del carnaval coruñés.

La primera, el sábado 7 de febrero, con el certamen de comparsas, y la segunda, el sábado 14 de febrero con el desfile de carrozas y disfraces. Ambas citas son ya clásicas en el Entroido de A Coruña y cen-

tenares de coruñeses de todas las edades ultiman sus mejores galas para esas fechas, al tiempo que los establecimientos de alimentación y negocios de hostelería se preparan para la temporada de cocidos y lacón con gregos.

Viaja con nosotros

VIAJES VEFÁ 32 años viajando juntos



Incluye: Vuelo en línea regular salida desde Oporto | Traslados al aeropuerto ida y vuelta | Guía acompañante todo el recorrido | PENSIÓN COMPLETA en destino | Transporte en autocar privado | Excursión en Jeep 4x4 | Hotel categoría 3* | Seguro de viaje + Anulación. El precio no incluye: Suplemento Hab. Individual: 180€, Tasa local (2€/noche) pago directo en el hotel.

"Disfruta Semana Santa en Madeira"



Incluye: Transporte en autocar privado | Hotel 3* | Guía acompañante | Visita a los Patios con guía oficial | Visita al centro histórico de Córdoba con guía oficial | PENSIÓN COMPLETA | Seguro de asistencia en viaje. El precio no incluye: Suplemento Hab. Individual: 105€.

"Fiesta Patrimonio Cultural"

Reserve aquí

VIAJES VEFÁ

¡Planee su próximo viaje!
Individual o en grupo

A CORUÑA
Pasos Fernando II, Local 1 / Acco de Amo - O Buzo / 15670 Calleredo - A Coruña

981 303 257
686 498 945

info@viajesvefa.com



El precio medio de una reforma parcial oscila entre los 300 y 350 euros/m². y puede llegar a los 650 euros/m². si se trata de una reforma total

Reformas en el hogar: cuánto cuestan y cuánto se revaloriza la vivienda

Redacción.

Reformar una vivienda (parcial o integralmente) es una de las opciones más utilizadas por muchas familias para dar una segunda vida a su hogar. También lo es para aquellas personas que quieren vender su casa y buscan aumentar su valor. Ahora bien, en este caso hay que tener en cuenta que el porcentaje de revalorización dependerá de la ubicación en la que se encuentre el inmueble y de las obras de mejora que se lleven a cabo.

