

SOMOS LITERA

nº. 209 | marzo 2026

GENERACIÓN MÁGICA



Clínica Dental Fuentes & Rosselló:

Máxima distinción europea en ortodoncia invisible



El Dr. Tomeu Rosselló obtiene el DIAMOND APEX, la máxima distinción europea en Ortodoncia invisible

El Dr. Tomeu Rosselló, ortodoncista exclusivo desde 2007, ha sido reconocido con la distinción DIAMOND APEX, el máximo galardón europeo que Invisalign concede a los doctores con mayor experiencia en casos complejos. Un reconocimiento reservado al 1 % de los ortodoncistas europeos, alcanzado por solo 44 profesionales en España. Gracias a esta trayectoria, ha sido seleccionado por Invisalign para colaborar en la planificación clínica y apoyar la formación de ortodoncistas en toda España.

CLÍNICA DENTAL
**FUENTES
& ROSSELLÓ**
Donde la sonrisa importa

Tel. 974 40 17 54 - Calvario, 10 bajos - MONZÓN

Doctor, enhorabuena por este reconocimiento. ¿Qué significa para usted formar parte de este grupo tan reducido?

Es una enorme alegría y, sobre todo, una responsabilidad. Este reconocimiento refleja muchos años de formación y dedicación, pero también el trabajo conjunto de un equipo bien formado y comprometido, sin el cual sería imposible atender a tantos pacientes con la calidad que merecen. Su apoyo diario es fundamental.

Muchos pacientes aseguran que sus tratamientos les han cambiado la vida. ¿Qué es lo que más valora de eso?

Es lo más gratificante de mi profesión. Ver cómo alguien vuelve a sonreír con seguridad o recupera una buena función al comer tiene un impacto enorme en su bienestar. Acompañar a los pacientes en ese proceso es un privilegio.

¿Qué caracteriza la filosofía de trabajo de la Clínica Dental Fuentes & Rosselló?

Nos basamos en tres pilares: trato humano, claridad y excelencia clínica. Dedication tiempo a comprender cada caso, explicarlo con calma y diseñar un tratamiento realmente personalizado. Para nosotros, la confianza se gana con cercanía y con rigor.

La estética atrae a muchos pacientes, pero también aumenta la conciencia de la salud dental. ¿Cómo lo percibe?

Es cierto que la estética suele ser el primer motivo, pero pronto descubren que la ortodoncia invisible mejora la mordida, evita desgastes y previene problemas futuros. Si la estética ayuda a que más personas cuiden su salud bucal, es algo muy positivo.

¿Qué información reciben los pacientes en su primera visita?

La primera visita es clave. Explicamos qué necesita cada paciente y por qué, cómo será el proceso, su duración y posibles molestias. También mostramos una simulación virtual en 3D que anticipa el resultado. Nuestro objetivo es que el paciente tome una decisión con tranquilidad y toda la información necesaria. Además, contamos con formas de pago adaptadas para facilitar el acceso al tratamiento.



SPA & MASAJES

Experiencias RELAJANTES

Reservá tu sesión

Camas
térmicas



Piscina
Climatizada



Duchas de
contraste



**Ciudad de
Binefar**

Av. Aragón 30
TNF 974 428 600

CON L DE LIBROS

todos los miércoles de 14:30 a 15:00 h con AMANDA COMPAÑET



209 — marzo **2026** —



6 Editorial
8 Generación Mágica
10 Encuentro de Magos
20 Especial electoral 8F
28 Territorio Bayona

30 Binéfar
48 AgroEmpresa
58 + Comarca

86 Deportes
92 Historias...
94 Datos de interés



*Espacios de madera
hechos para durar*

manre

ebanistería & muebles

C/ La Balsa, 17
TAMARITE DE LITERA
www.manre.info
T.615 827 050

Cursos gratuitos **para desempleados** **y ocupados**



GRUPO
FORMACIÓN



CURSO GESTIÓN LOGÍSTICA:

× **inicio en marzo - Presencial a través de aula virtual**

PROGRAMA AVANZADO EN PROYECTOS:

× **Inicio en marzo - online**



Reserva tu plaza y consulta toda nuestra oferta de cursos en:

stopformacion.es



STOP Formación Binéfar

C/ Comercio, 3

☎ 974 42 84 50

6, 7 y 8 DE MARZO
DE 2026

TAMARITE DE LITERA,
HUESCA

XXVI ENCUENTRO DE MAGOS



FLORENCES GILI



ORGANIZA



PATROCINAN



DIPUTACIÓN
HUESCA



COLABORAN



/AL
SERVICIO DE
LA INDUSTRIA
AGROALIMENTARIA/

Jusegal

35 AÑOS

+34 974 430 155 / info@jusegal.com



WWW.JUSEGAL.COM

SO
MOS
LITERA

EDITA y DIRIGE:

Paco Aznar M.
C/ Benito Coll, 81
22500 Binéfar

619 881 244
pacoaznar@somoslitera.es
www.somoslitera.es

REDACCIÓN y MAQUETACIÓN:

Amanda Compañiet Querol
Carlos Marco Radigales
José Luis Pano Cuello
Susana Ramos Subirá

COLABORAN:

Centro Estudios Literanos
Lonja de Binéfar

DEPÓSITO LEGAL:

HU-276-2009

TIRADA:

7.200 ejemplares

DISTRIBUCIÓN GRATUITA:

Binéfar, Tamarite de Litera,
Albelda, Alcampell, Algayón,
Alins del Monte, Altorricón,
Azanuy, Baells, Baldellou,
Calasanz, Camporrells,
Castillonroy, Cuatrecoz,
Espús, Gabasa, Nachá,
Peralta de la Sal,
San Esteban de Litera,
Vencillón y Zurita.

