

gratuito **amariñas**

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

 **Síguenos en Facebook**

Miño - Narón - Pontedeume - Ferrol

tu periódico comarcal

NÚMERO - 99

PERIÓDICO GRATUITO MENSUAL

SEPTIEMBRE - AÑO 2026



**Gardacostas de Galicia
decomisa 372 kilos de marisco
y pescado y cerca de 1.300
aparatos ilegales**

pág.4



**Hórreos,
pazos y
cruceiros,
de Galicia**

pág.6

*Más de 84 millones de euros se dirigirán a
iniciativas relacionadas con la formación para el empleo*

El Gobierno destina más de 196 millones de euros para la formación y empleo en Galicia

El Gobierno de España destinará 196,31 millones de euros a Galicia para impulsar la formación vinculada al empleo y favorecer la creación de nuevas oportunidades laborales.

La distribución de estos fondos fue acordada en la última Conferencia Sectorial de Empleo y Asuntos Laborales, y permitirá transferir a la Xunta recursos destinados a distintos programas de formación, empleo, orientación laboral e inclusión social.

Del importe total, más de 84 millones de euros se dirigirán específicamente a iniciativas relacionadas con la formación para el empleo y la recualificación de trabajadores y personas desempleadas. Esta partida se divide en cinco programas.

El principal, dotado con 49,3 millones de euros, estará destinado a programas de empleo y formación. A esta cantidad se suman 25 millones para la formación de personas desempleadas y otros 8,5 millones para trabajadores ocupados.



La distribución de estos fondos fue acordada en la última Conferencia Sectorial de Empleo y Asuntos Laborales.

Además, se contemplan 790.000 euros para acciones de formación y recualificación y otros 580.000 euros destinados a iniciativas formativas relacionadas con la capacitación para el desempeño de funciones vinculadas a la negociación

colectiva y el diálogo social.

La segunda gran área de financiación corresponde a la creación directa de oportunidades de empleo, que concentrará 55,2 millones de euros. El paquete económico contempla asimismo recursos

para reforzar los servicios de orientación y acompañamiento laboral, así como para promover la inclusión social y avanzar en la modernización de los servicios públicos de empleo.

Volver al cole en Galicia cuesta unos 500 euros de media

El Observatorio Cetelem presenta el "Zoom Vuelta al cole", en el que analiza la situación de los españoles con hijos en periodo escolar y el desembolso que van a realizar de cara a la incorporación al nuevo curso, tanto a nivel nacional como regional. Para Galicia, prevén que el gasto medio sea de 500 euros por hijo, un 31% más que el pasado año.

La estrategia de ahorro preferida es alargar la vida de lo que ya se tiene en casa. Seis de cada diez familias gallegas que quieren gastar menos reutilizarán todo el material posible, un porcentaje que sube 17 puntos en un año y supera ampliamente la media española. La segunda mano también gana peso: el 30% de quienes buscan ahorrar recurrirá a este mercado.



**ESPECIALISTAS EN
IMPLANTES Y ESTÉTICA
DENTAL**

Tecnología avanzada para
resultados duraderos



IMPLANTES DENTALES
Desde el primer día



ORTODONCIA INVISIBLE
Discreta y efectiva



ESTÉTICA DENTAL
Sonrisas naturales
y armónicas

**1ª CONSULTA
+ DIAGNÓSTICO
GRATIS**

 **PIDE TU CITA
HOY**



**CUIDADENT
CLÍNICA DENTAL**

ATENCIÓN CERCANA
Y PERSONALIZADA

EQUIPO
ESPECIALIZADO

FINANCIACIÓN
A TU MEDIDA

 **981 91 50 20**

 **O Burgo - Culleredo**
Av. Rutis, 1



MÁS DE 8.000 PACIENTES YA HAN DEPOSITADO SU CONFIANZA EN NOSOTROS

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.....	981061500
Autocares Eliseo Pita.....	981795163
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



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.



D

ALEX DE VICENTE

ODONTOLOGÍA

Especialistas en implantología dental avanzada



UN EQUIPO MULTIDISCIPLINAR
CON LAS ÚLTIMAS TECNOLOGÍAS
Y AVANCES DEL MERCADO

“ENFOCADOS
EN TU BIENESTAR”

Dr. Alejandro de Vicente Crespo
ODONTÓLOGO

Nº Colegiado 15001942

IMPLANTES Y DIENTES FIJOS EN EL DÍA

T. 981 675 466

www.alexdevicente.com

Fabas, 30 bajo - Pravio. 15668 CAMBRE

Nº Reg. Sanit. C-15-004309

Crearé un mando único dirigido por el Ministro de Política Territorial y Memoria Democrática

El Gobierno solicita a Bruselas financiación de emergencia ante la crisis migratoria en Ceuta

El Gobierno de España ha solicitado formalmente a la Comisión Europea (CE) financiación de asistencia de emergencia para hacer frente a la crisis migratoria en la ciudad de Ceuta tras la entrada a finales de julio de más de 80.000 migrantes desde Marruecos, según confirmó un portavoz comunitario.

La Comisión ha mantenido un estrecho contacto con España antes de recibir esta solicitud formal, y ahora tiene previsto llevar a cabo una rápida evaluación de la misma y tomar una decisión al respecto. El portavoz comunitario no ha concretado una fecha para resolver la petición aunque ha subrayado que el proceso nos e demorará. En la solicitud, el Ejecutivo español incluye medidas para reforzar la protección de las fronteras y las infraestructuras relacionadas con la seguridad, así como para establecer una capacidad de acogida adecuada de migrantes, entre ellos menores no acompañados. La asistencia para emergencias (EMAS), que forma parte del Fondo



de Asilo, Migración e Integración de la CE y que el Ejecutivo español ya ha utilizado en momentos de presión migratoria en Canarias, contempla un mecanismo de "prefinanciación" de hasta el 80 % de los fondos solicitados.

Así, los Estados miembros, en este caso España, no necesitan esperar a recibir las cantidades solicitadas, sino que pueden hacer uso de fondos propios que luego serán reembolsados por Bruselas. El Ejecutivo comunitario, que ha ofrecido en varias ocasiones apoyo tanto logístico, a través de las agencias europeas de fronteras, policial y de asilo, como financiero, ha mantenido en las últimas semanas un estrecho contacto con Madrid antes de recibir la solicitud formal.

La última vez que España se benefició de una convocatoria formal aprobada bajo EMAS fue el año pasado, cuando la UE respaldó con 38 millones de euros la atención humanitaria ante la presión migratoria que sufría Canarias.



Descubra
la Nueva Generación
de DAF





XF XG+ XG



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



www.mabesoa.com

Los interesados pueden presentar su solicitud hasta el 30 de octubre en una convocatoria dotada con 350.000 €

La Xunta pone en valor las ayudas para impulsar el relevo generacional en el sector pesquero



Redacción.

La directora general de Desarrollo Pesquero, Ángeles V. Suárez, puso en valor el Orden de ayudas para impulsar el relevo generacional en la reunión que mantuvo con representantes de la Cooperativa de Armadores de Pesca de Vigo (AR-VI).

Los interesados pueden solicitar dicha ayuda hasta el 30 de octubre. Durante el encuentro, intercambiaron puntos de vista sobre las necesidades de formación en el sector pesquero y sobre las vías para facilitar la incorporación de nuevos profesionales a la actividad. En este sentido, la directora general destacó la importancia de la colaboración entre la Administración, los centros de formación y las em-

presas para adaptar la capacitación del alumnado a las necesidades reales de la flota.

La convocatoria cuenta con un crédito de 350.000 euros y tiene como finalidad favorecer la experiencia y el relevo generacional mediante la formación a bordo del alumnado de los ciclos formativos náutico-pesqueros. De este modo, se facilita que los estudiantes puedan completar los períodos de embarque necesarios para obtener su titulación profesional y, al mismo tiempo, se compensan parte de los gastos que asumen los armadores que los acogen en sus buques.

Son subvencionables los gastos de mantenimiento, equipamiento y ropa de trabajo. También los gastos de viaje en los embarques realizados fuera del territorio nacional y un 7% de los gastos directos sub-

vencionables en concepto de costes indirectos.

Pueden beneficiarse de estas ayudas las personas físicas o jurídicas armadoras de buques pesqueros inscritos en el Registro de Buques Pesqueros de la Comunidad Autónoma de Galicia que faciliten lo embarque de estudiantes de los ciclos formativos náutico/pesqueros. Los buques deberán tener puerto base en Galicia y estar dados de alta en la tercera lista del Registro de Buques y Empresas Navieras.

Las ayudas se conceden en régimen de concurrencia no competitiva y están cofinanciadas en un 70% por el Fondo Europeo Marítimo, de Pesca y de Acuicultura (FEMPA).

Galicia colabora en el envío de vacunas a Ceuta y pone más medios a disposición de la ciudad

Galicia va a participar "activamente" en el envío de vacunas a Ceuta acordado en el marco de la Comisión de Salud Pública y también pone a disposición de la ciudad autónoma otros medios, como el Laboratorio gallego de Salud Pública y el Servicio de Epidemiología.

Así lo ha manifestado la directora xeral de Saúde Pública de la Xunta, Carmen Durán, en unas declaraciones remitidas a los medios tras participar en la reunión telemática entre el Ministerio de Sanidad y el resto de comunidades autónomas.

En este encuentro, el Ministerio y las comunidades han acordado

enviar a Ceuta hasta 15.000 dosis de la vacuna triple vírica y otras 10.000 de difteria-tétanos, varicela y polio, a través del mecanismo de solidaridad para inmunizar tanto a la población ceutí que no esté vacunada como a las personas migrantes.

Se trata de una "medida preventiva ante la situación que se está desarrollando en Ceuta", ha asegurado Durán, quien ha especificado que Galicia aparte de "participar activamente en este envío de vacunas" también pone a disposición de Ceuta el Laboratorio gallego de Salud Pública, el Servicio de Epidemiología "o cualquier otra medida que sea necesaria".



Gardacostas de Galicia decomisa 372 kilos de marisco y pescado y cerca de 1.300 aparatos ilegales

Gardacostas de Galicia, dependiente de la Consellería do Mar, decomisó en una semana un total de más de 372 kilos de diversas especies de pescado y marisco y cerca de 1.300 aparatos de pesca ilegales. El balance de los operativos de vigilancia y lucha contra el furtivismo realizados entre el 17 y el 23 de agosto se saldó con la tramitación de 31 actas de presunta infracción e incautación en distintos puntos del litoral gallego.

Las actuaciones fueron ejecutadas por las unidades operativas de Ferrol, Portosín, Muxía, Vigo y Servicios Centrales, tanto mediante patrullas terrestres como a bordo de diferentes embarcaciones del servicio, entre ellas el Valentín Paz Andrade, el Mar de Galicia y auxiliares del Hermanos García Nodal. Los controles abarcaron zonas de las rías de Ferrol, Arousa, Pontevedra, Vigo y Muros-Noia, así como distintos pun-

tos del litoral de Camariñas, Corcubión y O Ézaro.

En el campo de las artes de pesca retiradas del mar por encontrarse sin identificar o vulnerando la normativa vigente, los agentes incautaron 1.215 nasas, en su mayoría destinadas a la captura de pulpo, y 61 cacharros para la captura de este cefalópodo. También se intervinieron tres sacos y una boya en el marco de un operativo desarrollado en los puertos de Camariñas, Camelle y Santa Mariña.

Respecto a las especies incautadas, la mayor cantidad correspondió al pulpo, con 269,5 kilos, seguido de la nécora, con 44,1 kilos. Los controles permitieron intervenir también 25 kilos de navaja, 11,5 kilos de centollo, 7 kilos de congrio, 5,94 kilos de almeja japonesa, 4 kilos de bogavante y 3,6 kilos de almeja rojiza, además de cantidades menores de santiaguíño y camarón.



ABOGADOS
Marta Vázquez Golpe

Civil
Penal
Mercantil
Derecho Administrativo
Derecho del Trabajo

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

¡Empresas muy cerca de ti!

Tres Cafés

Especialidad desayunos
y meriendas.

617 22 50 53

@trescafescafeateria

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

**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

**Rubal
FISIOTERAPIA**

Especialistas en Fisioterapia Pediátrica

628 440 977
@rubalfisioterapia

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

**TODO PARA tu
PISCINA**

Mantenimientos y Reparaciones

Grupo SPR Bergondo
A Brea, 26 bajo izq. - Guitiérrez - Bergondo

981 458 540 / 636 474 936
tiendagrupospr.com

**Restaurante
Aquarius
Café**

Ven a celebrar tus fiestas con nosotros

Avda. del Puerto, 27, Bajo 4 - 15160 Sada
981 623 410

**MAISON
DES GLACES**

HELADERIA ARTESANAL
COLOMBIANA

Vaneza Zuluaga

Rua Figueira 4,
El Temple, Cambre

Teléfono: 881 31 31 46
Móvil: 604 06 45 13
vanezadesglaces4@gmail.com

• Fresas o Mango
con crema
• Batidos
de frutas
• Salpicón
de frutas

**Nube
Dulce**

• Oblicas con crema
• Aguas de
frutas
• Bollería,
Café y
Postres

658 130 819
@NubeDulce95

Rúa Francisco Largo Caballero, 7 C Bajo izq. O Burgo. 15670 Culleredo

BODEGON DE CAUREL

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

Tel.: 981 651 594

**RB
ELECTRICIDAD
RAÑA Y BOEDO**

Jesús M. Raña Villaseñor
J. Antonio Boedo Regueira

Fax:
E-mail:

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

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

R. S.

Restaurante
Parillada

Rúa de Sada

Avda. del Puerto, 25-29
15160 - Sada - A Coruña
Telf.: 981 62 25 23

- Pescados a la plancha
- Carnes a la brasa
- Arroz (gran variedad)
- Gran selección de vinos
- Marisco vivo
- Amplio y confortable
salón para celebraciones
y comidas de empresa

**PESCADERIA
Sada**

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

PESCADOS GELU

DE LA MAR A LA MESA

PESCADOS GELU IGLESIAS

Pescados y mariscos Gelu Iglesias

TLF.: 615 450 333

PLAZA DE LA
PUERTA DE LA
A CORUÑA

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)

Galicia es tan hija de la piedra como del mar.
Marina pero también granítica, ésta es tierra de canteros.

Hórreos, pazos y cruceiros, Galicia... es tierra de canteros

Redacción.

Pero no solo de catedrales y grandes monasterios, aquí todas las obras de los hombres, hasta las pequeñas, se hacen en piedra.

Como los hórreos que encontrarás a cada paso, un elemento típico del mundo rural y que tal vez por su sencillez y falta de presunción acaba por resultar tan bello. O como los miles de cruceiros que bendicen toda la geografía gallega y en los que siempre merece la pena detenerse un momento, a admirar con calma la sensibilidad y artesanía de las manos que los hicieron.

Y, claro está, los grandes pazos, sobrios y elegantes como señores feudales con sus recios muros de piedra entre jardines, orgullosos como un blasón.

Hórreos

Los inconfundibles hórreos gallegos son construcciones de piedra o madera, elevadas del suelo mediante pilares y destinadas a guardar las cosechas. Son una forma propia de la arquitectura rural gallega y un rasgo característico del paisaje.

Pero si crees que ya sabes cómo

son, espera a ver estos... El de Carnota y sus 35 m de largo, declarado Monumento Histórico Nacional. Los hórreos de Piornedo, en Os Ancares, que más bien parecen extraídos de una fábula poblada por gnomos y hadas. O los sorprendentes 34 hórreos de A Merca, en Ourense, el conjunto más grande y uno de los mejor conservados de Galicia. Y con el mar a sus pies, los bonitos hórreos de pedra de Combarro, en plena ría de Pontevedra.

Pazos

Señorío y refinamiento combinados con la austeridad propia del mundo rural. Así era la vida en los pazos, las grandes casas de la hidalguía gallega construidas mayoritariamente entre los siglos XVII y XIX. Elegantes edificios con una historia que contar y, muchos de ellos, con unos magníficos jardines que merece la pena visitar. Por ejemplo, el Pazo de Oca, donde entre estanques, bojés, escalinatas y hortensias se encuentra el árbol de camelias más alto de Europa. O el Pazo de Mariñán y su jardín francés al lado del mar. O el Pazo de Santa Cruz de Ribadulla y sus 200 variedades de camelias. Sin olvidar Rubiáns, Lourizán, Quiñones de León, Quinteiro da Cruz, A Saleta, o Fefiñáns...