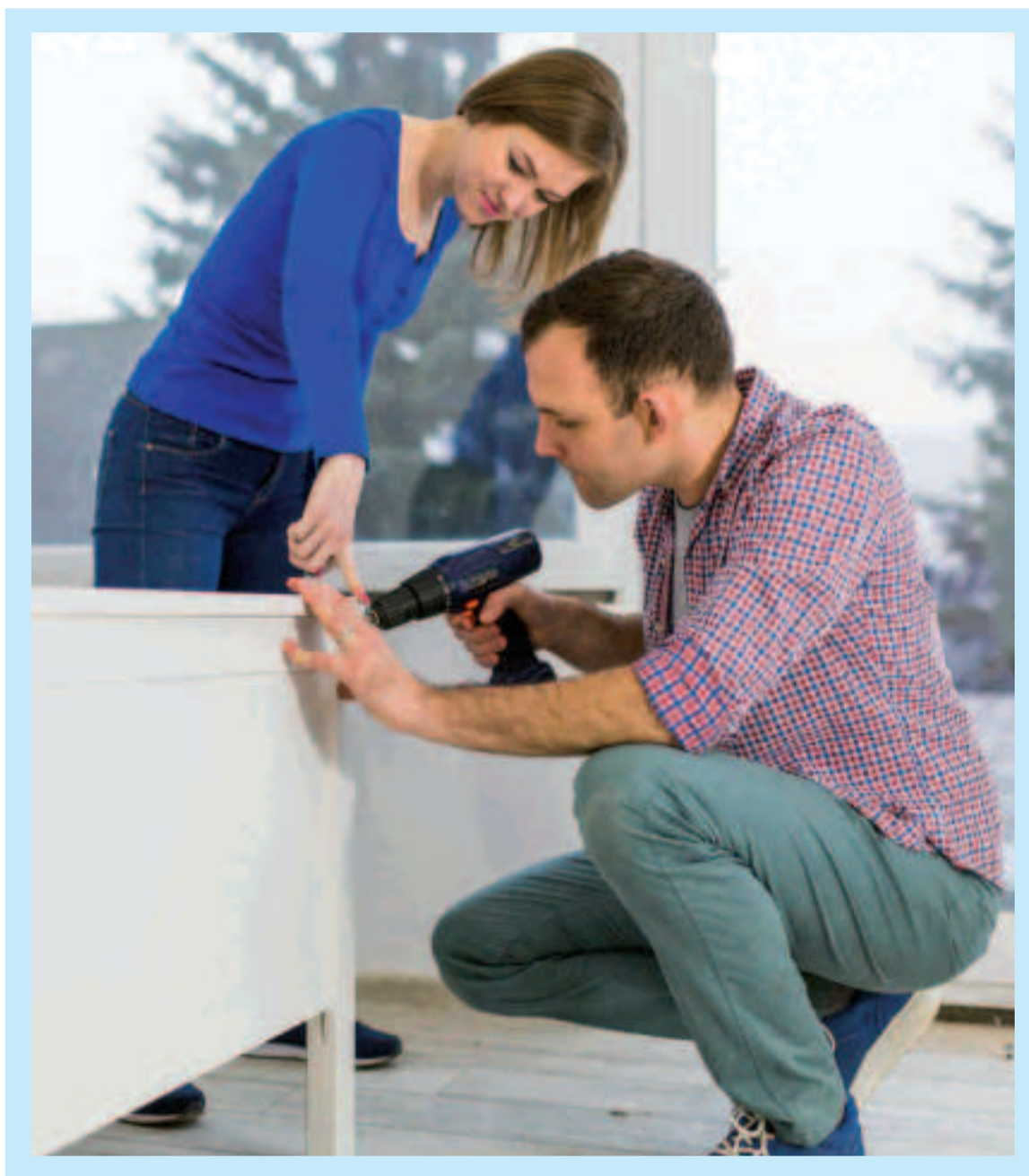
En promedio, una vivienda ubicada en Madrid en la que se ha realizado una reforma integral vale un 35% más que una sin reformar. El porcentaje se eleva al 42% en Barcelona, según un estudio realizado por Casavo y Gevalt. Así las cosas, existe una diferencia media de 958 euros/m² entre una casa completamente reformada y una sin reformar en la capital, mientras que en la Ciudad Condal asciende a 1.161 euros/m².

En el caso de las reformas parciales

(aquellas que no conlleven una modificación estructural de la vivienda), la diferencia puede alcanzar los 438 euros/m² en Madrid y los 528 euros/m² en Barcelona. Esto implica un aumento del valor del 16% y el 19%, respectivamente.

Cuánto cuesta?

El precio medio de una reforma parcial oscila entre los 300 y 350 euros/m², y alcanza entre 600-650 euros/m² (más IVA) cuando se trata de una reforma integral. Con estos datos, podemos deducir que la rentabilidad media de la realización de un proceso de reforma integral se sitúa en 511 euros/m² en el caso de Barcelona, y de 308 euros/m² en Madrid, el equivalente a un 47% y un 79% de la inversión, respectivamente. En cuanto a las reformas parciales, este porcentaje es algo inferior, puesto que los inversores de la localidad catalana obtendrían una rentabilidad de 178 euros/m² (51%) mientras que en la capital española sería de 88 euros/m² (25%).