SO
MOS
LITERA



EDITORIAL

Generación "Mágica" e implicada

La continuidad debe ir introduciendo en sus bases nuevos activos que vengan a sumar y experimentar. Para que los veintiséis años del Encuentro Nacional de Magos "Florences Gili" sean una realidad este mes de marzo, se ha hecho necesario que a lo largo de las dos últimas décadas los tamaritanos se hayan implicado desde la base. Gracias a ese activo, ProTamarit, como organizadora del evento, ha ido viendo como las personas han sido su mejor valor organizativo para seguir siendo un modelo en la construcción y desarrollo de cada una de las veinticinco ediciones ya consumadas.

El tiempo pasa y los años se cumplen. Es por ello que cabe felicitarse por los jóvenes que se han introducido en esa base citada de ProTamarit, para comenzar a aportar aire fresco, vivir la experiencia de una organización al detalle y, cuando toque, estar preparados para tomar los mandos del Encuentro. A fuego lento, compromiso de juventud y ganas de no reblar en una cita que es orgullo local.

Es por ello que la portada del presente número repara en esa decena de chicas y chicos dispuestos a que nada se detenga. Y el Encuentro es para ellos el gran evento de su pueblo. Por tanto: arrimar, ayudar y disfrutar, desde dentro, de la gran fiesta de la magia en Tamarite de Litera.

Diez jóvenes de primera

Dieciocho los más jóvenes, diez años por encima el más experimentado. Todos con hábitos ya en otros colectivos tamaritanos como La Cuadra, Cabalgata de Reyes, Interpeñas o Bombos y Tambores. Lo han vivido desde muy pequeños, han crecido con el Encuentro y ahora quieren participar: cuatro de ellos desde la misma junta de ProTamarit -Lúa, Aarón, Arancha y Eloy-; y el resto -Manuel, Javier, Martina, Fernando, Alex y Laura- colaborando y ayudando los tres días del evento. Lo hacen porque son y se sienten muy de Tamarite y porque ven el peso y notoriedad del Encuentro, dentro y fuera del municipio. Quieren aprender al lado de los que ya cuentan con años en la organización, desean que la magia en la localidad no deje de ser una referencia y entienden que para ello cabe implicarse. Porque son muchas las personas, vecinos y visitantes, los que se dan cita en Tamarite durante los tres días del evento, pero no hay tantas a la hora de preparar, organizar y sumar fuerzas. Así lo entienden y de ese modo responden. Los verán de aquí para allá durante las setenta y dos horas de magos en la capital literana; siempre con una sonrisa.



Lúa Ribera



Atarón Pijuan



Aranha Hernández



Floy Castarlenas

Asesoria Castanera

**MEDIADOR DE SEGUROS
PROFESIONAL COLEGIADO**

en TAMARITE DE LITERA
Paseo del Hortaz, 28 bajos

974 42 13 23

en BENABARRE
Vicente Piniés, 16 bajos
974 54 30 17

gestion@asesoriacastanera.es





Manuel Cristóbal



Javier Pociello



Martina Moli



Fernando Obón



Alex Segura



Laura Montiu

ECOLITERA

Servicio de gestión de residuos

¡Novedad!
Retirada de AMIANTO

Planta: Avda. Florences Gili, 1
TAMARITE DE LITERA
Tel. 974 42 02 07 - Móvil 686 95 70 56
info@ecolitera.es www.ecolitera.es

Viernes 6



17:00h. ALGAYÓN MÁGICO! con **MAGO NORK**.
Abierto para todos los públicos.

20:30h. APERTURA MÁGICA y HOMENAJE A FLORENCES GILI en la Plaza de España con la actuación de **GONZALO ALBIÑANA** y sus sombras chinescas y el **CLUB GIMNASIA RÍTMICA L'HORTÁS**.

23:00h. MAGIA DE CERCA con **ÁLEX LOUZAO Y FER NADAL "INCOMPLETOS"** en Edificio Comarca (C/Lérida,2). Entrada 12€. A partir de 7 años. Patrocinada AMES Tamarite. Una vez comenzado el espectáculo no se podrá acceder al mismo.

22:30h. MAGIA GOLFA en Casa Nostra con **JORDI Y AMELIE Y ÓSCAR DE LA TORRE**.

23:00h. MAGIA GOLFA en Bar Fósiles con **MAGO PI Y RAFFAEL FLUSS**.

23:30h. MAGIA GOLFA en La Fonda con **MIQUEL VIVES Y JORDI CUMELLES**.

23:30h. MAGIA GOLFA en Bar Plaza con **JOSE Y GENO Y ÁLEX FERRER**.

00:30h. MAGIA GOLFA en La Jaima con **KIKO DEL SHOW Y XAVI MEDINA**.

CALITGAS



**FONTANERÍA
CALEFACCIÓN
GAS
CLIMATIZACIÓN
ENERGÍA SOLAR**

A su servicio en:

**Avda. Albelda s/n
TAMARITE DE LITERA
974 421 600 ☎ 630 034 594
info@calitgas.com**



CTRA. ALCAMPEL, S/N - TAMARITE DE LITERA
Telf: 974 420 698 Fax: 974 420 697
Email: info@literanadeforrajes.com

Sábado 7



11:00h. FERIA MÁGICA en la Plaza de España y Casa de la Vila. Abierto al público general.

11:30h. ACTUACIÓN MÁGICA con **PAU MONIATO – "EL MAGNÍFIC"** en la Plaza de España .

17:00h. MAGIA en Tamarite Residencial con **LINAJE**.

17:30h. MAGIA DE CALLE con **KIKO DEL SHOW Y MAGO XUSO** en Carpa Permanente (detrás de Centro de Entidades).

18:00h. TARDE-OH! MÁGICO con **MARC FERRER** en La Jaima.

19:30h. GRAN GALA UNIPERSONAL "INEFABLE" con **DANI POLO**, en el Pabellón Municipal. A partir de 7 años. Entrada 22€. Una vez comenzado el espectáculo no se podrá acceder al mismo.