Cruceiros

Seña de identidad del paisaje gallego y expresión de la devoción popular, los cruceiros se levantan en cruces de caminos o cerca de ermitas, iglesias y cementerios. Castelao decía que un cruceiro es "un perdón del cielo", pues según el gran escritor gallego los cruceiros se erigen para hacerse perdonar algún pecado. Dado que en Galicia hay unos 12.000 cruceiros, nuestras faltas deben de ser grandes... Pero también se dice que los cruceiros protegen a los viajeros, así que para los que andan por estas tierras la protección está garantizada.

El cruceiro de Melide es el más antiguo y data del siglo XIV. El más famoso es el de O Hío (Cangas), junto a la iglesia de San Andrés. Es una joya del arte barroco que recorre el ciclo humano desde Adán y Eva hasta la Redención, con el Descendimiento de la Cruz como escena principal. Toda una historia del mundo representada en piedra por más de 30 personajes. Descubre quiénes son.



Cruceiro do Hío.



Horreos en Combarro.



Pazo de Lourizán.



Cruceiro en O Cebreiro (Lugo).



Pazo de Mariñán.

LA ÚLTIMA MANO GANA



CONSIGUE
PARTICIPACIONES
CON TUS COMPRAS



SE FINALISTA Y
COMPITE EN EL RETO
DE DICIEMBRE



LA ÚLTIMA PERSONA
EN RETIRAR LA
MANO GANA

EL OUTLET DE GALICIA

Consulta bases legales en
corunathestyleoutlets.es

15 años
JUNTOS



coruña
thestyleoutlets

Joaquín Pérez Rey, Secretario de Estado, avanzó que no se esperan más subidas del salario mínimo interprofesional en lo que queda de 2026



El Ministerio de Trabajo aclara que descarta volver a subir el salario mínimo en lo que queda de año

Redacción.

El Secretario de Estado, Joaquín Pérez Rey, avanzó durante la mesa de presentación de los datos del paro que el Ministerio de Trabajo no tiene previsto volver a elevar el Salario Mínimo Interprofesional (SMI) en lo que queda de año.

Según detalló, como respuesta a una pregunta durante la rueda de prensa sobre las declaraciones de los sindicatos, que estos han vuelto a solicitar su revisión recientemente, pero que la nueva subida de la inflación no está generando un impacto suficiente. “El repunte de la inflación no es excesivo respecto de la subida del SMI; (...) es un impacto no lo suficientemente grave en la subida ya prevista para 2026 y, además, se da la circunstancia de que estamos encarando ya el último trimestre del año”, apuntó.

En ese sentido, aclaró que será para 2027, en todo caso, cuando se vuelva a convocar a la mesa de diálogo social. Así, no se contempla una subida para el resto del 2026. “El proceso de negociación, para 2027, se abrirá una vez que nos incorporemos del verano. Por lo tanto, creo que no se dan las

circunstancias para esa revisión semestral y extraordinaria”, valoró.

Sin embargo, sí aseguró que la evolución de la inflación será un factor a tener en cuenta en la próxima mesa de negociación que se convoque para revisar el SMI de 2027.

Durante la rueda de prensa, Pérez Rey también aseguró compartir con los sindicatos la preocupación por evitar la pérdida de poder adquisitivo a consecuencia de la inflación, pero emplazó las nuevas reuniones ya para el próximo ejercicio. Hasta ahora, según datos del Gobierno, el salario mínimo se ha incrementado en ocho ocasiones desde el año 2026; ello equivale a un incremento acumulado del 66%. En este caso, supone un aumento de los 735 euros al mes en 2018 hasta los 1.221 euros mensuales en 14 pagas para este año, o 17.094 euros al año.

Para autónomos con empleados y pymes, la última subida implica para este año hasta 700 euros más de coste laboral por cada empleado. Se trata de un incremento del 3,1%, que supone 37 euros más al mes.

Un fallo del alto tribunal aplica al mobiliario de terraza un criterio utilizado para gastos de representación, como entradas de fútbol o Fórmula 1

El Supremo puede dejar a los hosteleros sin las mesas y sombrillas gratis que les regalan las marcas



Redacción.

El Tribunal Supremo ha confirmado, en su sentencia 797/2026, de 26 de junio, que las marcas de bebidas no pueden deducirse el IVA de las mesas, sillas, sombrillas y otros materiales que entregan habitualmente y de forma gratuita a bares y restaurantes.

Lo que hará que estas cesiones, tal y como las conocen hoy los autónomos hosteleros, se reduzcan drásticamente o pasen a tener un coste para ellos.

Aunque lo más llamativo no es la pérdida de esa rebaja para las firmas cerveceras y de refrescos, sino el camino seguido por los jueces para justificarla: el alto tribunal se apoya en una doctrina europea nacida de gastos tan distintos como entradas de fútbol, invitaciones a la Fórmula 1 o actividades en embarcaciones de recreo. El origen está en el llamado “caso Randstad” (C-515/24), resuelto por el Tribunal de Justicia de la Unión Europea el 12 de marzo de 2026.

El TJUE avaló entonces, que Hacienda mantuviera la exclusión de la deducción del IVA para determinadas atenciones a clientes. Y el Supremo ha aplicado ahora ese criterio al litigio de Heineken sobre mobiliario y material de hostelería. La decisión, que va a repercutir en pequeños bares y restaurantes acostumbrados a recibir ese equipamiento de sus proveedores sin coste. El Supremo aplica a las terrazas el mismo criterio que a entradas de fútbol y otros gastos de ocio. Randstad había discutido ante los tribunales la deducción del IVA soportado en distintas atenciones para con los clientes; entre ellas entradas para partidos del Real Madrid y del Barcelona, invitaciones a la Fórmula 1 y servicios relacionados con embarcaciones de recreo. El TJUE consideró que la normativa europea no impedía a España mantener esta exclusión del derecho a deducir.

La cuestión que llegó después al Supremo en el caso Heineken era diferente. La compañía había en-

tregado a clientes de hostelería material de terraza, como mesas, sillas, sombrillas o peanas para estos, además de vasos, jarras, copas y abridores, y la Inspección consideró que las cuotas soportadas por su adquisición no podían deducirse al tratarse de atenciones a clientes.

“El mobiliario que las marcas entregan a los bares y restaurantes no son un capricho para “quedar bien” con los clientes, sino parte del equipamiento mínimo para que el negocio pueda trabajar”, explicó, antes de resumir su posición: “Son una herramienta de trabajo, no un regalo de ocio”.

La sentencia de junio no supone un giro completo en la jurisprudencia, porque el propio Supremo había resuelto anteriormente conflictos similares. De hecho, el fallo reitera expresamente la doctrina establecida en una sentencia de septiembre de 2020 sobre la deducibilidad del IVA soportado por bienes entregados gratuitamente a clientes.



RCC

GESTIÓN DE EMPRESAS
Ríos Crespo y Carro S.L.L.

ASESORÍA Y CONSULTORÍA
FISCAL, CONTABLE Y LABORAL

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



economistas
Colección de España



Culleredo invertirá más de 721.000 euros en obras de seguridad vial en Almeiras



Las actuaciones, que se centran en las calles Catas, Pedruco, Arzobispo Xelmírez, Silva, Eladio de la Iglesia, Pelamios y Vigovidán, abordarán también la renovación de la red de abastecimiento, alumbrado y recogida de aguas pluviales.

El Ayuntamiento de Culleredo impulsa una inversión de 721.318,99 euros para renovar la red viaria de la parroquia de Almeiras. La actuación se articula en tres proyectos que buscan mejorar las condiciones de diferentes calles, incrementar la seguridad vial y renovar infraestructuras que presentan un deterioro acumulado con el paso del tiempo. Las actuaciones están cofinanciadas por la Diputación de A Coruña y responden, a las necesidades trasladadas por la asociación de vecinos de Almeiras durante los

encuentros mantenidos con el tejido asociativo. El primer proyecto afectará a las calles Catas, Pedruco y Arzobispo Xelmírez, con un presupuesto de 240.453,06 euros.

En la calle Catas se dará continuidad a la actuación realizada anteriormente con fondos EDUSI, que permitió renovar la vía y adaptarla a las características del Camino Inglés. Ahora se completará el tramo restante hasta la intersección con la antigua N-550. La actuación mantendrá el firme de color ocre y dará prioridad a los peatones frente al tráfico rodado, con una velocidad máxima permitida de 20 km. por hora. También se renovará la red de alumbrado público. En la calle Pedruco se actuará en los primeros 40 metros, mientras que la calle Arzobispo Xelmírez será renovada en su totalidad. En ambas vías se instalará una nueva red de

recogida de aguas pluviales para solucionar los problemas de escorrentías que se producen actualmente en la superficie.

El segundo proyecto contempla actuaciones en las calles Silva, Eladio de la Iglesia y Pelamios, con una inversión de 286.992,46 euros. En este caso, los trabajos estarán centrados en la rehabilitación de los firmes, que presentan deterioro por el paso del tiempo, y en la renovación de la red de abastecimiento.

Además, se renovará la señalización horizontal y vertical de estas vías para mejorar la seguridad y la organización del tráfico. El tercer proyecto se desarrollará en la calle Vigovidán y tendrá como objetivo renovar el pavimento y reparar las redes de abastecimiento, saneamiento y recogida de aguas pluviales.

La fecha límite de inscripción finaliza el 27 de septiembre

La V Carrera y Andaina solidaria por el Párkinson regresa a O Burgo el 18 de octubre

El paseo marítimo de O Burgo, en Culleredo, acogerá el próximo 18 de octubre la quinta edición de la Carrera y Andaina Solidaria por el Párkinson, una cita que volverá a combinar actividad física, participación ciudadana y solidaridad. La iniciativa está organizada con la participación de Castelo Deporte, la Asociación Párkinson Galicia-Coruña y el Ayuntamiento de Culleredo, entidades que unen esfuerzos para dar continuidad a una actividad que tiene como finalidad apoyar a las personas con párkinson y parkinsonismos, así como a sus familias. La propuesta ofrece dos formas diferentes de participar, a través de la carrera o de la andaina, facilitando que personas de diferentes edades y condiciones físicas puedan sumarse a la jornada. De este modo, el objetivo no es únicamente deportivo, sino también crear un espacio de encuentro alrededor de una causa común.

Desde Castelo Deporte destacan precisamente el valor del deporte como herramienta para crear comunidad, favorecer la participación y apoyar causas sociales. La entidad mantiene así un año más su colaboración con la Asociación Párkinson Galicia-Coruña, dando continuidad a una relación basada en el compromiso con el entorno. La carrera y la andaina tendrán además un significado especial para la Asociación Párkinson Galicia-Coruña, que este año celebra su 30 aniversario bajo el lema '30 años



en movimiento'. A lo largo de estas tres décadas, la asociación ha centrado parte de su trabajo en la atención integral, el apoyo social, la formación y la sensibilización en torno a esta enfermedad y los parkinsonismos.

La V Carrera y Andaina Solidaria permitirá trasladar esa labor a la calle y visibilizar las necesidades de las personas afectadas, convirtiendo la actividad física en una forma de acompañamiento y apoyo. La jornada del 18 de octubre pretende así reunir a participantes de diferentes edades en una actividad en la que cada paso tendrá también un componente solidario. La organización anima a la ciudadanía a sumarse a una cita que busca hacer visible el párkinson y contribuir al trabajo que se desarrolla durante todo el año en apoyo de las personas afectadas y sus familias.

Lg1do y DJ Noex serán los cabezas de cartel de O Burgo Fest



Culleredo se prepara para dar la bienvenida al curso con una nueva edición del festival gratuito O Burgo Fest. El evento se celebrará en la explanada del paseo marítimo de O Burgo el 12 de septiembre, con entrada gratuita. Contará con artistas urbanos de la escena gallega y nacional.

El gran cabeza de cartel del festival será Lg1do, una de las voces más conocidas del urbano gallego con temas como Non me Culpes o Voche Enseñar a Amar. Natural de Santa Comba, también actuó en la fiesta de ascenso del Dépor.

DJ Noex será otro de los grandes

actos de la jornada. La DJ riojana cuenta con más de 747.000 seguidores en la plataforma TikTok y es conocida por sus mezclas de los éxitos actuales. En el cartel están también Borja Solla, Nyan Boe, Mark Adams, Cotelito e Ariax.

La primera edición de "O Burgo Fest" tuvo una importante respuesta de público. En su estreno, en septiembre de 2025, miles de personas acudieron a la explanada del paseo marítimo para disfrutar de una noche que se prolongó hasta cerca de

las 3.00 horas. En su estreno, la organización y el Ayuntamiento ya habían señalado su intención de convertir el evento en una cita recurrente y en un punto de referencia para la música electrónica y urbana en el entorno.



óptica cambre

CUIDAMOS DE TU SALUD VISUAL



NRS E-15-000120

info@opticacambre.com

Tel.: 981 676 002. WhatsApp: 658 803 030

Plaza de Europa, 5 bajo. 15660 Cambre (A Coruña)

La IX Open Science Cambre se celebrará los días 18, 19 y 20 de septiembre

Los días 18, 19 y 20 de septiembre, el Parque da Igrexa acogerá la IX edición de la Open Science Cambre, coorganizada por el Concello de Cambre y la Asociación Xuvenil XenteD100cia. Esta feria científica gratuita es ya una cita científica consolidada en el calendario local. Contará en esta edición con más de 150 jóvenes de entre 8 y 20 años de todo el país y parte del extranjero.



La alcaldesa, Diana Piñeiro, destaca que “a Open Science é unha oportunidade para achegar a ciencia á veciñanza dunha maneira próxima e participativa e para facer de Cambre, durante toda unha fin de semana, un punto de encontro para mozos e mozas”. Piñeiro agradece el trabajo de XenteD100cia y anima a la ciudadanía a participar en esta nueva edición. La feria abrirá el 18 de 17.30 a 23.00 h. el 19 de 12.00 a 19.00 h. y el 20 de 10.00 a 14.00 h. La organización busca a familias de Cambre y alrededores que deseen acoger a uno o varios de los estudiantes participantes, una de las características propias del Open Science Cambre.



Cambre.

La Festa do Demo, organizada por la asociación Urbilar, celebrará este año su VI edición con un extenso programa de actividades que se desarrollará a lo largo de las jornadas del sábado, 5 y domingo, 6 de septiembre. Habrá actuaciones musicales, un mercado artesano, sesión vermouth y mucho más.

Los festejos arrancan el sábado 5 con el Torneo Basket do Demo en el polideportivo y el III Torneo de Chave que pondrá a prueba la puntería en el Campo da Festa. A las 14:00 h. Los Claretos pondrán ritmo y buena música a la sesión vermouth en la explanada del CEIP Portofaro. A partir de las 19:00 h. llega la VI edición de

El demonio llega a O Temple con las Festas do Demo

Cantos do Demo por los bares de O Temple. A las 23:00 h. comenzará una foliada libre y cuando el reloj marque las 00:00 horas el grupo Mekanika Rolling Band que, a buen seguro, animará a los vecinos de O Temple. Para finalizar la noche, DJ Yinho pondrá el punto final de este día.

El domingo a partir de las 10:00 h la IV Exhibición de Motos “Clásicas do Demo” en el Paseo Marítimo. A las 14:00 Fania Blanco Show será la encargada de poner música, baile y mucha fiesta a la sesión vermouth. Además, durante la sesión, los asistentes podrán disfrutar de una deliciosa paella popular. El fin de fiesta estará animado por DJ Yinho.



Música, sesión vermouth y exhibición de motos clásicas.

XXV Festival de Bandas de Música de Cambre

O Auditorio do Parque da Igrexa acolleu unha nova edición deste encontro musical, coa participación da Banda de Música Vila de Cedeira e da Banda de Música

Sementeira de Cambre. Grazas ás dúas formacións pola súa música e a todas as persoas que se achegaron a desfrutar desta cita coa cultura e coa tradición musical.