Obra nueva

El informe realizado por Casavo y Gevalt también especifica que una vivienda completamente reformada sigue teniendo un valor inferior a una de obra nueva, con un porcentaje medio que asciende al 4% en Madrid y al 7% en Barcelona. Esta cifra se incrementa hasta el 18% en el caso de una vivienda con una reforma parcial en la capital y al 22% en el caso de la ciudad condal. En el caso de que el domicilio esté sin reformar, la diferencia es todavía más significativa, del 41% y del 35% respectivamente. Sin embargo, el estudio revela cómo en algunos distritos de Madrid, el valor de las viviendas completamente reformadas puede superar en valor a las de obra nueva. Es el caso de La Latina, Chamartín, Centro, Moratalaz, y Hortaleza. Por el contrario, los barrios con mayores diferencias de precio son el Puente de Vallecas, San Blas y Carabanchel. Este fenómeno, por el contra-

rio, no se produce en Barcelona. Los distritos que mejor comportamiento presentan son Gracia, Les Corts y Nou Barris, con contracciones inferiores al 2%. Por el contrario, las zonas que tienen mayor diferencia entre las viviendas nuevas y las rehabilitadas íntegramente son Sant Andreu (-17%) y Sants Montjuïc (-13%).

Si analizamos las diferencias respecto a las viviendas parcialmente reformadas, observamos como, en Madrid, tanto Centro como Barajas mantienen un nivel de valores similares a los de obra nueva; algo que señala que la demanda prefiere la ubicación sobre el estado de conservación en estas zonas. Las viviendas con sólo una rehabilitación parcial están más desajustadas frente a la obra nueva en los distritos de Puente de Vallecas (-37%) y Chamberí (-3%).

En el caso de Barcelona, la horquilla de reducciones de valor en las

viviendas parcialmente reformada oscila entre el (10% y el 33%), presentando las menores variaciones los distritos de Gracia, Les Corts y Eixample; frente a las mayores caídas de valor detectadas en Sants - Montjuïc, Nou Barris y Horta - Guinardó.

Eficiencia energética

La renovación en clave sostenible del parque inmobiliario español se sitúa como una tendencia en constante crecimiento en los mercados de Madrid y Barcelona. En concreto, la sostenibilidad de una vivienda se está convirtiendo en la característica determinante del valor de una vivienda. Por esto, y teniendo en cuenta que aproximadamente el 75% del parque inmobiliario de la Unión Europea es ineficiente desde el punto de vista energético, las compañías especializadas en rehabilitación de edificios pueden aumentar hasta en un 60% la eficiencia energética de los inmuebles.





Almería 1 - Deportivo 2

El maleficio de las cinco jornadas sin ganar finalizó en Almería, donde el Deportivo tuvo que ganar dos veces para sumar los tres puntos (1-2). Tras el gol local, Yeremay tomó las riendas blanquiazules para igualar y también servir la remontada a Mulattieri, que recuperó su mejor versión y devolvió a su equipo a la senda del triunfo. Poco antes, el árbitro había anulado de forma sorprendente el gol de Loureiro en un córner por falta de Arnau Comas en un forcejeo. El equipo coruñés, que no ganaba en Liga desde el 29 de noviembre, tiró de esa versión competitiva que alumbró en la Copa contra el Mallorca y el Atlético, pero no le había dado para sumar de tres frente al Cádiz y el Las Palmas.

Deportivo 0 - Racing de Santander 1

El Dépor demostró estar un pasito por detrás del Racing

El equipo blanquiazul cayó en un partido en el que llevó al límite al líder

No le dio para más al Deportivo, que puso contra las cuerdas al Racing de Santander pero terminó claudicando (0-1) en un choque que refleja a la perfección el 'timeline' de ambos equipos. Uno con abolladuras dolorosas recientes que sabe que la importancia en los detalles. Apenas se habían disputado unos minutos de partido y lo único que permitía mantenerse en enero a todos los que estaban viviéndolo en Riazor era el frío y el temporal que horas antes se había llevado una parte de la cubierta del estadio. Todo lo demás era de finales de mayo. Los dos equipos pusieron antes de tiempo el despertador de la competitividad y no hubo instante para contemplaciones. Salinas con Luismi, Mantilla con Yeremay... pronto quedó claro que el duelo se iba a jugar bajo las normas de un Racing mucho más acostumbrado a moverse en los márgenes del reglamento, solo faltaba saber si el Dépor aceptaría el reto.