01:00h NOCHE MÁGICA en Bar Centro Entidades.



CARM SL

Estructuras metálicas para almacenes,
granjas y marquesinas



www.carmsl.com
Tel. 974 42 84 70

Llena
Aceite de oliva virgen
Elaboración tradicional

CTRA. DE BINÉFAR, 58 - 618 292 610
TAMARITE DE LITERA

Domingo 8



11:00 a 14:00h. FERIA MÁGICA en la Plaza de España y Casa de la Vila. Abierto al público general.

11:00h. MAGIA con **LINAJE** en la Residencia Comarcal.

11:30h. ACTUACIÓN MÁGICA con **LORE LAVAND** en la Plaza de España.

13:00h. Paseo Mágico Flores Gili. Se descubre la placa dedicada a **MAG STRUC (GILBERT TRILLES)** en la Plaza de España.

17:30h. MENUDA MAGIA con **JAVI EL MAGO** y sus aprendices, en el Pabellón Municipal. Entrada 2€ a partir de dos años. Una vez comenzado el espectáculo no se podrá acceder al mismo.

SU ESTRUCTURA DE GRANJA, NAVE AGRÍCOLA O INDUSTRIAL

CE

Nº 2449 / CPR / PR - DL27



PRETENSADOS Y VIBRADOS

emilio durany s.l.

FÁBRICA: Ctra. A-1240 Altorricón-Tamarite km 9,200 Tlf: 974 42 02 03
ALMACÉN Y OFICINA: Paseo de Hortaz, 27 Tlf: 974 42 01 57

TAMARITE DE LITERA
prefabricados@emiliodurany.com
www.emiliodurany.com

Programación para inscritos



Sábado 7 Marzo

11:00 a 14:00h. FERIA MÁGICA.

Sala de exposiciones de la Casa de la Vila.

11:30h. Conferencia con **GONZALO ALBIÑANA**. Edificio Comarca (C/Lérida).

17:00h a 19:00h. MAGIA CLOSE UP. ÁLEX LOUZAO Y FER NADAL.

Salón de actos de la Casa de la Vila.

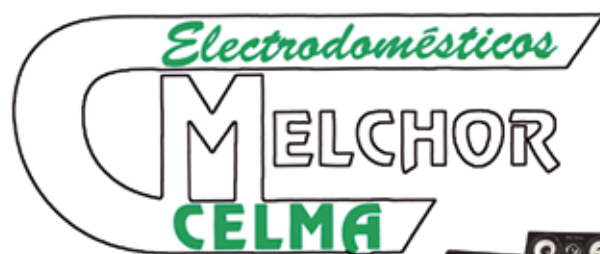
17:00 a 19:00h. FERIA MÁGICA.
Sala de exposiciones de la Casa de la Vila.

22:30h. CENA MÁGICA.

Domingo 8 Marzo

11:30h. Conferencia "Nuevas aproximaciones a clásicos" con **JUAN COLÁS**. Salón de actos de la Casa de la Vila.

La tranquilidad y el servicio de comprar en casa



TV - VÍDEO - TELEFONÍA
ELECTRODOMÉSTICOS
AIRE ACONDICIONADO



Y después del veinticinco aniversario, ¿qué?



Colectivo ProTamarit e invitados en la imagen final del pasado Encuentro 2025

¡Pues el veintiséis! Así abría Carmen Soler, desde ProTamarit, la presentación de esta nueva edición del Encuentro. ***“Ha sido la pregunta que más nos han hecho en los últimos meses. Y la respuesta es clara, después de***

los veinticinco años, cumpliremos veintiséis con un gran programa”. Y con la misma ilusión de los veinticinco, con la responsabilidad de saber que son muchas personas las que pasarán por los distintos espectáculos a lo largo de las tres

jornadas de Encuentro y con un programa a prueba de artistas de primer nivel. En total, veintitrés magos para formatos distintos, tal y como valoraba en la presentación del evento la alcaldesa, Sandra González: ***“Es muy importante***



Ramón Grau

Pintura Decoración

T. 607 250 985 - 607 485 028
Era Mora, 27, 1º - Tamarite de Litera
ramongraupinto@gmail.com

**PINTURA DECORATIVA
E INDUSTRIAL
ESTUCOS
PAPELES PINTADOS
PARQUETS
LACADOS Y BARNIZADOS
MOLDURAS Y PANELES
DECORATIVOS
ROTULACIÓN**

**Trabajos aéreos
con plataforma de 23 m.**

¿TIENES UN PROYECTO?

Te ayudamos a realizarlo



ÁRIDOS - EXCAVACIONES - TRANSPORTES

PEDIDOS Y OBRAS

610 75 83 80

OFICINAS

974 42 10 25

J. Pociello
ARIDOS, EXCAVACIONES Y TRANSPORTES

C/ ZARAGOZA, 23 - 22550 TAMARITE DE LITERA

www.josepociello.com



PATROCINADOR DEL

**XXVI ENCUENTRO DE
MAGOS**

el espíritu abierto y cercano del programa con espectáculos para todos los gustos y espacios: familia, actuaciones más íntimas, otras más desenfadadas, gala de gran formato”.