El ente supramunicipal tuvo que desplegar un operativo especial para recoger basura, maderas, enseres y neumáticos abandonados

El Consorcio As Mariñas retira dos puntos de vertidos incontrolados en Cambre



Cambre.

El Consorcio As Mariñas ha completado una intervención extraordinaria de limpieza en el término municipal de Cambre tras detectar dos puntos de vertidos incontrolados. Los operarios del servicio de recogida tuvieron que desplegar un operativo especial para retirar un importante volumen de materiales abandonados de forma incívica en la vía pública, entre los que se encontraban numerosas bolsas de basura, cartones, maderas, muebles, enseres voluminosos e incluso neumáticos.

Tras la actuación, ambas zonas han quedado completamente despejadas y restituidas a su estado habitual. Desde el ente supramunicipal se ha hecho hincapié en la gravedad de estos actos, apelando a la responsabilidad vecinal al recordar que en una de las ubicaciones afectadas existe señalización específica que prohíbe de forma explícita el depósito de vertidos, una advertencia que fue ignorada.

Desde la entidad comarcal recalcan el impacto negativo que generan este tipo de comportamientos, no solo por el deterioro visual y los problemas de salubridad que provocan en el entorno vecinal, sino también por el coste que conllevan. La acumulación ilícita de residuos obliga a movilizar recursos humanos y materiales para acometer limpiezas de emergencia, detrayendo esos medios de las labores ordinarias de mantenimiento en el resto de la comarca.

Servicios gratuitos a disposición del vecino

El Consorcio apela al civismo y recuerda que los ciudadanos disponen de alternativas totalmente gratuitas para deshacerse de este tipo de residuos sin recurrir al abandono en la vía pública. Precisan que hay recogida de enseres a domicilio, como retirada de muebles, colchones o electrodomésticos, para lo que únicamente es necesario llamar al teléfono **981 795 524**.

El campo de fútbol Borja Rodríguez Ans contará con una grada cubierta

El campo de fútbol de Borja Rodríguez Ans en el polígono dos Capelos contará con una nueva grada cubierta para 300 espectadores. Así lo confirma el alcalde, José Luis Fernández Mouriño, tras la publicación de la Xunta de Galicia de la lista de entidades beneficiarias de las ayudas del Fondo de Cooperación Local (F-CL), incluido el Ayuntamiento de Carral.

La ejecución de las gradas supondrá una inversión de alrededor de 858.885,54 euros. Del total,

la Consejería de Justicia y Deportes de la Consejería de Justicia aportará 429.000 euros, mientras que el importe restante provendrá de los fondos municipales.

Actualmente, el campo de fútbol tiene solo un espacio cubierto, ubicado en el lado de los vestuarios, con capacidad para 30 personas. Sin embargo, esta disposición es insuficiente para atender la actividad que registra la instalación, con más de 400 usuarios semanalmente entre actividades federadas y amateur.

DONAR SANGRE NO DUELE, NECESITARLA Y NO TENERLA SI

¡hazte donante de sangre!

Expocoruña. c/ Juana Capdevielle - 2, 1C-32, A CORUÑA +34 666 293 704

www.donantessangrecoruna.es



La celebración comenzó con la tradicional salva de veintidós bombas de ordenanza y el inicio de los embarques en A Tolerancia

Con la segunda jira a “Os Caneiros”, Betanzos cierra las fiestas de San Roque

Betanzos.

Betanzos clausuró las fiestas de San Roque con la celebración de la segunda jira a Os Caneiros, uno de los eventos más tradicionales y concurridos del programa festivo de la ciudad. La jornada reunió a numerosos residentes y visitantes en unas fiestas patronales marcada por la música, la convivencia y la tradición.

La celebración comenzó con la tradicional salva de veintidós bombas de ordenanza y el inicio de los embarques en A Tolerancia. Las charangas de la NBA y la DGT se encargaron de la música y el entretenimiento durante la salida de las embarcaciones y acompañaron a los participantes durante toda la jornada. En el Campo dos Caneiros, la fiesta continuó con la música



del DJ Sebas y la actuación de la Charanga de la NBA. El regreso de las embarcaciones estuvo acompañado a las 22:30 de una sesión de fuegos pirotécnicos acuáticos y

aéreos en la Ponte Vella, que una vez más dejó una de las imágenes más características del final de la romería. El programa festivo continuó en la Plaza Irmáns Gar-

cía Naveira, donde la orquesta Paris de Noia puso el broche de oro musical a las fiestas de San Roque, poniendo así fin a varios días de celebraciones.

Cientos de corredores participaron en la XXVI Carrera Popular de Betanzos

La “XXVI Carreira Popular” de Betanzos volvió a combinar deporte y ambiente festivo en una mañana marcada por la lluvia, pero también por la participación de cientos de corredores de diferentes generaciones en una nueva edición de una de las citas deportivas más tradicionales de las fiestas de San Roque.

La jornada comenzó a las 10.30 h. con la salida de las pruebas destinadas a los más pequeños, antes



de dar paso a la carrera absoluta y a la andaina. La organización preparó un programa pensado para diferentes edades, desde la categoría pitufo, con recorridos de 200 metros, hasta la prueba de 5 kilómetros para los participantes adultos.

La carrera de 5 kilómetros tomó la salida a las 11.00 h, mientras que cinco minutos después comenzó la andaina popular, también sobre una distancia de 5 km. Tanto la salida como la llegada estuvieron situadas en la Porta da Vila, con un recorrido por las calles de Betanzos.

El registro de inscripciones contabilizó 218 participantes entre las diferentes categorías de la carrera y la andaina antes del cierre del plazo. La modalidad absoluta concentró la mayor parte de las inscripciones, con 147 corredores, mientras que otras 33 personas se apuntaron a la andaina.

La unidad móvil de donación de sangre estará en Betanzos

La unidad móvil de donación de sangre estará en Betanzos el jueves 3 de septiembre, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00, y el viernes 4 de septiembre, de 16:00 a 21:00, en la Plaza dos Irmáns García Naveira. No olvide su tarjeta de donante, DNI o documento similar.

La Agencia Gallega de Sangre, Órganos y Tejidos es un organismo público dependiente del Ministerio de Sanidad. Cada día mantenemos abiertos los puntos de donación en las siete principales ciudades y desplegamos diez unidades móviles en busca de donaciones de sangre, que posteriormente se procesan y analizan en las unidades centrales. De esta forma, es posible enviar componentes sanguíneos a todos los hospitales gallegos para atender a miles de pacientes los 365 días del año. Nuestro objetivo solo es posible gracias a la colaboración de organismos públicos, ayuntamientos, medios de comunicación, centros educativos, empresas y asociaciones de donantes.



En la situación actual, trabajamos con un protocolo que garantiza la seguridad del personal sanitario y de los donantes de sangre. También disponemos de un número gratuito para solicitar una cita para donar sangre de forma cómoda y segura (900 100 828).

Atención personalizada para tus ojos y oído

tábor
CENTRO ÓPTICO Y AUDITIVO

visítanos en...

Avda. Jesús García Naveira, 5. 15300 BETANZOS



AVDIO SHOP CENTRO AUDITIVO

Centro autorizado por Consellería de Sanidade Nº 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
hazor@centroauditivoaudioshop.com



Xosé Luís Mosquera Camba: «É admirable a enerxía do Batallón»

Con sete obras poéticas xa publicadas en libro, outra á que lle deu saída en formato blog e un bo número de premios merecidos, Xosé Luís Mosquera Camba (Bergondo, 1961) non considérase un especialista na poesía galega, senón un gran lector dela. El pasado domingo 9 de agosto, nun acto previsto para as 21.00 horas, recibíu no auditorio Baldomero Cores o premio do I Certame Batallón Literario da “Costa da Morte” (este ano 2026 na modalidade de poesía), convocado dende o Concello de Cee, e do que resultou gañador.



Luar na Lubre volvió después de 25 años al Campo da Feira de Guísamo

El Guísamo Folk , en Bergondo, reunió a más de 20.000 personas en su 25ª edición



Bergondo.

Más de 20.000 personas pasaron a lo largo de la jornada por Guísamo para celebrar la 25ª edición del Guísamo Folk, que este año apostó por ampliar su formato habitual de tarde y noche para comenzar ya al mediodía.

El cambio permitió convertir el Campo da Feira en el punto de encuentro de una jornada que combinó música, comida campestre y tradición hasta bien entrada la madrugada. La primera parte del programa arrancó con Treixadura, que actuó ante una carballeira llena de público y repasó algunos de sus temas más conocidos, como 'Se chove', 'Miñas Cousas' o 'Santo Amaro'. Tomó el testigo la Agrupación de Música Tradicional de Bergondo máis Amig@s, una formación con alumnos de la escuela de música tradicional, encabezados

por Pedro Lamas.

La sesión vermú dio paso después a la tradicional comida campestre en el Campo da Feira, antes de que los conciertos se retomaran a las 19.00 horas.

Uno de los momentos más especiales de la jornada llegó con Luar na Lubre, grupo que ya había participado en la primera edición del Guísamo Folk en el año 2000. La formación volvió 25 años después para celebrar sobre el escenario el aniversario del festival.

La actuación consiguió levantar al público de las mesas y trasladar el ambiente festivo por todo el Campo da Feira. El grupo interpretó algunos de sus temas más reconocidos y recordó también su vínculo con Bergondo. Después fue el turno de Radio Cos, Alana y ya de madrugada llegó uno de los momentos más esperados con The Rapants, que se estrenaba en el Guísamo Folk.

La Xunta da el visto bueno a un centro ecuestre en Abegondo

El proyecto contempla cuadras, un picadero cubierto, zonas de pasto y una edificación con oficinas, cafetería y aseos en Santaia.

La Xunta de Galicia ha dado luz verde ambiental al plan especial que permitirá avanzar en la construcción de un centro ecuestre en el lugar de A Ribeira, en la parroquia de Santaia, en Abegondo.

El proyecto se desarrollará sobre una superficie de más de 16.000 m2 de suelo rústico y estará destinado a la cría y guarda de caballos, además de a la formación y práctica de la equitación.

La autorización llega después de que la Consellería de Medio Ambiente e Cambio Climático emitiese su informe ambiental estratégico, en el que concluye que no se prevén efectos adversos significativos derivados del plan, siempre que se cumplan las condiciones establecidas en la resolución.

El proyecto, promovido por Centro Ecuestre Coconut Abegondo, SL, contempla la creación de un complejo dedicado a diferentes actividades relacionadas con el mundo ecuestre.

Talleres “Girl Steam” para fomentar las vocaciones tecnológicas

Abegondo.

Abegondo celebró el pasado 18 de agosto el “Taller Girl Steam” para niñas de 9 a 11 años.

Los talleres combinaron activida-

des prácticas de robótica, creación audiovisual y programación creativa, fomentando valores y competencias clave para el desarrollo personal y profesional de los jóvenes.



POMPAS FÚNEBRES
LA PALLOZA, SADA, GRAXAL

Tanatorios en centro urbano.
Gestionamos todo. Todos los seguros.

(24H): 981 294 511



A Coruña - Plaza de La Palloza 4 (Cuatro Caminos)



Sada - Av. de La Coruña 2/ frente al C.M. de fútbol



Graxal - Calle Pigara 19 (Cambre)



Oleiros exige el estricto cumplimiento del nuevo contrato de servicio de basuras del Consorcio

El Ayuntamiento de Oleiros exige a la futura concesionaria del servicio de recogida de basura en el área metropolitana el cumplimiento estricto de los términos del contrato. “A nova empresa que se fará cargo do contrato de recollida do lixo, que costará ao Consorcio As Mariñas máis de 16 millóns de euros anuais, terá que ser moito máis rigorosa que a actual en relación á hixiene urbana e o estado dos contedores”, dijo el alcalde, Ángel García Seoane, a través de los medios municipales. Según el regidor, la cuestión preocupa a muchos usuarios del servicio porque, asegura, la actual gestora no cumple con las obligaciones básicas de higiene de los contenedores, por lo que en algunos puntos se crean situaciones de escaso cuidado ambiental que derivan en la proliferación de roedores.

El Pabellón Municipal de Sada acogerá a 450 personas

La Fiesta de los Mayores de Sada se celebrará el 12 de septiembre

Sada.

La jornada se desarrollará entre las 18.00 y las 22.00 horas y comenzará con una merienda para los participantes. Ya alrededor de las 20.00 horas, la celebración continuará con una sesión de baile y con la actuación musical de Xilo, que será el encargado de poner ritmo a la segunda parte de la tarde.

Para participar será imprescindible realizar una inscripción previa, que podrá formalizarse presencialmente en la Oficina de la Juventud hasta el 4 de septiembre, en horario de 9.00 h. a 14.00 horas.

Por cuestiones de aforo, la organización establece un límite de 450 asistentes. Las plazas se asignarán por riguroso orden de llegada, por lo que las personas interesadas deberán realizar la inscripción cuanto antes para garantizar su participación.

La actividad está dirigida a las personas mayores de 65 años empadronadas en Sada, así como a aquellas que cumplan esa



edad a lo largo de 2026.

Será necesario acudir a la inscripción con el DNI. Cada persona inscrita podrá además acudir acompañada por una persona, sin que esta tenga que estar empadronada en el municipio ni cumplir el requisito de edad. La iniciativa busca ofrecer una tarde de convivencia y ocio para los vecinos mayores, combinando la merienda con una propuesta musical y de baile en un espacio pensado para compartir la jornada.

La celebración volvió a llenar

O Curruncho en una de las citas gastronómicas más tradicionales de las fiestas patronales

La LXV Sardiñada de Agosto en Sada repartió 850 kilos de sardinas

Sada.

El área recreativa de O Curruncho volvió a convertirse en uno de los grandes puntos de encuentro de las fiestas patronales de Sada con la celebración de la LXV Sardiñada de Agosto, una cita que cada 18 de agosto reúne a vecinos y visitantes alrededor de uno de los productos más ligados a la tradición marinera de la localidad.

Cientos de personas se acercaron al recinto para disfrutar de una tarde marcada por la gastronomía, la música y el ambiente festivo. Para esta edición se prepararon alrededor de 850 kilos de sardinas, con una previsión de unas 1.500 raciones.

El menú mantuvo uno de los principales atractivos de la celebración: por 7 euros, los asistentes pudieron degustar seis sardinas, bebida, pan de broa y una taza conmemorativa. La animación musical acompañó la jornada, que volvió a situar O Curruncho como

uno de los puntos centrales de las fiestas.

La Sardiñada no es una celebración reciente. Forma parte del calendario festivo de Sada desde hace décadas y está integrada en las fiestas patronales en honor a Santa María, San Roque y San Mamede. La celebración está reconocida además como Festa de Galicia de Interese Turístico, una distinción que refleja su relevancia dentro del calendario festivo gallego.

La tradición está especialmente vinculada a la identidad marinera de Sada. La documentación turística de la localidad sitúa la sardiñada entre sus principales acontecimientos gastronómicos y destaca su celebración cada 18 de agosto. Las fiestas contó este año con apoyo económico público.

La documentación publicada en el Boletín Oficial de la Provincia recoge una subvención de 30.000 euros destinada al programa de fiestas de interés turístico San Roque-Sardiñada 2026.

Éxito de la actividad de formación en primeros auxilios en Santa Cruz

Oleiros.

La Agrupación de Voluntarios de Protección Civil del Ayuntamiento de Oleiros participó en una actividad formativa en materia de primeros auxilios básicos, dirigida a las personas participantes en la Semana Cultural, organizada por la Asociación de Vecinos Santaia. Durante la actividad, los voluntarios de Protección Civil colaboraron impartiendo nociones básicas de actuación ante situaciones de emergencia, incidiendo en la im-



portancia de saber realizar una primera intervención hasta la llegada de los servicios sanitarios.

La actividad se desarrolló en cola-

boración con la Asociación de Vecinos de Santa Cruz, dentro de la programación de su 41ª edición de la Semana Cultural.



Convenio con el Ceida de Santa Cruz

Oleiros.

La conselleira de Medio Ambiente, Ángeles Vázquez, ha anunciado que el convenio para la continuidad del Centro de Extensión Universitaria y Divulgación Ambiental (Ceida) en el Castillo de Santa Cruz, en Oleiros, se firmará "a la vuelta de agosto". "Están los informes ya hechos por

parte de intervención y asesoría jurídica. A la vuelta del parón estival firmaremos el convenio pertinente", ha señalado frente a las dudas surgidas por la tardanza en rubricar el documento que lleva dos años caducado.