Y lo hizo. Liderado por un Noubi que, como a muchos jóvenes de hoy en día, le cuesta responder en la monotonía del día a día, pero es el primero en poner el pecho cuando las luces son más brillantes, el cuadro coruñés respondió con una agre-

sividad sin balón y claridad con la pelota que dejó con muy pocas respuestas al líder de la Hypermotion.

No encontraban José Alberto y los suyos la manera de frenar al Dépor de área a área, hasta que al llegar a

la caja de castigo era el propio Dépor el que se frenaba solo.

Es el problema con el que se está encontrando el grupo dirigido por Antonio Hidalgo más a menudo de lo que el talento de sus jugadores de ataque sugiere.

Cultural Leonesa 0 - Deportivo 1

El Dépor venció por 0-1 este sábado 31 de enero a la Cultural Leonesa

El Dépor logra en León, una victoria importantísima

Considera "fundamental" la celebración del gol del triunfo de Yeremay, con todo el equipo en la grada que ocupaba #ANOSAFORZA: "Soy jugador también y sé lo que es eso; pero verlos enchufados, verlos celebrar... Sé que hay momentos en los que cuando no juegas te puedes dejar ir. Intentamos ser lo más justos posibles con los jugadores dentro de la injusticia que tiene el fútbol. Le doy mucho valor a lo de hoy, a lo del otro día porque nos empujó, defendió el escudo como hacía mucho tiempo que no veía. Eso denota compromiso.

El técnico deportivista admite que "no estamos sumando la cantidad de puntos que nos gustaría. Seguramente hoy no estuvimos tan bien como nos gustaría pero en la segunda parte hemos vuelto a tener el control del partido. Hemos tenido ocasiones suficientes". Subraya que "el equipo ha encontrado un camino. Evidentemente hay rivales que te lo ponen complicado como la Cultural Leonesa pero era importante sumar de 3. Es lo que refrenda la idea".



Antonio Hidalgo califica la victoria de "importantísima porque en esta categoría sumar de 3 es vital".



El Torneo se celebró en la modalidad de stroke play

Torneo benéfico de la Asociación de Parkinson

El pasado mes de diciembre se celebró en el Club de Golf Campomar, el Torneo Benéfico a favor de la Asociación de Parkinson, en la modalidad de stroke play.

Los resultados fueron muy igualados. Al final del Torneo el presidente del Club Campomar y diversos miembros de la directiva, hicieron entrega de unas magníficas cestas a los ganadores.

1ª CATEGORÍA

- 1º. BORJA LOPEZ AMADO, 39 Puntos.
- 2º. JOSE MANUEL TIMIRAOS FERNANDEZ, 38 Puntos.
- 3º. GUMERSINDO MENDEZ DOCE, 37 Puntos.
- 4º. ANDRES SOUTO PANTIN, 34 Puntos.
- 5º. JOSE M. FANTOVA RODRIGUEZ, 33 Puntos.

SCRATCH

- 1º. ANDRES SOUTO PANTIN, 31 Puntos.
- 2º. JOSE M. FANTOVA RODRIGUEZ, 28 Puntos.
- 3º. ADRIAN SOTO VEIGA, 28 Puntos.
- 4º. JOSE MANUEL TIMIRAOS FERNANDEZ, 27 Puntos.
- 5º. GUMERSINDO MENDEZ DOCE, 26 Puntos.
- 6º. FRANCISCO PITA-ROMERO CAAMAÑO, 26 Puntos.

HANDICAP

- 1º. BORJA LOPEZ AMADO, 39 Puntos.
- 2º. JOSE MANUEL TIMIRAOS FERNANDEZ, 38 Puntos.
- 3º. GUMERSINDO MENDEZ DOCE, 37 Puntos.
- 4º. ALBERTO PEREZ CONDE, 35 Puntos.
- 5º. CESAR PIÑEIRO RODRIGUEZ, 35 Puntos.
- 6º. VICTOR FREIJO MATA, 35 Puntos.