Las novedades llegarán ya desde el mismo inicio del evento, ya que la inauguración oficial se adelantará sobre el momento acostumbrado. Será a las 20:30 h en la plaza España, ***“para poder cenar con tranquilidad e iniciar el carrusel de actuaciones”***, indicaba Carmen Soler, mientras recordaba que la tarea para la organización ha vuelto a ser muy destacada, ***“con muchos meses de trabajo. Cada año es más complicado sorprender ante un público entendido y muy “entrenado” en espectáculos de este tipo”***. Entre los artistas, destaca Dani Polo, protagonista de la gran gala del sábado por la tarde. En la lista de magos aparecen nombres conocidos en el Encuentro y de un nivel que viene avalado por sus premios o por los artistas con los que se han formado o han trabajado: Kiko del Show, Mago Xuso, Lore Lavand, Javi el Mago, Linaje, Marc Ferrer, Álex Louzao, Fer Nadal, Óscar de la Torre, Jordi y Amelie, Mago Pi, Raffael Fluss, Miquel

Vives, Jordi Cumelles... ***“La magia es un espectáculo, pero también cultura, sociedad y dinamismo para Tamarite de Litera. Y con el gran trabajo que está haciendo ProTamarit, es lógica la respuesta del público. Desde el Ayuntamiento, van a poder seguir contando con todo nuestro apoyo”***, subrayaba Sandra González.

El presidente de ProTamarit, Juan Soler, intervenía en la presentación para seguir hablando de nombres propios que serán protagonistas los días 6, 7 y 8 de marzo. El Paseo Mágico estrenará placa con las manos de un mago-amigo, Mag Estruc (Gilbert Trilles): ***“Es un gran artista, amigo del Encuentro y de Tamarite, siempre colaborando cuando le hemos necesitado. Le estamos muy agradecidos de que siempre lleve el nombre de nuestro pueblo allí donde va”***. En cuanto a los colectivos invitados este año, ProTamarit ha pensado como asociación local, en el Club Ajedrez de Tamarite de Litera; como asociación comarcal, la Asociación Lo Castellot de Baells, Zurita y Nachá; mientras que la asociación mágica será, la Sociedad Aragonesa de Ilusionismo. El cartel en la presen-



Dani Polo y el Mag Estruc, dos nombres propios para la presente edición del Encuentro



**Muebles
Castro**

c/. Residencia, 2
Tel./Fax 974 42 02 72 - TAMARITE DE LITERA

ESPACIOS Y DISEÑO

LÍNEAS Y FORMAS

MATERIALES Y ELEMENTOS

TENDENCIAS Y ESTILOS

te edición ha sido creado por la diseñadora montisonense Nerea Mur (Alioli Estudio). Finalmente, una treintena de jóvenes escritores se presentaron al Concurso de Relato Infantil, con el resultado y premio para Silvia Artigas Torguet, y su cuento, "Una noche mágica". ***"Detrás de todo lo que vamos a ver en unos días, está el trabajo de la gente de ProTamarit. Horas de tarea, mucha ilusión y ahora con jóvenes implicados que es tan importante para nuestro pueblo",*** destacaba la alcaldesa.

En la edición número veintiséis del Encuentro Nacional de Magos "Florences Gili" todos echaremos en falta al artista Josep Roma, el mago amigo del Encuentro que nos dejaba el pasado verano. Habitual desde siempre en el evento; apoyando, acompañando y aportando esa cercanía y humanidad que ha hecho de Josep una persona muy querida en Tamarite de Litera.



Josep Roma descubría en el año 2016 su placa en el Paseo Mágico



"La noche mágica" de Silvia Artigas Torguet



**FERRETERÍA
RIMAK**

C/ Zaragoza, 23 .
TAMARITE DE LITERA
Tel. 974 421 155
ferreteria@rimak.es



En la presentación del Encuentro, la ganadora del Concurso de Relato Infantil, Silvia Artigas, protagonizó uno de esos momentos deliciosos por su natural espontaneidad. Andaba la buena de Silvia algo "cortada" a la hora de tener que leer su propio cuento ante el público asistente, una vez conocido su triunfo en el concurso. Entró en la lectura algo timorata, pero al segundo párrafo comenzó a quitarse la timidez y... ya no paró hasta darnos a conocer, el fondo y forma, de su cuento "Una noche mágica". Silvia confiesa que eso de escribir no le apasiona, pero que cuando se pone, no le sale nada mal (como la lectura de la presentación). La historia ganadora, comenta la autora, es un intento de, *"explicar cómo es Tamarite, mezclado con la magia y algo de Harry Potter"*. Silvia tenía esperanzas fundadas en quedar en buen lugar, entre los treinta participantes, pero ganar, ganar: *"fue una sorpresa"*, comenta la alumna del CEIP San Miguel, que con 11 años ya sabe lo que es ganar el Concurso de Relato Infantil, dentro del Encuentro Nacional de Magos "Flores Gili".