La conselleira sale así al paso de las críticas del alcalde de Oleiros, Ángel García Seoane, por el retraso en la firma.



¡LLAMADA GRATUITA!
900 107 683



Diagnóstico Gratuito

FILTRACIÓN
CAPILARIDAD
CONDENSACIÓN
IMPERMEABILIZACIÓN

La obra tiene un presupuesto de más de 677.000 € y un plazo de ejecución de ocho meses

El Concello de Arteixo licita la renovación de la Travesía de Oseiro

El Concello de Arteixo ha arrancado la licitación de la reforma integral de la Travesía de Oseiro, clave para la transformación urbana del núcleo, por más de 677.000 euros. La rehabilitación de la zona tendrá un plazo de ejecución de ocho meses.

La obra se centrará en el tramo de la antigua carretera AC-415 desde la rotonda de Sabón hasta el portal número 28 de la calle, donde el Gobierno local ha detectado "carencias importantes" de movilidad. Según los pliegos del contrato, las actuaciones incluirán la conexión entre aceras, así como su ampliación, para adaptarlos a la normativa de accesibilidad. Además, se retranqueará el paseo de peatones



para disponer de un "refugio" para el peatón.

El proyecto incluye la instalación

de nuevo mobiliario urbano, así como la reforma de la marquesina de la parada de bus.

A Coruña realizará la limpieza de propiedades que no hayan sido desbrozadas

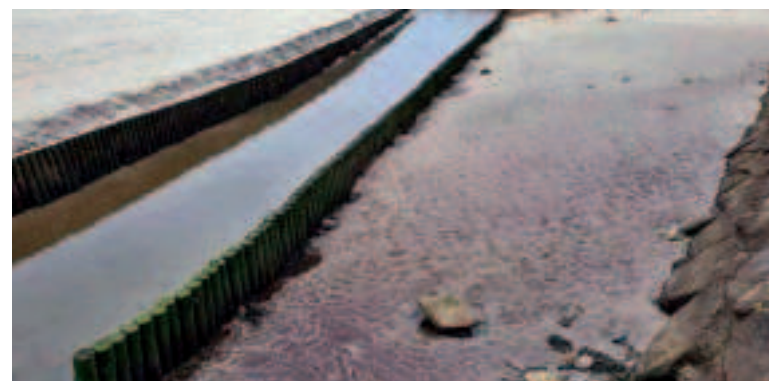
El Ayuntamiento de A Coruña se ha dirigido a los propietarios de 384 parcelas incluidas en el ámbito de protección del Plan Municipal de Prevención y Defensa contra Incendios Forestales (PMDIF) para que en un plazo de 15 días acondicionen sus terrenos.

El pasado mes de abril, el Ayuntamiento se dirigió a los propietarios de inmuebles situados en la denominada red secundaria de franjas de gestión de biomasa para solicitar su colaboración en la limpieza de sus parcelas con el fin de prevenir y evitar la propagación de incendios. Tras esta nueva notificación, los propietarios de los inmuebles que

no hayan limpiado sus terrenos dispondrán de un plazo máximo de quince días naturales para cumplir con sus obligaciones. Si, transcurrido dicho plazo, la biomasa no ha sido gestionada voluntariamente, el Ayuntamiento procederá sin más trámites a la ejecución subsidiaria, con las consiguientes repercusiones en los gastos y, en su caso, la confiscación de las especies arbóreas prohibidas retiradas.

Además de los costes de limpieza, los propietarios que no cumplan con la normativa pueden enfrentarse a sanciones que van desde los 1.000 € por infracciones leves hasta los 100.000 € por las graves.

Playas afectadas por la construcción del Puerto Exterior en Arteixo



Los socialistas llevarán al pleno una propuesta para reclamar medidas ante la pérdida de arena y el retroceso de las dunas en Barrañán, Valcobo y Repibelo.

El PSOE de Arteixo exige un estudio técnico y la puesta inmediata de planes de regeneración de los arenales afectados por la construcción del Puerto Exterior de Punta Langosteira. La formación municipal,

liderada por Martín Seco, pedirá el apoyo de la corporación en el próximo pleno, para reclamar a las administraciones autonómica y estatal la realización de un estudio técnico sobre los efectos de la infraestructura portuaria en la costa de Arteixo y la puesta en marcha de medidas destinadas a frenar la pérdida de arena y recuperar los arenales más afectados.



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

UNIDAD DE ALZHEIMER

Próxima apertura (2026)

Residencia para personas mayores en Ambroa (Irixoa)

Información y reserva plazas: centro_dedia@hotmail.com



A DESPENSA QUE PENSA

Produtos Zero Waste. Sen glute e veganos. Pan de masa nai. Coservas, cervexas artesanais e kombucha.

Produtos a granel de alimentación, limpeza, hixiene e coidado persoal.

Avda. Balneario, 31. 15142 Arteixo (A Coruña)

Telf.: 604 044 793

La Deputación impulsa el comercio y el emprendimiento en Ferrolterra

La Deputación da Coruña destinará 610.055,08 euros a 41 entidades y asociaciones empresariales de la provincia para financiar durante 2026 diferentes actividades de promoción económica, comercio, emprendimiento e innovación.

Las subvenciones permitirán poner en marcha iniciativas de dinamización del comercio y la hostelería, promoción empresarial, emprendimiento, internacionalización, innovación, economía social y circular, además de acciones vinculadas a sectores estratégicos y a la celebración de ferias y encuentros profesionales.

El programa busca apoyar proyectos adaptados a las necesidades económicas de cada territorio. Entre las iniciativas subvencionadas figuran desde campañas para incrementar las ventas y fidelizar clientes en el pequeño comercio hasta proyectos relacionados con la innovación, la sostenibilidad, el emprendimiento y la promoción de sectores industriales.

Entre las entidades beneficiarias se encuentran asociaciones y centros comerciales abiertos de Arteixo, Boiro, Carballo, Curtis, Noia, Ordes, Ribeira, Santiago, Santa Comba, Rianxo y Melide, entre otras localidades de la provincia. La convocatoria también deja fondos en Ferrolterra. El Centro Comercial Aberto Ferrol - A Magdalena recibirá 7.260 euros para acciones de comunicación y promoción, mientras que la Asociación de Empresarios de Hostalaría de Ferrol e Comarca contará con 13.500 euros para actividades de dinamización. Además, la Confederación de Empresarios de Ferrolterra, Eume e Ortegal percibirá 10.455 euros para desarrollar su programa de actividades durante 2026. En total, estas tres entidades de la comarca recibirán 31.215 euros a través de esta línea de ayudas provinciales.

La obra que busca recuperar la conexión peatonal con la playa de la Magdalena y el paso del Camino Inglés tras el colapso de la antigua estructura

Construcción de una nueva pasarela y una senda peatonal en el Concello de Neda



La Diputación de A Coruña y el Concello de Neda firmaron un convenio para financiar las obras que pretenden recuperar la conexión peatonal con la playa de A Magdalena y el paso del Camino Inglés en la localidad. Este acuerdo permitirá ejecutar una serie de actuaciones que consistirán en la instalación de una nueva pasarela y una senda para viandantes sobre el río Beelle, exactamente en el

tramo que conecta este con el arenal. Respecto a la inversión para dichas intervenciones, se ha decidido destinar un total de 199.959 euros para llevar a cabo los trabajos, de los cuales el 80% serán asumidos por la Diputación Provincial, mientras que el 20% restante correrá a cargo del Ayuntamiento.

El proyecto permitirá poner fin al corte del itinerario para peato-

nes producido hace dos años, cuando colapsó el antiguo paso de madera. Por su parte, el presidente de la Diputación, Valentín González Formoso, señaló que el convenio se firma "atendiendo a unha petición do alcalde de Neda que, por unha parte, repón unha pasarela máis que necesaria e, por outra, incorpora un paseo peonil do río Beelle ata a praia da Magdalena".

Andrea Pérez, reconocida como mejor investigadora

El alcalde de Miño, Manuel Vázquez Faraldo, recibió en la Casa Consistorial a la miñense Andrea Pérez, que fue reconocida por el hospital Ribera Póvisea como la mejor investigadora de enfermería por su trabajo de fin de grado, «Impacto de un chatbot educativo en pacientes oncológicos portadores de un dispositivo venoso».

Se trata de una IA, "como un Chatgpt diseñado para ellos para que mejoren su calidad de vida y sus cuidados en casa", con la que se busca mejorar la forma de afrontar el cáncer y el proceso de tratamiento.

Feira da Cebola Chata

La Feira da Cebola Chata de Miño se celebró con una gran afluencia de público, consolidándose un año más como una de las citas más destacadas del calendario festivo del municipio. La programación puso en valor uno de los productos más emblemáticos de la localidad a través de una completa jornada de actividades.

Xornadas Gastro-Miño

Tiveron lugar en Miño as Xornadas Gastro-Miño de degustación de produto pesqueiro elaborado e transformado con produtos da terra. Trátase de promover novas iniciativas de valorización dos recursos pesqueiros, partindo da elaboración gastronómica e artesanal. O numeroso público gozou da demostración da cociña en vivo realizada polas persoas que forman parte do Espazo Gastronómico Marmiño.



El Náutico de Narón Campeón de España por equipos de Triatlón

La triatleta Maite Jiménez-Orta, del Náutico de Narón, logró la victoria en la categoría femenina Élite del Campeonato de España de Triatlón 2026 con un tiempo de 59:58; por los 1:00:01 de la segunda clasificada, Sara Guerrero (en la foto), igualmente del Náutico de Narón; la tercera posición fue para Ana Carballo, del Cidade de Lugo Fluvial, en 1:00: 03. En la cuarta y quinta plaza quedaron Noelia Juan, del CEA Bé-

tera; y Marta Pintanel, del Universidad de Alicante. En Sub-23 el triunfo fue también para Maite Jiménez-Orta; seguida de Ana Carballo y Alejandra Seguí. Por clubes la primera posición fue para el Náutico de Narón, seguido por el Cidade de Lugo Fluvial y CEA Bétera. En la categoría sub23 el pódium colectivo lo formaban CEA Bétera, Cidade de Lugo Fluvial y Diabrillos de Rivas.







por Esther López Castro

Doña Emilia Pardo Bazán

Estimados lectores del periódico As Mariñas:

El poema de este mes va dedicado, con mi admiración, a la figura de una ilustre gallega en el aniversario de su nacimiento:

Dña. Emilia Pardo Bazán. Nació en A Coruña el 16 de septiembre de 1851, ciudad que pasó a llamarse en la ficción de sus novelas, Marinada. Fue una de las escritoras, periodistas e intelectuales más importantes de España. Rompió con los moldes impuestos a las mujeres de su época. Fue también la primera mujer en presidir la sección de Literatura del Ateneo de Madrid y la primera catedrática de Literatura en la Universidad Central de Madrid. Sus ideales y preparación fue un claro exponente para llevar a cabo la ruptura de normas convencionales de su época.

Doña Emilia Pardo Bazán

Esther López Castro

Viene al mundo en A Coruña de noble cuna es la Dama, de tan grande e ilustre árbol, ejemplar y digna rama.

Su tesón, fuerza y coraje, darán grandeza a su historia, sus novelas y relatos broche de oro a su memoria.

Plasma en los Pazos de Ulloa de manera magistral, naturaleza y costumbres de la Galicia rural.

Vanguardista de su tiempo lucha y persigue la meta, se enfrenta rompiendo moldes, al inmovilismo reta.

Es valiente pionera que escribe con mano firme y se esfuerza en alcanzar, con la pluma y su tesón, un perseguido ideal.

Escritora y humanista, en su estudio infatigable ningún género desdeña, la crítica literaria

con gran rigor desempeña. Su inteligencia y talento la llevarán a alcanzar, cátedra e ilustres puestos, imposibles de lograr.

Su ciudad le rinde culto, la valora y califica.

El libro de los ilustres muestra con honor su nombre, le pone cuño y rubrica.

En idílico jardín su estatua bella y serena se perpetúa en el tiempo.

Nombre, talento y grandeza, juntos de la mano van. Pone sello a la nobleza, ¡Emilia Pardo Bazán!



por Eva Vidal

Tragedia en Ceuta



A día de hoy, la única verdad incuestionable sobre lo que ha pasado en Ceuta a lo largo de las últimas semanas es que cincuenta mil personas desesperadas y descontroladas han entrado en un espacio físico que no da más de sí. Es imposible acomodar en una ciudad de apenas 15 kilómetros cuadrados de superficie el doble de habitantes para el que está geográficamente planificada económica, social y sanitariamente. Semejante aventura supone una presión inviable para un territorio con capacidades lógicamente limitadas que una vez sometido a semejante presión está inevitablemente avocados al caos y el desorden. Es lo que tiene el hambre y la desesperación. Te obligan a tomar decisiones irracionales como, por ejemplo, meterte dentro de un flotador infantil y lanzarte al agua en busca de un oasis protector sólo porque algún desgraciado te ha dicho que allí te acogerán cariñosamente con los brazos abiertos. Desgraciadamente todo era mentira y lo que esta gente se encontró al llegar fue una playa demasiado pequeña para coger a una muchedumbre enfervorecida, un calor abrasador y un ejército que trataba de impedir, con más ánimo que capacidad, que alcanzasen su sueño dorado.

Son el hambre y la desesperación los que están ahogando a Ceuta. Esto no es la tropelía de un ejército invasor enviado por el ma-

léfico, sino una catástrofe humana de dimensiones descontroladas que no se puede consentir, pero que es muy complicado gestionar. Hay que tener en cuenta que la legislación internacional en materia de inmigración es muy consistente y clara: la base legal establecida por las normas internacionales implica que cada una de las personas que han entrado en territorio español aquella tarde tienen derecho a solicitar protección internacional y a ser escuchadas por un funcionario de asilo. La devolución en caliente, sin garantías procesales, viola el principio de no devolución establecido específicamente por la Convención de Ginebra, pero... ¿cómo puede compatibilizarse el cumplimiento de esos derechos cuando la población prácticamente se duplica en un tiempo tan breve? ¿Cómo se da cobijo, consuelo y ayuda a miles de personas cuando no queda ni medio centímetro donde sentarlas? Esa legislación es perfecta si se plantea en un territorio que posea una capacidad de acogida cuantitativa y cualitativamente real, pero es una quimera en la Europa de hoy.

Las generalizaciones son específicamente espantosas cuando hablamos de seres humanos. Es tan inmoral proclamar que todos los inmigrantes que llegan a nuestras costas son personas detestables y delincuentes como pensar que todos los políticos de

nuestro país son unos facinerosos sin escrúpulos. No me creo los discursos de quienes piensan que se puede tratar a las personas como animales sólo porque la necesidad les lleva a tomar una decisión sin duda equivocada, como es la de venirse a un continente que no puede acogerles en estos momentos. Esto es complejo precisamente porque no todos vienen a delinquir, sino que muchos vienen buscando una vida mejor y la ilusión por un futuro sin sufrimiento.

Me acuerdo especialmente hoy, mientras escribo, de mi compañera de trabajo. Aquella niña que tampoco tenía papeles cuando llegó con sus padres desde Marruecos y que poco a poco fue construyendo su vida. Hoy es una titulada universitaria con un trabajo y la esperanza de poder seguir adelante con esfuerzo y dedicación. Hoy es una ciudadana legalmente asentada y profesionalmente estable que se emociona al recordar a su familia, sus amigos y la ciudad donde nació a la que, por circunstancias, ni siquiera ha podido regresar. Hay vidas detrás de las ropas sucias y las aceras hacinadas y llenas de orines. Hay vidas detrás de los discursos patriotas y las manifestaciones llenas de proclamas y panfletos. Tristemente, si no caben... no caben, pero hay gentes que tienen la obligación de buscar una solución a esta desgracia y a las que pagamos por ello con nuestros impuestos.

cenor
tu tienda de confianza

VUELTA AL BARRIO

Con instalación, garantía y postventa

8kg

1.400
rpm

Eco
Silence

10 AÑOS'
DE GARANTÍA
DEL MOTOR.

TAPA
DESMONTABLE.