2ª CATEGORÍA

- 1º. ALBERTO PEREZ CONDE, 35 Puntos.
- 2º. CESAR PIÑEIRO RODRIGUEZ, 35 Puntos.
- 3º. VICTOR FREIJO MATA, 35 Puntos.
- 4º. JOSE MANUEL FERNANDEZ MANSO, 34 Puntos.
- 5º. FRANCISCO CASTRO SEOANE, 34 Puntos.
- 6º. ALEJANDRO PEREZ-LAGO LAVANDEIRA, 32 Puntos.



Final de temporada

Finalizó la temporada 24-25, en la que creemos fue un año muy duro para los clubes de golf, debido a que diversas empresas no repitieron su torneo. También el tiempo no fue de lo mejor, aún así tenemos que felicitar a algunos campos en los que hemos podido disfrutar de este deporte que tanto nos gusta. Felicidades al club Xaz por el gran

campo que tenemos a 10 minutos de la ciudad y por la ampliación de la cancha de prácticas. Al club Campomar porque ha construido una cancha pequeña para dar bolas antes de jugar, cosa que se agradece mucho y al club de golf Hércules, en el que cada año se mejora el campo y se trabaja en los greens mejorándolo.



Información Jurídica y Laboral

por Eduardo Lorenzo M.

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 será gratuita, personalizada y confidencial



Consulta:

Buenos días.

En la última reunión de mi comunidad de propietarios se produjo una situación que generó bastante debate. Se sometió a votación una derrama para realizar unas obras necesarias en el edificio, que ya tiene más de veinte años y no puede reclamar ni al constructor ni al seguro.

A la junta acudieron siete vecinos de un total de diez. En la votación hubo tres votos en contra y cuatro a favor, pero finalmente el acuerdo salió aprobado porque los propietarios que votaron a favor representaban aproximadamente el 75 % del coeficiente total del edificio, ya que la mitad de los pisos son pequeños y tienen poca cuota de participación. La duda que se nos plantea es si esto es correcto.

¿Vale más el voto de unos vecinos que el de otros? ¿Se aprueban las cosas por mayoría de coeficientes y no por mayoría de votos? Además, en el título constitutivo

solo se habla de que los gastos ordinarios se reparten por coeficientes, pero no dice nada sobre derramas ni sobre cómo se vota. ¿Es legal lo que se hizo en la junta?

Estimado cliente

La situación que describe es mucho más habitual de lo que parece y suele generar conflictos cuando se aplica por primera vez de forma clara el sistema legal de votación en las comunidades de propietarios.

Lo primero que hay que aclarar es que, cuando se trata de obras necesarias, la comunidad no decide libremente si quiere hacerlas o no. La Ley de Propiedad Horizontal impone a las comunidades el deber de mantener el edificio en adecuado estado de conservación, seguridad y habitabilidad. Por tanto, este tipo de obras son obligatorias, con independencia de que gusten más o menos o de que exista mayor o menor consenso entre los vecinos. Dicho esto, la ley distingue entre

el carácter obligatorio de la obra y la forma en que se adoptan los acuerdos. En muchas materias (y esta es la regla general) la Ley de Propiedad Horizontal exige una doble mayoría: la mayoría de los propietarios y, además, que esa mayoría represente la mayoría de las cuotas de participación. Esto significa que no basta con contar personas, ni tampoco basta con sumar coeficientes; deben concurrir ambos elementos, salvo que la ley establezca un régimen distinto para un acuerdo concreto.

De ahí surge la sensación de injusticia en comunidades con pisos de tamaños muy distintos. Puede ocurrir, como en su caso, que una minoría de propietarios en número tenga una mayoría de coeficientes y consiga aprobar un acuerdo. Pero también puede suceder lo contrario: que unos pocos propietarios de viviendas grandes, aunque sumen muchas cuotas, no puedan sacar adelante una propuesta porque no alcanzan la mayoría numérica exigida. El sistema, por tanto, limita a unos y a otros.