EXCAVACIONES LITERANAS
617 73 65 44 - 675 80 62 70

OBRA CIVIL
ORGANIZACIÓN, ZONAS VERDES
Y SANEAMIENTOS

OBRA HIDRÁULICA
CANALES, SISTEMAS DE RIEGOS,
CANALES, TUNELAS

OBRA AGRÍCOLA
ACORDONAMIENTO DE
PARCELAS, ZANJAS, CAMINOS

ENERGÍAS RENOVABLES
PARQUES EÓLICOS Y FOTOVOLTAICOS

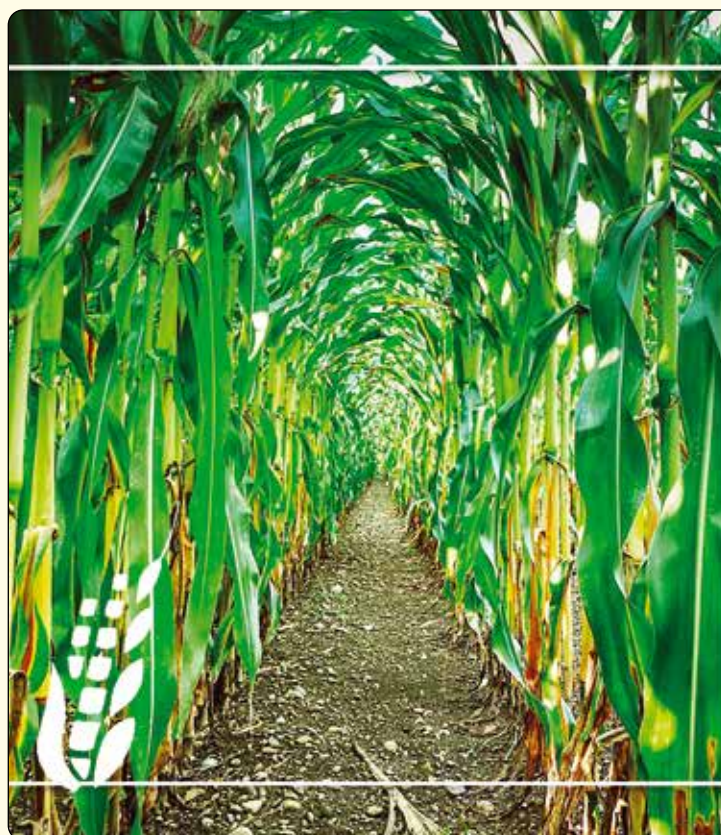
MOVIMIENTO DE TIERRAS
EXCAVACIONES Y TERRAPLENADOS

DEMOLICIONES
GESTIÓN DE RESIDUOS

TRANSPORTES
SUMINISTRO DE AGUAS
Y TRANSPORTES DE ÁRIDOS

WWW.EXCAVACIONESLITERANAS.COM

NAVIDAD



**Casa
Guardia S.L.**

**ABONOS - CEREALES
SEMILLAS - SECADERO
APLICACIONES LÍQUIDAS**

Camino de Monzón, s/n - TAMARITE DE LITERA
974 420 078 - 609 038 804
casaguardia.tamarite@gmail.com

En la Litera: gana PP, le sigue PSOE, VOX dobla porcentaje de voto, CHA confirma su ascenso y el PAR baja casi a la mitad su respaldo

Ocho mil trescientos noventa y nueve ciudadanos de la Comarca de la Litera -seiscientos menos que en mayo de 2023- dieron una mayoría, en voto absoluto, al Partido Popular. Una primera circunstancia que rompe años de victorias del PSOE; los socialistas, en este caso, debían conformarse con ser la segunda fuerza más votada; es cierto que solo les separan 13 votos y que siguen siendo la fuerza más votada en 9 de los 14 municipios

literanos. La tercera opción con más apoyos es VOX con una subida en voto y porcentaje acorde con el incremento general a nivel autonómico. Chunta Aragonesista confirma, también en la Litera, su aumento de votos hasta consolidar una cuarta posición a distancia del PAR, quinta fuerza para los vecinos de la Litera, pero cayendo con respecto a anteriores comicios. A tenor de estos resultados, y de los diputados que la circunscripción de Hues-

ca aporta a las renovadas Cortes de Aragón -7 PP, 5 PSOE, 4 VOX y 2 CHA-, Fernando Sabés repite como único diputado literano, en su caso dentro del Grupo Socialista. A continuación, repasamos los resultados a nivel comarcal y municipal; en el primer caso, comparando las dos últimas elecciones autonómicas celebradas; y en el segundo, incorporando a lo anterior los resultados de las elecciones generales de julio de 2023.

COMARCA DE LA LITERA



2026

Votos contabilizados: 8.399 (63,70 %)

Abstenciones: 4.785 (36,29 %)

Nulos: 116 (1,38 %)

Blanco: 110 (1,32 %)

2023

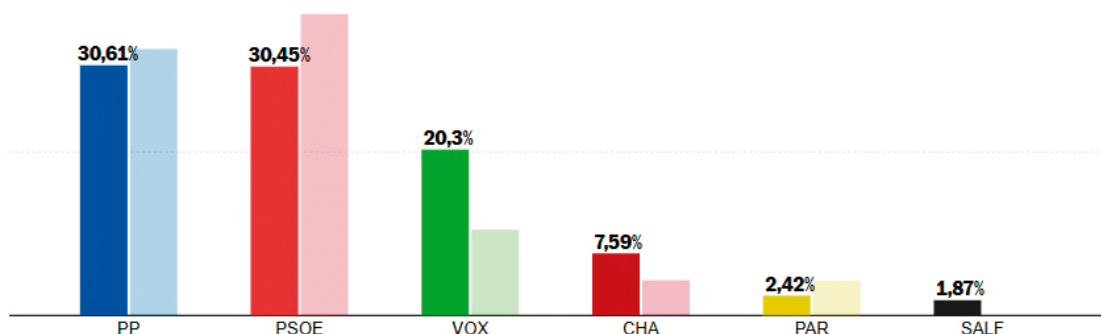
Votos contabilizados: 9.011 (68,44 %)

Abstenciones: 4.134 (31,55 %)

Nulos: 148 (1,64 %)

Blanco: 174 (1,96 %)

PARTIDO	AUTO 2026	AUTO 2023
PP	2.536 (30,61 %)	2.890 (32,60 %)
PSOE	2.523 (30,45 %)	3.269 (36,88 %)
VOX	1.682 (20,30 %)	932 (10,51 %)
CHIUNTA	629 (7,59 %)	382 (4,31 %)
PAR	201 (2,42 %)	379 (4,27 %)
SALF	155 (1,87 %)	
EXISTE	150 (1,81 %)	196 (2,21 %)
IU-SUMAR	126 (1,52 %)	179 (2,01 %)
PODEMOS	55 (0,66 %)	285 (3,21 %)
ES. BLANCO	50 (0,66 %)	31 (0,34 %)
CO. ARAGONE	32 (0,38 %)	62 (0,69 %)
PACMA	26 (0,31 %)	26 (0,31 %)
MUNDO+J	5 (0,06 %)	5 (0,06 %)
ET BAJO CIN	3 (0,03 %)	5 (0,05 %)
EQUO		41 (0,46 %)
CS-TÚ ARAGÓN		38 (0,42 %)