A A
↑
G

LAVADORA



BOSCH

WUU28T63ES

449€

Disponible inox WUU28T63ES **499€**



¡Pregúntanos!
Puedes llevártela ahora
Financiación inmediata

cenor.es



ELECTRÓNICA CÉSAR

A Ribeira, 81 - Betanzos | Telf.: 981 77 08 73
Servicio técnico propio



El nuevo Renault Megane E-Tech Eléctrico 2027 se presenta en sociedad con un diseño renovado, más tecnología y una batería LFP de nueva generación

El Renault Megane E-Tech Eléctrico se reinventa con un renovado diseño

Motor.

Renault simplifica la gama de su compacto eléctrico con hasta 500 kilómetros de autonomía WLTP y una potencia de carga máxima de 165 kW.

Ha pasado casi media década desde que el Renault Megane E-Tech Eléctrico se presentó en sociedad. En septiembre de 2021 se materializó la entrada en escena de la quinta generación del Renault Megane.

Una generación 100% eléctrica

En estos años el Megane eléctrico ha tenido que lidiar con una dura competencia. La oferta de compactos eléctricos está aumentando rápidamente, y tras un periodo de tiempo en el que ha pasado muy desapercibido, Renault no podía demorar más tiempo la puesta a punto de este modelo. Finalmente, y después de una notable espera, llega el nuevo Renault Megane E-Tech Eléctrico 2027.

El diseño del nuevo Renault Megane E-Tech Eléctrico 2027

Basta con echar un rápido vistazo a las imágenes que ilustran este artículo para descubrir en qué ha cambiado el Megane eléctrico. Al tratarse de un lavado de cara, un «facelift», los cambios en materia de diseño exterior se concentran en la parte delantera y trasera del vehículo. Es una actualización de mitad de ciclo que permitirá a esta generación poder afrontar el resto de vida comercial que le queda por delante.



El eléctrico de Renault se pone al día con importantes novedades en diseño, tecnología y propulsión.

El frontal ha sido completamente rediseñado para adaptarse al nuevo lenguaje de diseño de Renault. Estrena paragolpes y parrilla cerrada. Las tomas de aire laterales desaparecen y su lugar es ocupado por las nuevas luces LED para la conducción diurna. Presentan una característica firma luminosa con patrón de cuadros. Los faros LED mantienen la forma y conectan a la perfección con la parrilla.

La vista lateral deja al descubierto la esencia de este modelo. Un vehículo con tintes de crossover pero cuyas características y dimensiones lo posicionan más como un turis-



El nuevo Renault Megane E-Tech Eléctrico 2027 puede calzar llantas de 19 y 20 pulgadas.

mo convencional. Respecto al modelo saliente se ha aumentado la altura libre al suelo en 20 milímetros, lo que le hace un poco más a los estándares de un crossover.

En lo que respecta a las opciones de personalización, el nuevo Megane eléctrico está disponible junto a diferentes diseños de llantas de 19 y 20 pulgadas así como en siete colores de carrocería entre los que se incluye el nuevo azul satino, con configuraciones bicolor opcionales con techo negro o gris pizarra.

Dejando a un lado el exterior, si nos adentramos en el interior del nuevo Megane eléctrico nos veremos rápidamente envueltos por un ambiente cálido y confortable. El puesto de conducción, al igual

que ocurre con el modelo saliente, digital y conectado.

Combina un cuadro de instrumentos digital de 12,3 pulgadas con una pantalla táctil de 12 pulgadas.

La autonomía del nuevo Renault Megane E-Tech Eléctrico 2027

En lo que respecta al sistema de propulsión eléctrico. También hay cambios. Y muy importantes. Las baterías NMC que venían estando disponibles desaparecen. Renault ofrecerá el nuevo Megane junto a una única motorización. El «corazón» del renovado compacto francés es una batería LFP de última generación. La batería tiene 67 kWh útiles y se encarga de alimentar un motor de 160 kW (218 CV) y 300 Nm de par máximo.

Faconauto ha hecho balance del primer semestre y ha actualizado su previsión de cierre de 2026 para el vehículo industrial, que apunta, tras revisar su previsión anterior, al mejor año de la última década

El vehículo industrial prevé un cierre récord en 2026, con más de 32.000 matriculaciones

Redacción.

La patronal ha aprovechado para valorar positivamente la primera reunión del Grupo de Trabajo, celebrada y convocada por el Ministerio de Transportes y Movilidad Sostenible dentro del Plan Auto España 2030, que responde a una reivindicación que la organización lleva años trasladando: un plan diseñado para impulsar la transformación del transporte pesado por carretera.

El Grupo trabajará coordinado por los ministerios competentes, sobre tres pilares: incentivos a la compra de vehículos de cero y bajas emisiones; despliegue de infraestructura de recarga y repostaje; y apoyo a la industria fabricante instalada en España.

Faconauto, en una primera valoración que se irá detallando a lo largo de los trabajos de este grupo, trasladó la idea de que el achatarramiento se vincule a la adquisición



de una nueva unidad. Sin duda, la electrificación será su eje principal del "Plan Auto Vehículo Pesado", aunque la patronal ya expuso la necesidad de contar con todas las tecnologías que posibiliten la re-

novación del parque (con 15 años de antigüedad media) y alcanzar los ambiciosos objetivos de descarbonización.

De esta manera, este Plan acerca la agenda del Ministerio al espíritu

del Plan Nacional de Renovación del Parque Automovilístico previsto en la Ley de Movilidad Sostenible, una herramienta transversal diseñada por la propia ley para retirar los vehículos más antiguos de

todas las tipologías y complementaria de los planes de electrificación. Faconauto lleva años reclamando ambas piezas: la que ahora empieza a tomar forma para el pesado nuevo, y la que sigue pendiente de activación para el conjunto del parque circulante.

El mejor año desde 2017

El respaldo llega en un semestre récord. Entre enero y junio se matricularon 15.909 vehículos industriales, un 13,2% más que en el mismo periodo de 2025, con los pesados de más de 16 toneladas creciendo un 13,9% hasta 13.260 unidades: tractocamiones un 14,7% y rígidos un 11,7%, según datos de DGT.

Con ese ritmo, Faconauto prevé cerrar 2026 con 32.296 matriculaciones en el total del vehículo industrial (+4,2%), lo que supondría el máximo de la serie, por encima de las 32.142 unidades de 2024, y con 27.594 pesados de más de 16 toneladas (+5,6%), también récord sobre las 27.088 del anterior máximo. Para 2027 y 2028, la previsión apunta a una estabilización del pesado en 26.826 unidades (-2,8%) y 27.314 (+1,8%), respectivamente, en uno de los niveles más altos de toda la serie histórica.



TRUCKS

Sharing the Load

TU F-MAX CON 5 AÑOS DE GARANTÍA

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



www.fordtrucks.es

F-MAX

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

El "New Big" de Ford Trucks

Se dirigen al alumnado con mejores notas de cada curso de grado, excepto el último, y tienen una dotación económica de hasta 1.600 € y un diploma acreditativo

Educación reconoce la excelencia de 480 universitarios con los premios Ángela Ruiz Robles



De los galardonados 183 estudian en la USC, 144 en la UVigo, 131 en la UDC y 22 en la UIE. Un total de 15 alumnos obtuvieron la máxima cualificación de 10 puntos.

La Consellería de Educación, Ciencia, Universidades e FP viene de reconocer la excelencia de 480 estudiantes de grado del Sistema Universitario de Galicia con los Premios Ángela Ruiz Robles. Los galardones, dirigidos al alumnado con mejores notas de cada curso de grado (excepto el último, en el que se conceden los Premios de fin de carrera), tienen una dotación económica de hasta 1.600 € y se

conceden la propuesta de las universidades gallegas. Según publica el Diario Oficial de Galicia, 183 de los premiados estudian en la Universidad de Santiago de Compostela, 144 en la Universidad de Vigo, 131 en la Universidad de A Coruña y 22 en la Universidad Intercontinental de la Empresa. El 63% de las premiadas en esta ocasión son mujeres y el 37%, hombres.

Los galardones se corresponden con las cualificaciones del curso 2024/25. En lo que respecta a las ramas de conocimiento, Ciencias Sociales y Jurídicas es la que cuenta con mayor número de personas galardonadas, un total de 216 (45%); seguida de Ingeniería y Arquitectura, con 97 (20%); Ciencias de la Salud, con 63 (13%); Artes y Humanidades, con 54 (11%), Ciencias, con 50 premiados (11%).

Las obras incluyen la ejecución de un nuevo cierre perimetral de la pista deportiva, que cubrirá todos los laterales del pabellón con una altura de 3,75 metros

Belén do Campo comprueba el avance de las obras de mejora del cierre del pabellón del IES de O Porto do Son



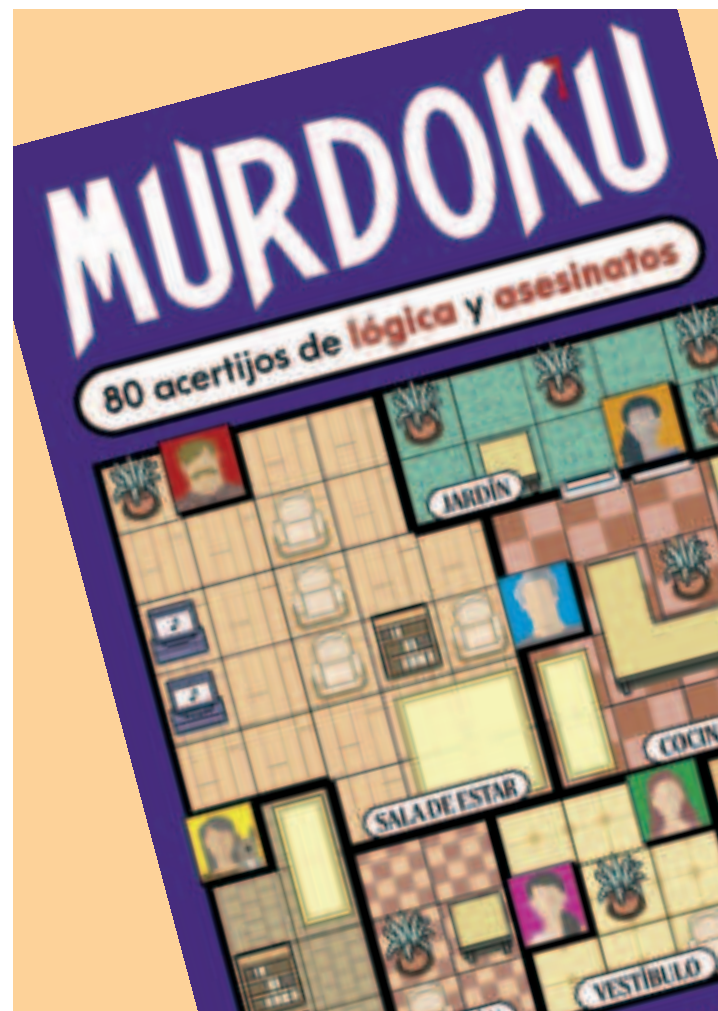
La delegada de la Xunta en A Coruña, Belén do Campo, acompañada por el alcalde de O Porto do Son, Luís Oujo, realizó una visita al IES O Porto do Son para comprobar el avance de las obras de mejora que la Consellería de Educación, Ciencia, Universidades e Formación Profesional está ejecutando en el pabellón deportivo del centro con una inversión total de 267.000 euros. Esta obra se incluye dentro de las

grandes obras que está ejecutando la Xunta para seguir renovando las infraestructuras educativas y ofrecer espacios más seguros, funcionales, inclusivos y sostenibles para toda la comunidad educativa. Este centro contará este año con alrededor de 400 alumnos y participa activamente en numerosos programas educativos como Club de Ciencia, Clubes de Lectura, Navega con Rumbo, PLAMBE o Plan Proyecta.

Durante la visita, la representante del Gobierno gallego destacó que esta actuación supone una importante mejora de las instalaciones deportivas, incrementando su seguridad, funcionalidad y confort para el alumnado y el conjunto de la comunidad educativa.

La Lectura del Mes en

Librería López



Murdoku
80 acertijos de lógica y asesinatos

Manuel Garand

Descubre por qué Murdoku se está convirtiendo en el libro más viral. Si te gustan los juegos de lógica, los acertijos detectivescos y los desafíos mentales, Murdoku es tu nueva obsesión. El primer libro de rompecabezas que reúne asesinatos, lógica y sudokus. ¡Sitúa a los sospechosos y encuentra al asesino! Resuelve estos adictivos casos gracias a tu ingenio e imaginación. Deberás completar la cuadrícula valiéndote de todos los elementos a tu disposición: personajes, habitaciones, muebles, animales, objetos... Cualquier detalle podría

ser clave en la investigación. Sumérgete en cada uno de estos escenarios inmersivos, con la elegante sencillez de los sudokus y la magia de los juegos de lógica clásicos, mientras exploras una panadería, un casino, un torneo de ajedrez, una granja, una ópera... ¡La variedad es infinita!

- 80 casos inmersivos para resolver con la mecánica de los sudokus: solo puede haber un personaje en cada fila y columna de la cuadrícula.
- Escenarios a todo color para que entres en situación y te sientas un auténtico detective sobre el terreno.
- La dificultad avanza de forma gradual. ¿Serás capaz de convertirte en un detective experto y resolverlos todos?

Librería López

La Librería de toda la Vida

SERVICIO A DOMICILIO
(Sede / Incluidas parroquias)

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

CUIDADO DE MAYORES A DOMICILIO



QUIÉNES SOMOS

Somos un equipo multidisciplinar formado por auxiliares de enfermería y técnicos sociosanitarios, donde nuestra prioridad es ofrecer un servicio lo más cercano posible, favoreciendo así la calidad de vida y contribuyendo a la autonomía de AVD.

QUÉ HACEMOS

Ofrecemos un servicio de ayuda a domicilio a personas mayores, enfermas, dependientes o discapacitadas para mejorar su calidad de vida.

SERVICIOS

- ▶ Reposición de pastilleros
- ▶ Ayuda en los AVD
- ▶ Gestión de compras
- ▶ Actividades cognitivas
- ▶ Acompañamientos a médicos
- ▶ Supervisión y/o administración de la medicación
- ▶ Acompañamiento dentro y fuera del domicilio

VENTAJAS DE LA ASISTENCIA DOMICILIARIA

- ▶ Trato y cuidado más cercano.
- ▶ Las personas mantienen sus hábitos dentro de su domicilio.
- ▶ Viven con tranquilidad y cómodamente dentro de su hogar.

RESERVA
YA TU PLAZA

Nueva Apertura
del Centro de Día
en Enero de 2027



Dyleri

CUIDADO DE MAYORES

Monte, 22 - San Tirso de Mabegondo - 15318 Abegondo (A Coruña)

Telf.: 645 475 389 - info@dyleri.es - www.dyleri.es

La clave para que la vuelta al ejercicio funcione está en diseñar una rutina que todavía puedas mantener

Claves para volver a entrenar en septiembre

Redacción.

Durante el verano y las vacaciones nuestro estilo de vida cambia, tenemos horarios irregulares, patrones de sueño alterados, una alimentación diferente y nos falta la estructura de nuestra vida cotidiana.

El mes de septiembre representa la vuelta a la rutina, es un mes de reorganización y planificación, ideal para retomar la actividad física o comenzar con un nuevo programa de ejercicios, aprovechando el cambio de estación.

Pero esta vuelta a las rutinas y al ejercicio no puede hacerse de cualquier manera. Mucha gente vuelve al gimnasio con mucha energía, entrena varios días seguidos la primera semana y a mediados de octubre ya ha abandonado. La clave para que la vuelta al ejercicio funcione está en diseñar una rutina que todavía puedas mantener cuan-

do la motivación inicial baje, porque bajará.