En cuanto al argumento de que el título constitutivo solo menciona el reparto de los gastos ordinarios por coeficientes, conviene aclarar que esto no altera el régimen legal de votación.

La forma de repartir los gastos y la forma de adoptar los acuerdos son cuestiones distintas. Las derramas por obras necesarias se reparten por coeficientes y se aprueban conforme a las mayorías que establece directamente la ley, aunque el documento fundacional no entre en ese detalle.

En definitiva, sí: en muchas decisiones comunitarias el coeficiente tiene un peso decisivo, pero no porque "valga más" el voto de unos vecinos que el de otros, sino porque la ley combina el criterio personal con el económico. Puede no resultar intuitivo, pero es un sistema legal plenamente válido y pensado para reflejar la distinta participación de cada propietario en el conjunto del edificio.

Atentamente.

EDUARDO LORENZO M.

ABOGADO

Telf.: 696 687 277 / 881 886 840

RUA TRAVESA, Nº7. 1ª BETANZOS

eduardolorenzoabogado@icacor.es



La oferta de habitaciones en alquiler aumentó de media un 50% durante el 2025

El precio de la vivienda nueva repunta casi un 9% al cierre del año y alcanza un nuevo máximo



Redacción.

El precio medio de la vivienda nueva ha intensificado su ritmo de crecimiento al cierre de diciembre, con un incremento interanual del 8,9% y semestral del 4,7%, hasta alcanzar el nuevo máximo histórico de 3.298 euros por metro cuadrado, en un contexto de demanda creciente, condiciones de financiación atractivas y oferta limitada, especialmente en determinados mercados.

Según datos del nuevo informe de Tendencias del Sector Inmobiliario de Sociedad de Tasación, el ritmo de crecimiento del precio de la obra nueva al cierre del 2025 se sitúa en el valor más alto de los últimos 19 años. Así, una vivienda de tipo medio de 100 metros cuadrados alcanzaría ya un valor de 329.800 euros.

Las previsiones de Sociedad de Tasación apuntan a que esta tendencia en la subida del precio me-

dio del conjunto de la vivienda nueva continuará en los próximos meses. Así, a cierre del primer trimestre del 2026, se proyecta un precio medio de 3.365 euros por metro cuadrado, lo que supondría un incremento interanual del 8,9% y, algo inferior, semestralmente (4,3%).

«El mercado residencial en el 2025 ha mantenido un elevado nivel de actividad, consolidando la fase expansiva del ciclo inmobiliario, aunque estamos empezando a apreciar señales de madurez a medida que los precios se aproximan a los límites de accesibilidad de la demanda», ha señalado la directora de Instituciones y Grandes Cuentas en Sociedad de Tasación, Consuelo Villanueva.

Récord en todas las capitales de provincia gallegas

Por autonomías, Cataluña (5.288 euros por metro cuadrado), Comunidad de Madrid (5.172 euros) y

País Vasco (3.582 euros) registran el precio de la vivienda nueva más elevado en España en cifras absolutas.

En 14 de las 52 capitales de provincia, incluyendo las dos ciudades autónomas, la vivienda nueva ya se sitúa en máximos de la serie histórica de Sociedad de Tasación: Barcelona, Madrid, San Sebastián, Bilbao, Palma de Mallorca, Málaga, Valencia, **A Coruña**, Las Palmas, Ceuta, **Lugo**, **Ourense**, **Pontevedra**, Ceuta y Melilla.

El Índice de Esfuerzo Inmobiliario elaborado por Sociedad de Tasación se ha situado en 7,6 años en el cuarto trimestre del 2025, tras registrar un leve aumento del 0,2% respecto al trimestre anterior. En términos interanuales, el incremento fue ligeramente superior (1,7%), aunque el indicador se mantiene relativamente estable desde mediados del 2022.

Esto permitirá ampliar el parque público residencial a 10.000 inmuebles

La Xunta compromete cerca de 2.000 millones de euros en vivienda hasta 2030

Redacción.