SKY
AGRICULTURE

PRECISIÓN Y RENDIMIENTO



AGGROUP[®]
CREAMOS HORIZONTES

Ctra. Albelda, S/N 22550
Tamarite de Litera (Huesca)

T. 974 42 28 07
info@ag-group.es

www.ag-group.es

ALBELDA



Votos contabilizados: 375 (64,87 %)

Abstenciones: 203 (35,12 %)

Nulos: 8 (2,13 %)

Blanco: 4 (1,08 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PAR	107 (29,15 %)	21 (5,12 %)	145 (32,58 %)
PSOE	104 (28,33 %)	174 (42,43 %)	144 (32,35 %)
VOX	53 (14,44 %)	41 (10,00 %)	30 (6,74 %)
PP	48 (13,07 %)	107 (26,09 %)	63 (14,15 %)
CHA	20 (5,44 %)		
IU-SUMAR	9 (2,45 %)	50 (12,19 %)	21 (4,71 %)
A EXISTE	6 (1,63 %)	4 (0,97 %)	7 (1,57 %)
ES. BLANCO	6 (1,63 %)		4 (0,89 %)
SALF	5 (1,36 %)		
PODEMOS	4 (1,08 %)		21 (4,71 %)
PACMA	1 (0,27 %)		
Participación	64,87 %	75,89 %	81,92 %

ALCAMPÉLL

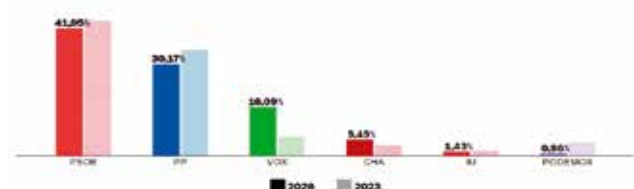


Votos contabilizados: 352 (64,82 %)

Abstenciones: 191 (35,17 %)

Nulos: 4 (1,13 %)

Blanco: 3 (0,86 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	146 (41,95 %)	186 (44,60 %)	250 (59,66 %)
PP	105 (30,17 %)	142 (34,05 %)	164 (39,14 %)
VOX	56 (16,09 %)	41 (9,83 %)	27 (6,45 %)
CHA	19 (5,45 %)		15 (3,58 %)
IU-SUMAR	5 (1,43 %)	39 (9,35 %)	7 (1,67 %)
PODEMOS	3 (0,86 %)		19 (4,54 %)
EXISTE	3 (0,86 %)		
PAR	3 (0,86 %)		
COA. ARAGÓN	2 (0,57 %)		
ES. BLANCO	1 (0,28 %)	1 (0,24 %)	
PACMA	1 (0,28 %)	3 (0,72 %)	
SALF	1 (0,28 %)		
Participación	64,82 %	77,63 %	78,59 %

ALTORRICÓN



Votos contabilizados: 594 (61,23 %)

Abstenciones: 376 (38,76 %)

Nulos: 6 (1,01 %)

Blanco: 16 (2,72 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PP	179 (30,44 %)	294 (42,24 %)	236 (35,92 %)
PSOE	172 (29,25 %)	258 (37,07 %)	287 (43,68 %)
VOX	128 (21,76 %)	66 (9,48 %)	50 (7,61 %)
CHA	36 (6,12 %)		12 (1,82 %)
EXISTE	17 (2,89 %)	6 (0,86 %)	9 (1,36 %)
PAR	14 (2,38 %)	8 (1,15 %)	10 (1,52 %)
SALF	8 (1,36 %)		
IU-SUMAR	7 (1,19 %)	53 (7,61 %)	8 (1,91 %)
PODEMOS	4 (0,68 %)		16 (2,43 %)
ES. BLANCO	3 (0,51 %)	3 (0,43 %)	6 (0,91 %)
COA. ARAGÓN	3 (0,51 %)	1 (0,14 %)	2 (0,30 %)
PACMA	1 (0,17 %)	1 (0,14 %)	
Participación	61,23 %	71,52 %	68,73 %

AZANUY-ALINS

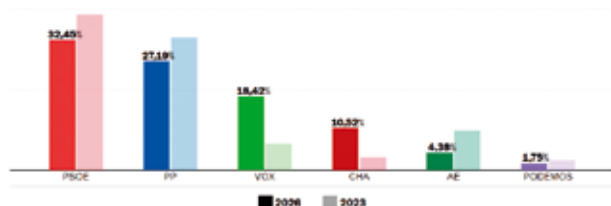


Votos contabilizados: 115 (75,65 %)

Abstenciones: 37 (24,34 %)

Nulos: 1 (0,86 %)

Blanco: 1 (0,86 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	37 (32,45 %)	35 (30,17 %)	47 (38,84 %)
PP	31 (27,16 %)	52 (44,83 %)	40 (33,05 %)
VOX	21 (18,42 %)	6 (5,17 %)	8 (6,61 %)
CHA	12 (10,52 %)		4 (3,33 %)
EXISTE	5 (4,38 %)	3 (2,59 %)	12 (9,91 %)
PODEMOS	2 (1,75 %)		3 (2,47 %)
ES. BLANCO	2 (1,75 %)	1 (0,87 %)	
PAR	1 (0,87 %)	1 (0,87 %)	3 (2,47 %)
IU-SUMAR	1 (0,87 %)	17 (14,66 %)	1 (0,87 %)
SALF	1 (0,87 %)		
Participación	75,65 %	78,15 %	81,45 %

BAELLS

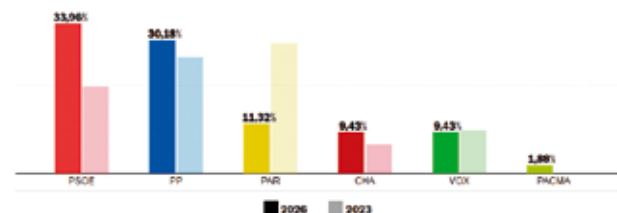


Votos contabilizados: 54 (36,98 %)