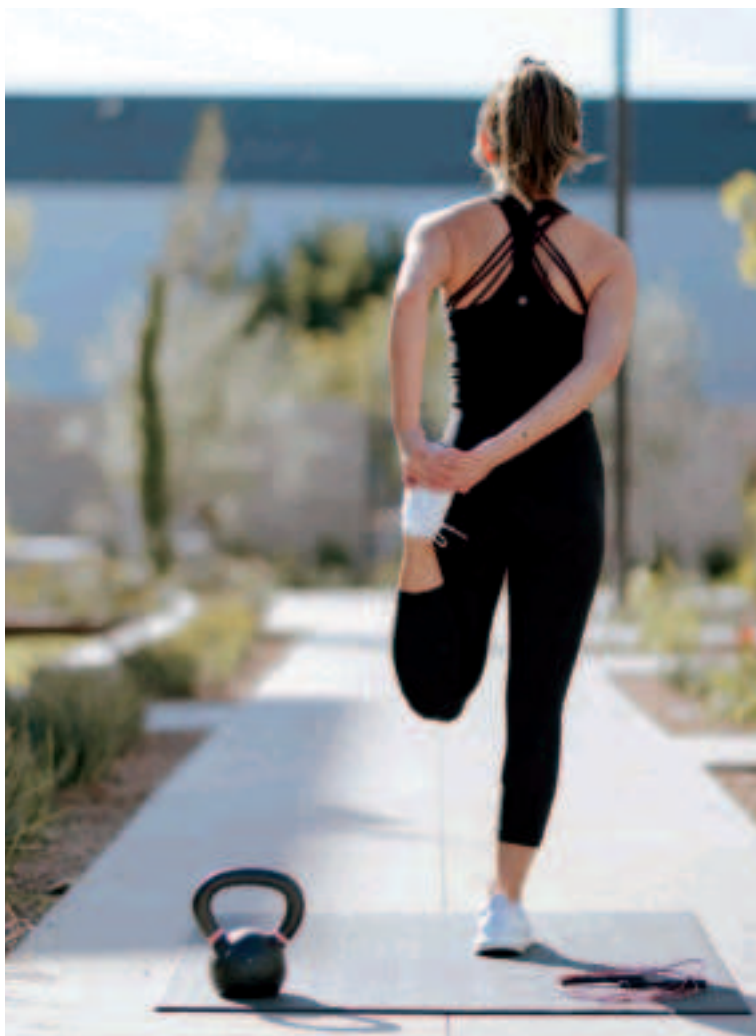
Planificación

Entrenar debería ser un hábito más dentro de nuestro estilo de vida saludable. Organiza un calendario con los días y horas que quieres practicar ejercicio con el objetivo de cumplirlo, por supuesto. Si no marcas el entreno en tu agenda o reservas esas horas a la semana será más fácil que decaigas en el intento.

Los entrenadores recomiendan comenzar con 2 o 3 días a la semana y que estos vayan aumentando progresivamente según las metas deseadas.

Objetivos realistas

Ponerse objetivos es una excelente forma de aumentar la motivación a la hora de hacer ejercicio, pero has de ser realista con tu punto de partida y la dedicación que puedas darle a la actividad física elegida.



Elige algunos a largo plazo y otros a corto plazo para que, al ir cumpliendo con estos últimos, consigas la motivación que te impulse a luchar por los siguientes.

Si normalmente te cuesta coger de nuevo la rutina, un objetivo simple es cumplir con todas tus sesiones semanalmente, no importa la intensidad de las mismas. Lo importante es integrarlas en tus hábitos; la intensidad y los resultados llegarán con el tiempo.

Además de establecer retos realistas hay que ser consciente que en todo el proceso tendremos altibajos e imprevistos. Siempre pueden surgir planes espontáneos que interfieran en nuestra rutina, pero lo esencial es intentar buscar un equilibrio emocional para que estos imprevistos no debiliten nuestro hábito.

Elige la actividad adecuada

Encuentra la que más se adapte a ti y mejor te haga sentir. Si te aburre y no la disfrutas, será más complicado que consigas integrarla en tu rutina y alcanzar el resultado.

Aún quedan varios meses para disfrutar de los deportes al aire libre como el ciclismo, running y senderismo, que pueden realizarse de manera independiente.

Las actividades que combinan el ejercicio físico con el bienestar mental, como el yoga y el pilates, están en auge, ya que no solo mejoran la flexibilidad y la fuerza, sino que también ayudan a reducir el estrés. Prueba a asistir a algunas clases para descubrir que deporte o ejercicio te motiva a seguir. Todo depende de tu experiencia con el ejercicio físico y de saber hasta qué punto está preparado tu cuerpo para reali-

zar una actividad determinada.

La importancia de la constancia

Es habitual empezar con una gran motivación, entrenando por encima de nuestras posibilidades, y esto no hará más que desmotivarnos, ya que las agujetas de los días siguientes pueden impedir que realicemos las sesiones posteriores que tenemos planificadas y el riesgo de abandono es mayor. Lo más importante en este punto es conseguir integrar el entrenamiento como un hábito. Empieza con metas sencillas y da tiempo a que tu cuerpo y tu mente se acostumbren a una nueva rutina. Calienta adecuadamente para evitar las lesiones. Si has estado un tiempo sin hacer deporte es importante calentar de la manera adecuada y prestar especial atención a los ejercicios de estiramiento al terminar.

Alterna días de más esfuerzo con otros más ligeros. Eso no significa conformarse, sino entrenar de forma que el cuerpo pueda seguir respondiendo semana tras semana.

Alimentación e hidratación

Normalmente siempre nos salimos un poco de nuestra rutina de alimentación en verano y nos pasamos unas semanas comiendo alimentos menos sanos, bebiendo más refrescos y cerveza, y comiendo helados y postres. Ahora toca volver a una alimentación saludable, planificando comidas equilibradas, priorizando los alimentos sin procesar y recuperando unos horarios regulares. Mantener una dieta equilibrada te proporcionará la energía necesaria para los entrenamientos.

Finalmente, no olvides la hidratación, bebe suficiente agua antes, durante y después del ejercicio. Al hacer ejercicio y sudar, la pérdida de líquidos y sales minerales puede contribuir a una deshidratación, mareos o dolores de cabeza.



¡para sentirte mucho mejor!

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

andrea deiros
técnica láser

cita previa

ESTILISTAS
MARIA FRAGA

C/ Sanjurjo de Carricarta, 5 bajo,
O Burgo. 15670 Culleredo

PELUQUERÍA Y ESTÉTICA
HAISEX

**TU ESTILO...
AL MEJOR PRECIO**

C/ Sanjurjo de Carricarta,
8 bajo. 15670 O Burgo
Tel.: 981 977 369

MARÍA INSUA

Existen soluciones eficaces para cada nivel de desgaste, desde medidas preventivas sencillas hasta tratamientos restauradores más completos

Soluciones para el desgaste dental



Redacción.

El desgaste dental es un problema más común de lo que parece y, con frecuencia, avanza de forma silenciosa hasta que empieza a notarse en forma de sensibilidad, dientes más cortos o cambios en la sonrisa.

¿Qué es el desgaste dental?

El desgaste dental es la pérdida progresiva del esmalte y, en fases más avanzadas, de la dentina que hay debajo. El esmalte es el tejido más duro del cuerpo humano, pero no es indestructible ni se regenera: una vez que se pierde, no vuelve a crecer. Por eso es tan importante detectar el problema pronto y actuar antes de que afecte a capas más profundas del diente. Cuando el desgaste avanza, los dientes pueden volverse más sensibles, cambiar de color (al transparentarse la dentina, más amarillenta), acortarse, presentar bordes irregulares o incluso pequeñas fracturas. Todo ello afecta tanto a la función masticatoria como a la estética de la sonrisa.

Tipos y causas del desgaste dental

No todo el desgaste tiene el mismo origen, y conocer la causa es clave para elegir la solución adecuada. Los especialistas distinguen principalmente cuatro tipos. La atrición es el desgaste provocado por el contacto entre dientes, muy asociado al bruxismo, es decir, al hábito de apretar o rechinar los dientes, a menudo de forma inconsciente durante el sueño. La erosión se produce por el ataque de ácidos, ya sean de origen alimentario (refrescos, cítricos, vino) o interno (reflujo gastroesofágico, vómitos frecuentes). Estos ácidos

disuelven poco a poco el esmalte. La abrasión es el desgaste mecánico causado por factores externos, como el cepillado demasiado agresivo, el uso de pastas muy abrasivas o el hábito de morder objetos duros como lápices o uñas.

Por último, la abfracción consiste en la pérdida de tejido en la zona donde el diente se une a la encía, generalmente por tensiones y fuerzas de flexión repetidas sobre la pieza. En muchos casos, el desgaste real es una combinación de varias de estas causas actuando a la vez.

¿Cómo saber qué solución necesito?

Cada boca es un mundo, y el mismo síntoma puede requerir tratamientos muy distintos según su causa y gravedad. Un desgaste que empieza a dar sensibilidad puede resolverse con un cambio de hábitos y una férula, mientras que un desgaste avanzado con dientes fracturados probablemente necesite coronas o una rehabilitación completa.

Por eso el paso fundamental es acudir a una revisión con un profesional, que evaluará el grado de desgaste, identificará la causa y te propondrá un plan de tratamiento personalizado. Detectarlo a tiempo casi siempre significa soluciones más sencillas, económicas y conservadoras. Para cuidar tu esmalte conviene cepillarse con suavidad y con un cepillo de cerdas blandas, esperar tras consumir alimentos ácidos antes de cepillarse, y moderar el consumo de bebidas azucaradas y ácidas.

Cuando una caries hace acto de presencia, el tratamiento más habitual y probablemente el que primero te venga a la cabeza es el empaste

Obturación de composite: ¿qué es y cuándo se realiza?

Redacción.

La mayoría de estos empastes se realizan con un material llamado composite, que ha desplazado casi por completo a las antiguas amalgamas metálicas. ¿qué es exactamente una obturación de composite, en qué casos se realiza y qué ventajas ofrece?

¿Qué es una obturación de composite?

Una obturación de composite, conocida popularmente como empaste blanco o empaste estético, es un tratamiento que consiste en reparar un diente dañado eliminando el tejido afectado y rellenando la cavidad resultante con un material llamado composite.

El composite es una resina compuesta por partículas de relleno que imita el color y el aspecto del diente natural. Se coloca en estado maleable y se endurece mediante una luz especial de polimerización, quedando perfectamente adherido a la estructura dental. El resultado es una reparación resistente y, sobre todo, prácticamente invisible. El término «obturación» es simplemente el nombre técnico del em-

paste: hace referencia al acto de obturar, es decir, rellenar y sellar la cavidad que ha dejado la caries u otro daño en el diente.

Composite frente a amalgama: por qué se ha impuesto el empaste blanco

Durante décadas, los empastes se realizaban con amalgama, un material metálico de color plateado muy resistente pero poco estético y que contenía mercurio. Hoy el composite se ha convertido en la opción preferida por varios motivos.

La diferencia más evidente es la estética

El composite se fabrica en distintos tonos para adaptarse al color exacto de cada diente, por lo que pasa totalmente desapercibido, algo especialmente importante en los dientes visibles. Además, el composite requiere una preparación más conservadora, ya que se adhiere al diente y permite eliminar menos tejido sano que la amalgama. También está libre de mercurio y ofrece un buen comportamiento mecánico en la mayoría de situaciones. Por todo ello, se ha consolidado como el estándar en la odontología actual.

¿Cuándo se realiza una obturación de composite?

La obturación de composite no se limita a tratar caries, aunque ese sea su uso más frecuente. El motivo más común es el tratamiento de caries: cuando la caries ha destruido parte del diente, se elimina el tejido cariado y se rellena la cavidad con composite para devolverle su forma y función. También se emplea para reparar dientes fracturados o astillados, reconstruyendo pequeñas fracturas o bordes rotos por un golpe o por desgaste.

Otra indicación frecuente es la corrección de desgaste dental, restaurando zonas donde el esmalte se ha perdido por bruxismo, erosión o cepillado agresivo.

El composite permite además realizar pequeñas mejoras estéticas, como cerrar espacios entre dientes (diastemas), corregir ligeras irregularidades de forma o mejorar el aspecto de un diente concreto mediante lo que se conoce como estética con composite o bonding. Por último, sirve para sustituir empastes antiguos, especialmente amalgamas deterioradas o que se desean cambiar por motivos estéticos.





SERVICIO DE PANORÁMICA DIGITAL

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

Qué es y cómo conseguirlo

En qué consiste el bienestar emocional (I)



¿Te has preguntado alguna vez qué es el bienestar emocional y cómo conseguirlo? En estos artículos vamos a explicar qué es el bienestar emocional, qué aspectos nos influyen a la hora de sentir este bienestar, cómo podemos conseguirlo a través de las diferentes terapias que existen y los puntos claves a tener en cuenta.

¿Qué es el bienestar emocional?

Se trata del estado de ánimo óptimo al que aspiramos todas las personas, esos momentos de nuestra vida en los que, simplemente, nos encontramos bien.

Pero ¿cómo podemos alcanzar el bienestar emocional? Es sencillo de decir, aunque, a veces, puede resultar complicado de conseguir. El bienestar emocional se logra a través del equilibrio a nivel espiritual, mental, emocional y físico. Gracias a ese equilibrio somos capaces de hacer frente a los problemas y a las presiones a las que nos enfrentamos en el día a día. Obtener bienestar emocional nos permite desarrollar una vida plena y sana e ir adaptándonos a los cambios sin que esto suponga tener que elevar nuestro nivel de sufrimiento o renunciar a tiempo satisfactorios de felicidad.

¿Qué son las emociones?

Para entender plenamente qué es el bienestar emocional, debemos comprender qué son las emociones. Las emociones son un proceso psicológico, una combinación de lo que percibimos a nuestro alrededor, la manera en la que reaccionamos a ello y lo que nos mueve a actuar. Las emociones se sienten en el cuerpo y generan las sensaciones. La duración y la complejidad de las emociones varía de una persona

a otra. No todos las sentimos del mismo modo ni las afrontamos igual. Nuestra capacidad de reacción produce un estado psicológico general que puede ser adaptativo o desadaptativo. A su vez, ese estado puede tener una duración corta o larga y una mayor o menor intensidad.

Robert Plutchick y Paul Ekman son los dos investigadores más reconocidos a nivel internacional en el campo de las emociones. Gracias a los estudios de ellos y otros expertos, se ha llegado a la siguiente clasificación de las emociones:

- **Según su cantidad.** La mayoría de los expertos coinciden en que existen entre 4 y 8 emociones en función de la terminología utilizada o de si todas se agrupan en una sola.

- **Según su función.** Las emociones tienen 3 funciones:

- **Social:** ya que nos sirven para influir en los demás y comunicarnos con ellos.

- **Adaptativa:** nos ayudan a adaptar nuestro organismo a nuevas condiciones o al entorno que nos rodea.

- **Motivacional:** con ellas somos capaces de dirigir nuestra conducta y potenciarla.

Según su carácter podemos clasificarlas en emociones primarias y secundarias.

Emociones primarias

Las emociones primarias son las más básicas. Según Ekman, incluyen y constituyen los procesos de adaptación y todos los seres humanos nacemos con ellas. En esta clasificación incluiríamos:

- **Alegría:** Nos permite relacionarnos con los demás y crear vínculos con el entorno que nos rodea.

Es una de las emociones más adaptativas, ya que nos muestra felices, mejora nuestra sensación de bienestar y hace que empaticemos con los demás o florezcan en nosotros conductas altruistas.

- **Tristeza:** La tristeza despierta la empatía en el resto del grupo y hace que se aproxime a nosotros para arroparnos y ayudarnos a superarla. Sirve para focalizar la atención en lo que verdaderamente importa y nos ayuda en la búsqueda de soluciones.

- **Sorpreza:** Es la emoción más breve y previa al resto. Nos prepara ante las novedades, para que podamos afrontarlas de forma adecuada.

- **Asco:** En el sentido más general del término, el asco nos define una marcada aversión producida por algo fuertemente desagradable o repugnante. Es una emoción compleja que implica una repuesta de rechazo. Ayuda a la supervivencia evitando que ingiramos objetos o sustancias peligrosas que puedan ponernos en peligro.

- **Miedo:** Es nuestra alarma interna, aquella que nos avisa de los riesgos. Es una manera de activar nuestro organismo y ponerlo en alerta ante posibles amenazas. El problema es que, si se dispara, termina por bloquearnos y deja de actuar a nuestro favor.