El presidente de la Xunta, Alfonso Rueda, anunció que el Consello aprobó el II Pacto de vivienda de Galicia, por lo que el Ejecutivo autonómico "va a invertir cerca de 2.000 millones de euros" en este ámbito "entre 2026 a 2030".

La previsión es que estos fondos públicos destinados por la Xunta a la vivienda permitan "movilizar otros 5.000 millones por parte de empresas y particulares y crear o mantener miles de puestos de trabajo (alrededor de 60.000)". La mayor parte de esta inversión procederá de fondos propios de la comunidad autónoma, según explicó. Serán 1.630 millones de euros, que suponen el 82,67% del total. Los fondos estatales alcanzarán la cifra de 241 millones y los europeos los 100 millones de euros.

El nuevo Pacto de vivienda ejemplifica la actuación política del Gobierno gallego en materia de vivienda, construido desde el consenso y la participación de todos los agentes implicados, para garantizar y asegurar la eficacia en la aplicación y efectividad de las medidas adoptadas. "Tenemos

una hoja de ruta clara que incluye construir, rehabilitar y desarrollar suelo", indicó la conselleira de Vivenda e Planificación de Infraestructuras.

El II Pacto de vivienda de Galicia fue gestado en el marco del Observatorio de la vivienda de Galicia, en el cual están representados todos los colectivos que tienen algún tipo de relación con el sector: FEGAMP, Federación de Promotores de Galicia, Federación Gallega de la Construcción, la Unión Gallega de Cooperativas de Vivienda, los consumidores, Colegio Oficial de Arquitectos de Galicia, Consejo Gallego de Arquitectura Técnica, Colegio Oficial de Administradores de Fincas de Galicia y Colegio Oficial de Agentes de la Propiedad Inmobiliaria, así como la Xunta.

Rueda destacó que el nuevo Pacto de vivienda establece un nuevo compromiso en materia de vivienda de promoción pública. "Adquirimos el compromiso de que la comunidad llegue a las 10.000 viviendas públicas en 2030", indicó. Es decir, la Xunta sumará 2.000 nuevas viviendas a las 8.000 que prevé que conformarán el parque público residencial en el 2028.



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: Hellboy: El Hombre Retorcido

País: USA.
Director: Brian Taylor.
Guión: Mike Mignola, Christopher Golden.

Reparto: Jack Kesy, Adeline Rudolph, Tom Ferrel, Leah McNamara, Joseph Marcell, Hannah Margetson, Jefferson White, Nathan Cooper, Martin Bassindale.

SINOPSIS:
Hellboy (Jack Kesy) y un agente novato del AIDP (Agencia para la investigación y defensa paranormal) se quedan varados en los Apalaches rurales de los años 50 y descubren una pequeña comunidad embrujada, liderada por el Hombre Retorcido.

Fecha de Estreno: 6 de febrero 2026



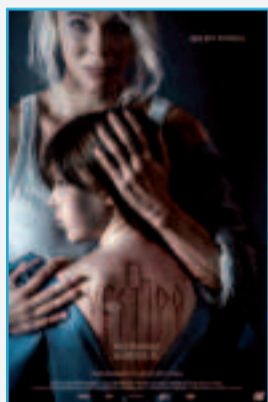
Título: Falcon Express

País: Francia, USA.
Director: Benoît Daffis, Jean-Christian Tassy.
Guión: David Alaux, Eric Tosti, Jean-François Tosti.

Reparto: Damien Ferrette, Hervé Jolly, Kaycie Chase, Frantz Confiac.

SINOPSIS:
En un tren que está a punto de salir de la estación, suena la alarma que obliga a todos los pasajeros a bajarse. Pero entonces el tren arranca de manera improvisada, llevándose a bordo los viajeros que no han tenido tiempo de bajar: los animales de compañía. Asombrados, estos descubren que el tren está bajo el control de Hans, un tejón manipulador y rencoroso, que se quiere vengar de Rex, el perro policía que le puso entre rejas hace años.

Fecha de Estreno: 13 de febrero 2026



Título: El Vestido

País: España.
Director: Frank Ariza, Jacob Santana.
Guión: Frank Ariza, Diego Ayala, Marco Lagarde.