Abstenciones: 92 (63,01 %)

Nulos: 1 (1,85 %)

Blanco: 0



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	18 (33,96 %)	18 (30,00 %)	12 (19,67 %)
PP	16 (30,18 %)	20 (33,33 %)	16 (26,22 %)
PAR	6 (11,32 %)	4 (6,67 %)	18 (29,50 %)
VOX	5 (9,43 %)	9 (15,00 %)	6 (9,83 %)
CHA	5 (9,43 %)		4 (6,55 %)
EXISTE	1 (1,88 %)		3 (4,91 %)
PACMA	1 (1,88 %)		1 (1,88 %)
MUNDO+J	1 (1,88 %)		1 (1,88 %)
PODEMOS			1 (1,88 %)
IU-SUMAR		7 (11,67 %)	
ES. BLANCO		1 (1,67 %)	
Participación	36,98 %	78,95 %	80,26 %

BALDELLOU

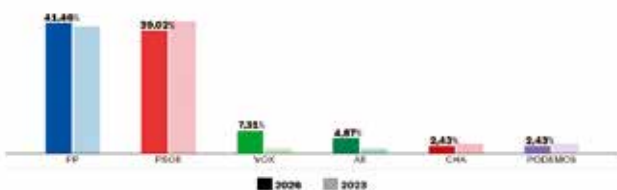


Votos contabilizados: 42 (60,86 %)

Abstenciones: 27 (39,13 %)

Nulos: 1 (2,38 %)

Blanco: 0



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PP	17 (41,46 %)	16 (27,12 %)	25 (40,32 %)
PSOE	16 (39,02 %)	24 (40,68 %)	26 (41,93 %)
VOX	3 (7,31 %)	2 (3,39 %)	1 (1,61 %)
EXISTE	2 (4,87 %)	2 (3,39 %)	1 (1,61 %)
CHA	1 (2,43 %)		2 (3,22 %)
PODEMOS	1 (2,43 %)		2 (3,22 %)
PACMA	1 (2,43 %)	1 (1,69 %)	
IU-SUMAR		7 (11,86 %)	2 (3,22 %)
PAR		1 (1,69 %)	
ES. BLANCO		2 (3,39 %)	1 (1,61 %)
Participación	60,86 %	75,31 %	81,70 %

BINÉFAR



Votos contabilizados: 594 (61,23 %)

Abstenciones: 376 (38,76 %)

Nulos: 6 (1,01 %)

Blanco: 16 (2,72 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PP	1.362 (33,26 %)	1.800 (39,60 %)	1.400 (33,89 %)
PSOE	1.158 (28,27 %)	1.492 (32,83 %)	1.361 (32,95 %)
VOX	808 (19,73 %)	581 (12,78 %)	486 (11,76 %)
CHA	350 (8,54 %)		182 (4,40 %)
SALF	90 (2,19 %)		
EXISTE	74 (1,80 %)	44 (0,97 %)	89 (2,15 %)
SUMAR	71 (1,73 %)	509 (11,20 %)	133 (3,22 %)
PODEMOS	32 (0,78 %)		138 (3,34 %)
PAR	31 (0,75 %)	34 (0,75 %)	157 (3,80 %)
ES. BLANCO	28 (0,68 %)	14 (0,31 %)	12 (0,29 %)
CO. ARAGONE	23 (0,56 %)	8 (0,18 %)	55 (1,33 %)
PACMA	12 (0,29 %)	11 (0,24 %)	
MUNDO+J	2 (0,04 %)		
ET BAJO CIN	1 (0,02 %)		2 (0,04 %)
Participación	63,66 %	71,22 %	65,03 %

CAMPORRELLS

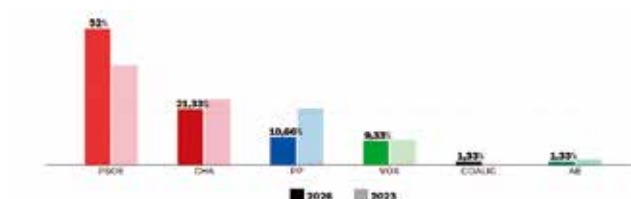


Votos contabilizados: 76 (63,33 %)

Abstenciones: 44 (36,66 %)

Nulos: 1 (1,31 %)

Blanco: 2 (2,66 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	39 (52,00 %)	41 (52,00 %)	35 (38,04 %)
CHA	16 (21,33 %)		23 (25,00 %)
PP	8 (10,66 %)	19 (10,66 %)	20 (21,73 %)
VOX	7 (9,33 %)	10 (9,33 %)	9 (9,78 %)
EXISTE	1 (1,33 %)		2 (2,17 %)
CO. ARAGONE	1 (1,33 %)		
SALF	1 (1,33 %)		
PODEMOS			1 (1,08 %)
ES. BLANCO		1 (1,33 %)	1 (1,08 %)
SUMAR		6 (7,59 %)	
Participación	63,33 %	66,12 %	76,03 %

CASTILLONROY

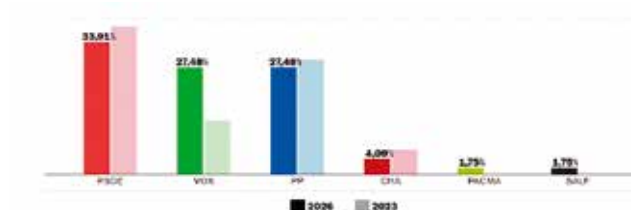


Votos contabilizados: 174 (64,68 %)

Abstenciones: 95 (35,31 %)

Nulos: 3 (1,72 %)