- **Ira:** Igual que el miedo, la ira activa nuestro organismo, pero, en vez de servir para protegernos, es para conseguir nuestros objetivos. Si no la canalizamos de manera adecuada, puede terminar siendo muy perjudicial. Para que la ira sea beneficiosa, no hay que reprimirla sino controlarla. Debe expresarse al igual que el resto de las emociones básicas.

* Seguirá en el próximo número.

UN MINUTO, MIL SENSACIONES

Por Bea Ramón Iglesias

«La mirada de Septiembre»

El turista camina despacio.
Por una ciudad que no le conoce,
pero parece observarle.

Lo ve detenerse ante una ventana,
levantar la mirada hacia una fachada,
sonreír frente a una plaza cualquiera.

Los lugares parecen preguntarse
qué es lo que encuentra en ellos eso que
nosotros hemos dejado de mirar.

Esa casa nueva quiere verle entrar.
Una mujer gira la llave y cruza
ese umbral por primera vez.

Las paredes todavía no conocen su voz.
La luz aún no sabe dónde alumbrará mañana.

Todo espera. Todo cambia.

Quizá así sean los comienzos:
lugares que todavía no saben nuestro nombre
y nos esperan sin que lo sepamos.

Un nuevo trabajo.
La famosa mudanza.

Una ciudad distinta.
Volver o cambiar de rumbo.

Septiembre es un mundo entreabierto.
Uno que solo pide volver a mirar.

Con los ojos de turista.
Y la curiosidad de un niño.

@b_essential28



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

Romería de los Milagros de Caión

Fiesta de Interés Turístico de Galicia

La Romería de Nuestra Señora de los Milagros, se celebra en el Santuario de los Milagros en la parroquia de Caión del 6 y el 13 de septiembre aunque el día principal es el 8 de septiembre. Es una de las romerías más importantes del municipio de A Laracha declarada en 2008 fiesta de Interés Turístico de Galicia. El domingo 6 de septiembre, la imagen de la Virgen se traslada en peregrinaje desde la Iglesia Parroquial de Nuestra Señora del Socorro hasta la Iglesia de los Milagros, acompañada de una multitud de fieles. A partir de la tradicional subida de la Virgen hasta el domingo siguiente (en el que regresa), los caminos que nos llevan al Outeiro se llenan de peregrinos.

En estas fechas es característico ver a los peregrinos acercarse a la



Fuente Santa, puesto que la creencia popular le atribuye propiedades curativas. Una arraigada costumbre de aquellos devotos que acuden a

visitar a la Virgen es la de tocarla o colocarle billetes en el manto para que se les cumplan las ofrendas.

Festa de Xesús o Nazareno Festa das Mortallas

Fiesta de Interés Turístico de Galicia

La Procesión das Mortallas se celebra el 20 de septiembre en A Pobra do Caramiñal. Es una singular e impresionante muestra de la idiosincrasia gallega. Se remonta al siglo XV y la leyenda dice que surgió por la gratitud de un regidor de la localidad que, recuperado de una grave enfermedad tras encomen-

darse al Nazareno, decidió indultar a los condenados a muerte que portaron su ataúd durante la procesión. El acto central se caracteriza por el cumplimiento de promesas u "ofrecimientos" de personas que han superado graves enfermedades o peligros en el mar. La puesta en escena de la procesión de las Mortallas es, sin duda, impresionante y multitudinaria concentración de fieles.



Romería Virgen de la Barca de Muxía

Fiesta de Interés Turístico Nacional

La Romería de Nuestra Señora de A Barca se celebra en Muxía del 12 al 15 de septiembre, siendo el domingo 13 el día grande. Es una gran fiesta que une elementos paganos y religiosos. Durante este día

acuden al Santuario de A Barca fieles de todos los lugares. Es costumbre oscilar en la Pedra de Abalar para que los deseos sean concedidos y después pasar por debajo de la Pedra dos Cadrís (Piedra de los riñones), de las cuales se piensa que tienen propiedades curativas.

El santuario de Nosa Señora da Barca es uno de los más antiguos de Galicia. Cuatro días de fiesta con un amplio programa religioso y festivo.



Viaja con nosotros

XG-769

RA&VAN

RA&VAN VIAJES

OFERTA ESPECIAL

MARRAKECH

Escapada Directa

21 OCTUBRE - 24 OCTUBRE 2026

2 ADULTOS | 3 NOCHES

DESDE 229€ POR PERSONA

TASAS INCLUIDAS

¿QUÉ INCLUYE?

VUELO DIRECTO SIN FUELTA

HOTEL 3* SIN PARRILLA

TRANSFER SIN FUELTA

RESERVA AG

SEGURO

Reserva ya!

PLAZAS LIMITADAS

672 543 351

Marrakech, color y magia a pocas horas de Galicia

Marrakech es una ciudad que se vive con los cinco sentidos. Pasear por su medina es adentrarse en un mundo de zocos llenos de color, aromas de especias, artesanía, patios escondidos y palacios que parecen sacados de un cuento. La famosa plaza Jemaa el-Fna cambia por completo al caer la tarde, llenándose de puestos, música y ambiente, mientras que lugares como el Palacio de la Bahía, los Jardines Majorelle o la Mezquita Koutoubia muestran la cara más elegante y fotogénica de la ciudad.

También es un destino perfecto para disfrutar sin prisas: tomar un té en una terraza con vistas, probar la gastronomía marroquí, perderse entre tiendas y callejuelas o relajarse en un hammam tradicional. Y ahora, con vuelo directo desde Santiago, Marrakech se convierte en una escapada diferente, cómoda y muy especial para disfrutar de unos días de desconexión. Marrakech te espera.

Plazas limitadas.
Reserva en RA&VAN Viajes
672 543 351
www.rayvanviajes.com

XG-769

RA&VAN

RA&VAN VIAJES

Reserva ya!

PLAZAS LIMITADAS

672 543 351

881 090 119

El nuevo patrocinador del Juvenil A apuesta por el deporte, la cantera y el futuro de Sada

Pompas Fúnebres de La Coruña se suma al reto del Sada C.F. por la Preferente



El fútbol forma parte de la historia de Sada y de varias generaciones de vecinos. El Sada C.F., con unos orígenes que se remontan a 1942, afronta una nueva temporada con la misma ilusión que ha acompañado al club durante décadas: formar jugadores, competir y mantener vivo el fútbol como punto de encuentro de la localidad.

Este año, el club cuenta con 21 equipos y 361 fichas y afronta la temporada después de conseguir cuatro ascensos de categoría, una muestra del buen momento que atraviesa la entidad y del trabajo que se realiza desde la base.

En este nuevo camino, el Juvenil A contará con un compañero de viaje especial: Pompas Fúnebres de La Coruña, el que está en la Palloza (A Coruña), y ahora en Sada, que se incorpora como nuevo patrocinador del equipo con el objetivo de acompañar a los jóvenes en su reto de alcanzar la categoría Preferente.

La vinculación tiene, además, un significado especial por la cercanía entre ambas entidades. El recientemente renovado Tanatorio de Sada de Pompas Fúnebres, se encuentra justo frente al Campo Municipal de Fútbol As Mariñas. Es, literalmente, un vecino más del campo

y del día a día de muchos sadenses. Para Pompas Fúnebres, presente en La Palloza, Graxal, Arteixo, y ahora de nuevo en Sada, esta colaboración supone reforzar su compromiso con la localidad y con iniciativas que contribuyen a construir comunidad. La empresa, con más de 50 años de trayectoria, ha recuperado este año su actividad en Sada tras la renovación de sus instalaciones, ofreciendo de nuevo a las familias un servicio cercano y profesional. Ahora, desde la grada y desde el terreno de juego, toca animar al Juvenil A en su objetivo: que la próxima parada sea Preferente.

Paula Otero y Mateo García del Club Natación Arteixo, finalizaron su participación en el Campeonato Europeo

Paula Otero y Mateo García pertenecientes al C.N. Arteixo pusieron fin a su participación en el Campeonato de Europa de natación celebrado en París.

Paula, que participo en pruebas de aguas abiertas y de piscina, obtuvo resultados esperanzadores en su primera gran experiencia en la categoría absoluta.

Terminó undécima en los cinco kilómetros de aguas abiertas disputadas en el río Sena, a tan solo dos segundos de poder clasificarse entre las 10 mejores de Europa. Tras brillar al inicio de esta temporada en la piscina, con su especialidad en los 1.500 m. y los 400 metros libres, siguió estas semanas

en París para competir contra las mejores de Europa en estas distancias. En la más larga, solo pudo ser séptima en su serie y decimotercera en total en la primera ronda. Tampoco consiguió el pase a la final en los 400 metros libres, pero sigue dando pasos mientras se asienta entre las mejores de Europa.

La natación coruñesa contó en París con la participación de Mateo García, también del C.N. Arteixo, que participó sólo en categoría aguas abiertas en el Sena. Cayó en la semifinal del 3K knockout, su mejor prueba, tras haberse codeado con los mejores en la primera ronda.

Una mala posición en la prueba, mientras pugnaba por el pase a la



final, le dejó metido en un embudo con otros competidores y le impi-

La nadadora pontevedresa se subió a lo más alto del podio para coronarse campeona mundial en la rutina de dúo libre

Cinco medallas para Daniela Suárez en el Mundial júnior de natación artística



La natación artística pontevedresa volvió a brillar en la escena internacional gracias a la formidable actuación de Daniela Suárez en el Campeonato júnior del Mundo disputado en Budapest.

La deportista puso el cierre a una semana de competición inmejorable al adjudicarse la medalla de bronce en la final de equipo libre; con ello el balance definitivo de Daniela Suárez se salda con un botín histórico de cinco metales: una medalla de oro y cuatro de bronce.

La nadadora pontevedresa se subió a lo más alto del podio para

coronarse campeona mundial en la rutina de dúo libre, sumando posteriormente tres metales de bronce en las modalidades de solo técnico, dúo técnico y equipo técnico, a las que añadió en la última jornada este nuevo bronce en la final de equipo libre, además de rozar las medallas con la cuarta plaza en la rutina acrobática.

Una cosecha sobresaliente que sitúa a la pontevedresa como una de las competidoras más laureadas de todo el campeonato y consolida su estatus de referencia en el relevo generacional de la natación artística española.

dió acceder a la lucha por las medallas. Antes, fue decimoséptimo en

los 10 kilómetros y vigésimo tercero en los cinco kilómetros.



Adama Traoré ya está en A Coruña

Adama Traore (Barcelona, 25 de enero de 1996) llegó el pasado miércoles a tierras gallegas para convertirse en nuevo jugador del Deportivo hasta junio de 2028.

El extremo llega libre y avalado por una amplia experiencia internacional y por una trayectoria desarrollada, principalmente, en el fútbol inglés. La pasada temporada, 2025-26, disputó 24 partidos de Premier League y 4 de FA Cup entre el West Ham y el Fulham FC.

El extremo coincidirá de nuevo con Aubameyang ya que se formó en las categorías inferiores del Barcelona. Adama Traore llegó a debutar con el primer equipo azulgrana, con el que disputó 12 encuentros. Ambos militaron en el Barcelona en la segunda vuelta de la temporada 21-22. La idea de Adama iba encaminada a seguir en la Premier pero finalmente ha aceptado la propuesta de un Dépor que le permite regresar a la Primera División.

Es internacional en las categorías inferiores de la selección española, Adama Traore llegó a vestir en 8 ocasiones la camiseta de la selección absoluta. Sin duda el Depor y su secretaria técnica firman a un futbolista diferencial que llega a un proyecto ambicioso y que suma otro jugador de trayectoria internacional como Angeliño y Aubameyang.

Deportivo 3 - Valencia 1
La magia de Riazor y el vendaval inicial

El Dépor empieza fuerte venciendo al Valencia 3-1

El Deportivo de A Coruña sumó su primera victoria de la temporada tras imponerse por 3-1 al Valencia CF en Abanca Riazor, en un encuentro marcado por el liderazgo en ataque de Pierre-Emerick Aubameyang, el empuje de la afición tras finalizar 12 minutos de huelga de animación y los desaciertos de la zaga visitante, que concedió dos goles en propia puerta.

Antonio Hidalgo reestructuró la medular dando entrada a Riki por primera vez en el curso junto a Bil Nsongo, ubicando a Riki como interior izquierdo y manteniendo a Mario Soriano en el eje.

Acompañados por Amatucci y Luismi Cruz, los cuatro centrocampistas adueñaron al Dépor del balón desde el inicio ante una defensa ché estática.

Al filo del cuarto de hora llegó el 1-0: Luismi ejecutó un córner al primer palo, Ximo Navarro peinó



el balón y este rebotó en la espalda de Tárrega antes de entrar en la red. Sin tiempo para asimilar el golpe, una fulgurante contra llevada por Mario Soriano permitió a Aubameyang superar en carrera a sus perseguidores, marear a Jesús Vázquez y picar la pelota por encima de Dimitrievski para anotar el 2-0. Era el tercer gol en tres jornadas para el ariete gabonés.

Cuando peor lo pasaba el Valencia, un exceso de confianza del joven Bright Ede recortó distancias. El central polaco intentó una cesión bombeada desde el lateral izquierdo hacia Ximo, pero le regaló la pelota a Umar Sadiq dentro del área, permitiendo al delantero establecer el 2-1.

El fallo hizo temblar el esquema coruñés y el Valencia dio un paso al frente al filo del descanso, teniendo en las botas de Javi Guerra una ocasión clara que se marchó ligeramente por encima de la escuadra de Leo Román.

Segundo tiempo

El Dépor recuperó el pulso. Aubameyang rozó el gol y filtró balones de peligro a Bil Nsongo, mientras que Leo Román tuvo que intervenir ante un disparo raso de Ugrinic. La sentencia llegó al filo de la hora de juego: Bil progresó por banda izquierda a tropicónes tras disputar el balón con Tárrega, recortó hacia su diestra y filtró un pase de la muerte que Diakhaby terminó empujando en propia puerta (3-1). Dimitrievski evitaría poco después el cuarto tras detener un gran remate en plancha de Aubameyang.

Los minutos finales exigieron un ejercicio de supervivencia local. Hidalgo introdujo a Yeremay y a Alti para refrescar al equipo, mientras el Valencia empujaba sin demasiada claridad. En la última jugada del encuentro, el Dépor se quedó con diez jugadores tras la expulsión de Alti por un forcejeo con Danjuma. Con el pitido final, el Deportivo volvió a celebrar un triunfo en Primera División ante su público ocho años después.



pintura



carpintería



muebles a medida



baños



cocinas



pladur



instalación de redes



fontanería



rotulación / señalética



albañilería



electricidad



mantenimiento comunidades



Servicios Integrales
vglobal@verdemarediciones.com

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



I Torneo “Patto de Palo”

El pasado mes de agosto se celebró en el Hércules Club de Golf, el I Torneo Patto de Palo, organizado por Alex Sinde, con motivo de la apertura de su nueva tienda dedicado al golf y taller, para cualquier arreglo con los palos de golf que necesitan los jugadores.

El tiempo no ayudó mucho pues debido a la densa niebla, los jugadores tuvieron que salir por el hoyo 10 y luego una pequeña lluvia y viento acompañó los primeros hoyos a los jugadores participantes que quisieron acompañar a Alex Sinde en su primer evento.

Vimos a su padre José Luís Sinde, un enamorado del golf y a su hermana Elena Sinde, apoyando a Alex en este torneo que destacó por la gran cantidad de premios, tanto en dinero como en material de golf y un amplísimo sorteo de regalos al final.

Todos los jugadores recibieron un pack de bienvenida. También fueron agasajados con unos pinchos para recomponerse en el hoyo 10. Los resultados en las diversas categorías fueron:



- Mejor Approach rojas hoyo 15:
Elena Sinde Romero

Mejor Approach amarillas hoyo 10:
Manuel García Rielo.

Mejor Driver rojas hoyo 10:
Belén García Franco.

Mejor Driver amarillas hoyo 10:
Luis Miguel Castillón.

Mejor clasificado 5ª categoría:
Lorenzo Lorenzo.

Mejor Junior:
Gabriel Bouzas Longueira.

Mejor Dama:
Matilde Masso Lago,
43 puntos.

Mejor Senior:
José Luís Ageitos Becerra,
41 puntos.