Reparto:
Belén Rueda, Vera Centenera, Belén Écija, Elena Iureta, Antonio Molero, Santiago Molero, Samuel Sánchez García.

SINOPSIS:
Tras su divorcio, Alicia se muda a una casa apartada con su hija Carla. Cuando Carla encuentra un vestido azul y contacta con una niña fantasma, afloran oscuros secretos que desembocan en violencia y una niña en coma.

Fecha de Estreno: 13 de febrero 2026

CULTURA

“A Coruña: Porto Negreiro” en el MUNCYT de A Coruña entre memorias

A Coruña: Porto Negreiro es una exposición desarrollada en el marco del proyecto A Coruña entre memorias: historia, colonialismo e identidad, que propone una revisión crítica de la memoria colonial de la ciudad y del papel que su puerto desempeñó en el tráfico transatlántico de personas esclavizadas.

A través de documentos, imágenes y voces diversas, la muestra revela las conexiones entre progreso y violencia, así como las rutas, fortunas y silencios que sostuvieron la trata durante los siglos XVIII y XIX. El recorrido invita a reconocer las huellas de este pasado en la arquitectura, la economía y el imaginario urbano, y a reflexionar sobre cómo estas herencias continúan condicionando el presente. La exposición se plantea como un ejercicio de memoria crítica que interpela a la ciudad y a quienes



la habitan, cuestionando los relatos hegemónicos y abriendo espacio a aquellas historias que fueron sistemáticamente silenciadas. En diálogo con las migraciones contemporáneas y las desigualdades históricas, la muestra propone repensar la relación entre pasado colonial, identidad y justicia social. El proyecto está dirigido por Zin-

thia Álvarez Palomino y Cristina Botana Iglesias, cuyas trayectorias confluyen en una manera compartida de entender la historia como un campo de disputa política y ética. Ambas parten de la convicción de que la historia no es neutral y de la necesidad de revisar quién la contó, desde dónde y con qué ausencias.

SUDOKU

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

CRUCIGRAMA

HORIZONTALES:

- Disputó un partido o un juego. Perduraba.
- Cogerá, agarrará.
- Descendieseis.
- Derogar, dejar sin vigencia una ley. Siente odio.
- Apócope de tanto. Desagüen, avenen.
- Decimosexta letra. Círculo imaginario máximo en la esfera terrestre, que equidista de los polos de la Tierra. Quince en el sistema numérico hexadecimal.
- Limpiaré, adecentaré. Ave palmípeda doméstica.
- Labrar la tierra abriendo surcos en ella con el arado. Amistar.
- Siglas de “Los Angeles”. Contraíais matrimonio.
- Monedas de boda. Mujer que no oye nada o no oye bien.
- Rasparás. Barcos, naves.

VERTICALES:

- Cría de jabalí. Relativo a las alas.
- Utilizaba. Labrará.
- Mujer de Gijón. Segunda nota de la escala musical.
- Relativo a la boca. Poner una cerca.
- Frecuente, en femenino. Mango.
- Trece en el sistema numérico hexadecimal. Fallarás, te equivocará. Símbolo químico del azufre.
- Unidad de cuidados intensivos. Hinchazones.
- Sonó con fuerza. Lago de la zona de los Pirineos.
- Achaque. Abolirá.
- Bacinilla. Participio del verbo caer.
- Instrumento musical de forma triangular, con cuerdas colocadas verticalmente y que se tocan con ambas manos. Engaños.

CENTRO DE DÍA CAAM

Tu nuevo "Centro de Día" en Sada

**Encontrarás un trato justo,
digno y de calidad para nuestras personas mayores.**

• **Servicios:**

- Terapia ocupacional.
- Enfermería.
- Psicología.
- Actividades y ejercicios dinámicos.
- Preparación de comidas.
- Transporte.



Calle de la Playa, 26 - Bajo.
15160 Sada.
centrodediacaam@gmail.com
www.centrodediacaam.com

Haga su reserva
698 167 730
603 396 781