2ª Categoría:

1º. Luís Fernández Labarta,
47 puntos.
2º. Martín Pedreira Lois,
47 puntos.
3º. Pablo Murtra Vaquero,
43 puntos.

1ª Categoría:

1º. Alfonso Blanco Bembibre,
42 puntos.
2º. Ángel Ramón Castro Varela, 42 puntos.
3º. Agustín Lomba Gómez,
42 puntos.

Categoría Scratch:

1º. Elena Sinde Romero,
34 puntos.
2º. Miguel Charro Cousillas,
34 puntos.
3º. Jorge Ramos Casariego,
34 puntos.

Categoría Senior:

1º. Alfonso Blanco Bembibre,
42 puntos.
2º. Ángel Ramón Castro Varela, 42 puntos.
3º. Agustín Lomba Gómez,
42 puntos.

Categoría Damas:

1ª. Matilde Masso Lago,
43 puntos.
2ª. Belén García Franco,
41 puntos.
3ª. Elena Sinde Romero,
39 puntos.

Categoría Menor de 18 años:

1º. Gabriel Bouzas Longueira,
40 puntos.
2º. Nicolás Ríos López,
39 puntos.
3º. Miguel Charro Cousillas,
37 puntos.

5ª Categoría:

1º. Luís Fernández Labarta,
47 puntos.
2º. Martín Pedreira Lois,
47 puntos.
3º. Pablo Murtra vaquero,
43 puntos.

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:

Vivo en una comunidad de propietarios y uno de mis vecinos ha instalado por su cuenta un cerramiento de cristal en parte de la terraza, que es de uso exclusivo de su vivienda. Dice que como esa terraza solo la utiliza él no necesita autorización de la comunidad.

Varios vecinos creemos que la obra modifica la fachada y además ha cambiado bastante el aspecto exterior del edificio.

El propietario sostiene que no ha pedido permiso porque considera que es una zona privada y que, por tanto, puede hacer en ella lo que quiera.

¿Puede realizar este tipo de obras sin autorización de la comunidad? ¿Qué podemos hacer los demás propietarios si la obra ya está terminada?

Muchas gracias.

Estimado cliente:

La cuestión que plantea es bastante habitual y parte de una confusión frecuente: que una zona de uso exclusivo de una vivienda sea necesariamente un elemento privativo. No siempre es así.

En una comunidad de propietarios hay que distinguir entre la propiedad exclusiva de cada vivienda y los elementos comunes del edificio. Entre estos últimos se encuentran, con carácter general, las fachadas, cubiertas, estructuras y demás elementos que afectan a la configuración exterior o a la seguridad del inmueble. Una terraza puede ser además un elemento común aunque su uso esté atribuido exclusivamente a uno de los propietarios.

Por tanto, que el vecino tenga el uso exclusivo de esa terraza no significa automáticamente que pueda modificarla libremente. Si la instalación de un cerramiento

altera la fachada, afecta a elementos comunes o modifica la configuración exterior del edificio, entran en juego las reglas de la propiedad horizontal.

Esto no significa que cualquier actuación realizada dentro de una terraza requiera necesariamente autorización. Un propietario puede realizar determinadas obras dentro de su ámbito privativo siempre que no perjudique los derechos de otros propietarios ni altere la estructura, seguridad, configuración exterior o elementos comunes. La cuestión concreta dependerá, por tanto, de la naturaleza de la terraza, de lo que establezcan el título constitutivo y los estatutos y, sobre todo, de las características de la obra realizada.

Si, como parece en este caso, se ha instalado un cerramiento permanente que modifica visiblemente la fachada, lo normal es que no pueda justificarse simple-

mente alegando que la terraza es de uso exclusivo.

La comunidad deberá analizar si la obra contaba con la autorización necesaria y si, además, resulta compatible con la normativa urbanística.

¿Y qué ocurre si el vecino ya ha terminado la obra?

La comunidad no pierde sus derechos por el mero hecho de que la instalación esté ejecutada. Si considera que se ha realizado sin autorización y que vulnera las normas de la propiedad horizontal, puede requerir al propietario para que proceda a su retirada y, si no atiende el requerimiento, adoptar las medidas judiciales correspondientes.

Conviene, no obstante, evitar actuaciones individuales o enfrentamientos directos. Lo recomendable es comunicar formalmente la cuestión al presidente de la comunidad y solicitar que se inclu-

ya en el orden del día de una junta. Allí podrán examinarse los documentos de la comunidad, las características de la obra y, en su caso, los acuerdos necesarios para ejercer las acciones que correspondan.

En definitiva, tener el uso exclusivo de una terraza no equivale a tener libertad absoluta para modificarla. Cuando una obra afecta a elementos comunes o transforma la configuración exterior del edificio, la comunidad de propietarios puede tener mucho que decir.

Atentamente.

EDUARDO LORENZO M.
ABOGADO

Telf.: 696 687 277 / 881 886 840

RUA TRAVESA, N°7. 1ª BETANZOS

eduardolorenzoabogado@icacores.es



Los finalistas se anunciarán en septiembre
y la XIV BIAU se celebrará del 3 al 7 de noviembre

La rehabilitación de un edificio de A Coruña, seleccionada para la Bienal Iberoamericana de Arquitectura



Redacción.

Lo que hace apenas unos años era un edificio prácticamente en ruinas en plena Calle Real de A Coruña competirá ahora por convertirse en uno de los proyectos arquitectónicos más destacados de Iberoamérica.

La rehabilitación, diseñada por el estudio coruñés Sinaldaba, ha sido seleccionada para la XIV Bienal Iberoamericana de Arquitectura y Urbanismo (BIAU), que reunirá en noviembre en Brasilia 174 obras elegidas entre las 711 candidaturas presentadas.

El inmueble alberga hoy el estudio de arquitectura en su bajo y primera planta, mientras que el segundo, tercero y bajo cubierta han recuperado su uso residencial.

La noticia fue recibida con entusiasmo por los arquitectos Nacho y Susana, impulsores de la rehabi-

litación. Nacho reconoce sentirse "sorprendido para bien" por la elección del proyecto entre centenares de propuestas llegadas de numerosos países.

Recuperar la esencia del edificio

Más allá de los cambios físicos, el proyecto buscaba devolverle al inmueble su identidad histórica.

Según explica el arquitecto, esa fue precisamente la idea con la que presentaron la candidatura a la Bienal: recuperar un edificio en desuso para regresar al concepto tradicional de vivienda con negocio.

Este lugar ha tenido múltiples vidas. Originalmente, a principios del siglo XX, una parte funcionó como sombrerería y el resto como vivienda. Posteriormente acogió el estudio de un pintor y, en sus últimos años, solo mantuvo actividad comercial en la planta baja, mientras las superiores quedaron a-

bandonadas. Nacho recuerda que cuando comenzaron las obras el estado era lamentable. "Estaba prácticamente en ruinas; entraba agua por todos lados, faltaban trozos de forjado, había palomas dentro...", señala.

A su juicio, recuperar un edificio protegido en pleno casco histórico para destinarlo principalmente a viviendas, en lugar de apostar por usos turísticos, "potencia la idea de barrio". El arquitecto cree que esa filosofía pudo influir en la valoración del jurado y no oculta que esa vuelta al uso tradicional constituye uno de los aspectos de los que se sienten más orgullosos.

Patrimonio sin caer en la imitación

La restauración también obligó a tomar decisiones complejas sobre qué conservar y qué sustituir. Para Nacho, ese proceso constituye el verdadero desafío de cualquier intervención patrimonial.

"El mayor reto a la hora de intervenir en un edificio antiguo es determinar qué merece la pena o tiene valor patrimonial y qué carece de interés", sostiene.

Esa premisa llevó al estudio a conservar la galería original, recuperar los forjados de madera, consolidar los muros de piedra mediante tratamientos con cal y reutilizar antiguas ventanas y contras para fabricar parte del mobiliario del edificio. Sin embargo, el arquitecto defiende que preservar el patrimonio no significa reconstruirlo exactamente igual. En su opinión, las nuevas intervenciones deben ser perfectamente reconocibles. Por eso, elementos como la cubierta o algunas escaleras son completamente contemporáneos. Nacho resume esa filosofía: "la clave es que se distinga que son nuevos y no réplicas de lo que había".



La rehabilitación fue diseñada por el estudio coruñés Sinaldaba.



La Xunta licita las obras de un nuevo complejo residencial que incluirá pisos de dos y tres dormitorios

Ferrol tendrá 65 nuevas viviendas públicas en O Bertón tras una inversión de 10,8 millones

Redacción.

Ferrol contará con 65 nuevas viviendas de promoción pública en O Bertón, un proyecto impulsado por la Xunta de Galicia que supondrá una inversión de 10,8 millones de euros.

El alcalde de Ferrol, José Manuel Rey Varela, y la conselleira de Vivenda e Planificación de Infraestructuras, María Martínez Allegue, visitaron este lunes la parcela en la que se levantará el nuevo complejo residencial.

La actuación se desarrollará sobre una parcela de más de 2.200 metros cuadrados y permitirá construir un edificio que superará los 10.200 metros cuadrados de superficie. El Consello da Xunta aprobó recientemente la licitación del contrato para ejecutar las obras.

El proyecto contempla tres bloques de viviendas, con seis portales de acceso. El conjunto dis-

pondrá además de garajes y trasteros en el sótano y dos locales comerciales en la planta baja.

Las viviendas estarán distribuidas entre pisos de dos y tres dormitorios. Los bloques situados en los extremos tendrán 20 viviendas cada uno, mientras que el bloque central contará con otras 25. Entre estas últimas habrá tres viviendas adaptadas para personas con movilidad reducida.

La promoción forma parte del incremento del parque público de vivienda que la Xunta está desarrollando en la ciudad. Según los datos facilitados por el Gobierno gallego, actualmente hay 353 viviendas de promoción pública en diferentes fases de ejecución en Ferrol.

La intervención en O Bertón permitirá ampliar así la oferta de vivienda pública en una zona de la ciudad que en los últimos años ha experimentado un importante desarrollo residencial.



Imagen de un edificio de viviendas de promoción pública en Ferrol.

ESTRENOS DE CINE



Título: El Nido
País: España.
Director: Hugo Stuvan.
Guión: Santiago Lallana, César de Nicolás, Hugo Stuvan.

Reparto: Michelle Jenner, Luisa Gavasa, Dylan Radley, Pablo Derqui.

SINOPSIS:
Marta vive obsesionada con proteger a su familia del aterrador mundo exterior. Para ello, mantiene encerrados en su casa a su madre y a su hijo pequeño. Todo parece estar en orden hasta el día en que llega Velasco, un hombre capaz de despertar en Marta la oscuridad que esconde dentro.

Fecha de Estreno: 11 de septiembre 2026



Título: Operación Teherán
País: USA.
Director: Guy Moshe. **Guión:** Mark Bacci, Ron Hutchinson, Guy Moshe.

Reparto: Liam Neeson, Zachary Levi, Numan Acar, Wes Chatham, Titus Welliver.

SINOPSIS:
Larry (Liam Neeson), Tucker (Zachary Levi) y un grupo de exagentes de la CIA intentan una arriesgada misión de rescate en Teherán como forma de redención tras un operativo fallido en la guerra de Afganistán. Mientras el pasado los persigue y la desconfianza entre ellos va en aumento, la operación se transforma en una prueba moral en la que tendrán que decidir si ser soldados obedientes o son hombres dispuestos a recuperar el control de sus vidas.

Fecha de Estreno: 18 de septiembre 2026



Título: En El Corazón De La Bestia
País: USA.
Director: David Ayer.
Guión: Cameron Alexander.

Reparto: Brad Pitt, J.k. Simmons, Anna Lambe.

SINOPSIS:
Tras sobrevivir a un brutal accidente aéreo, un oficial de Fuerzas Especiales y su perro de combate quedan atrapados en el corazón indomable de Alaska. Frente a una naturaleza implacable, ambos deberán luchar al límite por sobrevivir.

Fecha de Estreno: 25 de septiembre 2026

CULTURA

Festival expandido de Arte Contemporaneo del 17 al 20 de septiembre en A Coruña

A Coruña se convertirá en septiembre durante cuatro días en un gran circuito artístico. Del 17 al 20 de septiembre, galerías, fundaciones, estudios de artista y espacios independientes abrirán sus puertas en la primera edición del festival.

A Coruña estrenará este mes de septiembre un Festival expandido de Arte Contemporáneo organizado por CABA (Coruña Arte Aberta), una nueva cita dedicada al arte contemporáneo que reunirá por primera vez a galerías, fundaciones, estudios de artistas y espacios independientes por un recorrido conjunto por la creación gallega. El evento se celebrará del 17 al 20 de septiembre, cuatro jornadas en las que la ciudad herculina se transformará en un gran circuito artístico abierto, con exposiciones, intervenciones y una amplia programa-



ción de actividades impulsadas por algunos de los principales y mejores agentes del sector. La iniciativa surge de la colaboración entre artistas, galerías, instituciones y entidades privadas con el objetivo de fortalecer el papel de Galicia en el panorama del arte contemporáneo y acercar su producción artística al público desde

una perspectiva colectiva y abierta. A falta de conocer más detalles sobre el programa de actividades y los participantes que formarán parte del evento, la organización ha confirmado que contarán con la colaboración de ARTNARCHISTS, la Fundación Luís Seoane, Fnac y Zlick.

SUDOKU

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

CRUCIGRAMA

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

HORIZONTALES:

- 1. Periodo de tiempo que se señala por los hechos ocurridos en él o por las personas que participaron en ellos. Se hace cargo.
- 2. Cosa creada, especialmente las dotadas de vida. Situado al lado de una cosa.
- 3. Remásemos hacia atrás. Depósito Legal.
- 4. Irá a pie. Persona cruel.
- 5. Símbolo del renio. Hembra del lobo. Vocal en plural.
- 6. Símbolo de la masa, en física. Contraíais matrimonio.
- 7. Cada uno de los elementos que forman parte de un dato. Agrega. Vocal.
- 8. Elemento químico metálico de símbolo Er. Estarán, existirán.
- 9. Nave, barco. Que está bañado con cromo.
- 10. Símbolo del telurio. Confuso, complicado. Ástato.
- 11. Rezamos, rogamos. Que goza de perfecta salud, en femenino.

VERTICALES:

- 1. Castigo, multa o pena que se impone con el fin de corregir.
- 2. Útil para peinar. Conducir o trasladar algo al lugar en donde se habla o de que se habla.
- 3. Haced oración a Dios. Alimento, real o simulado, con que se atrae a los peces. Diez en representación hexadecimal.
- 4. Doce en el sistema hexadecimal. Embutido de carne vacuna y de cerdo, similar al salchichón pero de mayor tamaño. Lumen, unidad de flujo luminoso.
- 5. Alares. Falta total de actividad.
- 6. Querías. Gorro militar con visera, de forma cilíndrica y más alto por delante que por detrás.
- 7. Amarró. Maltratos.
- 8. Cerebro. Queramos.
- 9. Antigua ciudad del sur de Mesopotamia. Orientará. Vocal.
- 10. Progenitoras. Padre de Caín y Abel.
- 11. Pronombre personal del plural. Apunta.

Feliz Año Nuevo

Porque SEPTIEMBRE es el
momento en el que empiezan
los verdaderos propósitos.

RENUEVA TU SONRISA

15%
dto.

En todos los
tratamientos de
ORTODONCIA¹

GRATIS: CONSULTA + RADIOGRAFÍA + DIAGNÓSTICO + ESTUDIO DE ORTODONCIA²



DENTAL COMPANY

📍 Sada Rúa Río, 21 📞 981 063 250

📍 Arteixo Rúa Xeneral Mosquera Palleiro, 1, b.3 📞 981 112 622

¹Descuento válido únicamente para tratamientos contratados dentro del periodo de la promoción. ²Estudio de ortodoncia gratuito para todos los tratamientos excepto para los de alineadores transparentes. Promoción no acumulable con otras promociones. Promoción válida del 01/09/2026 al 30/09/2026. Más información en tu clínica Dental Company Sada. N° registro: C-15-005256. DC Clínica S.L. B-91805671. Más información en tu clínica Dental Company Arteixo. N° registro sanitario: C-15-005240. DC Clínica S.L. B-91805671.