Blanco: 2 (1,16 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	58 (33,91 %)	70 (36,08 %)	71 (37,96 %)
PP	47 (27,48 %)	70 (36,08 %)	55 (29,41 %)
VOX	47 (27,48 %)	34 (17,53 %)	26 (13,90 %)
CHA	7 (4,09 %)		12 (6,41 %)
PACMA	3 (1,75 %)	3 (1,55 %)	
SALF	3 (1,75 %)		
PAR	2 (1,16 %)		
PODEMOS	1 (0,58 %)		6 (3,20 %)
EXISTE	1 (0,58 %)	1 (0,52 %)	4 (2,13 %)
SUMAR		12 (6,19 %)	2 (1,06 %)
Participación	64,68 %	73,03 %	71,69 %

ESPLÚS

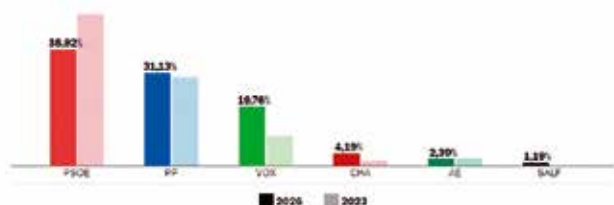


Votos contabilizados: 338 (66,79 %)

Abstenciones: 168 (33,20 %)

Nulos: 4 (1,18 %)

Blanco: 5 (1,49 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	130 (38,92 %)	149 (41,39 %)	185 (50,68 %)
PP	104 (31,13 %)	133 (36,94 %)	108 (29,58 %)
VOX	66 (19,76 %)	43 (11,94 %)	37 (10,13 %)
CHA	14 (4,19 %)		6 (1,64 %)
EXISTE	8 (2,39 %)	4 (1,11 %)	9 (2,46 %)
SALF	4 (1,19 %)		
IU-SUMAR	3 (0,89 %)	21 (5,83%)	3 (0,82 %)
PODEMOS			9 (2,46 %)
PCTE		3 (0,83 %)	
PUM+J		1 (0,28 %)	
Participación	66,79 %	70,96 %	71,98 %

PERALTA DE CALASANZ

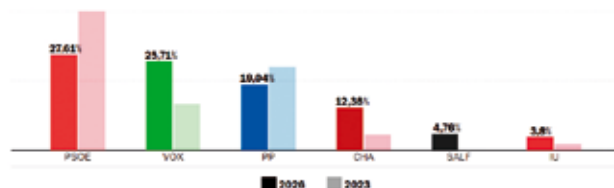


Votos contabilizados: 107 (59,77 %)

Abstenciones: 72 (40,22 %)

Nulos: 2 (1,86 %)

Blanco: 1 (0,95 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	29 (27,61 %)	47 (39,83 %)	45 (40,17 %)
VOX	27 (25,71 %)	23 (19,49 %)	15 (13,39 %)
PP	20 (19,04 %)	35 (29,66 %)	27 (24,10 %)
CHA	13 (12,38 %)		5 (4,46 %)
SALF	5 (4,76 %)		
SUMAR	4 (3,80 %)	10 (8,47 %)	2 (1,78 %)
PAR	3 (2,85 %)	1 (0,85 %)	5 (4,46 %)
EXISTE	1 (0,95 %)		6 (5,35 %)
PODEMOS	1 (0,95 %)		4 (3,57 %)
PACMA	1 (0,95 %)		
PCTE		1 (0,85 %)	
Participación	59,77 %	68,00 %	63,84 %

SAN ESTEBAN DE LITERA

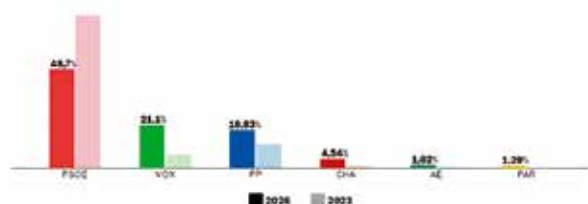


Votos contabilizados: 309 (69,12 %)

Abstenciones: 138 (30,87 %)

Nulos: 1 (0,32 %)

Blanco: 5 (1,62 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	150 (48,70 %)	165 (52,05 %)	248 (74,92 %)
VOX	65 (21,10 %)	48 (15,14 %)	22 (6,64 %)
PP	58 (18,83 %)	81 (25,55 %)	39 (11,78 %)
CHA	14 (4,54 %)		3 (0,90 %)
EXISTE	5 (1,62 %)	1 (0,32 %)	1 (0,30 %)
PAR	4 (1,29 %)	1 (0,32 %)	1 (0,30 %)
SALF	4 (1,29 %)		
PACMA	2 (0,64 %)		
CO.ARAGONE	1 (0,32 %)		1 (0,32 %)
PODEMOS			6 (1,81 %)
SUMAR		18 (5,68 %)	2 (0,60 %)
EQUO			2 (0,60 %)
RECORTES 0		2 (0,63 %)	
Participación	69,12 %	72,73 %	75,33 %

TAMARITE DE LITERA

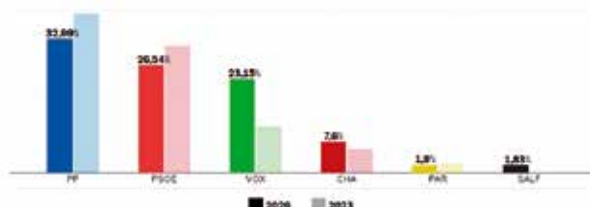


Votos contabilizados: 1.491 (61,13 %)

Abstenciones: 948 (38,86 %)

Nulos: 18 (1,20 %)

Blanco: 15 (1,01 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PP	486 (32,99 %)	772 (45,09 %)	647 (39,23 %)
PSOE	391 (26,54 %)	511 (29,85 %)	516 (31,29 %)
VOX	341 (23,15 %)	229 (13,38 %)	188 (11,40 %)
CHA	112 (7,60 %)		96 (5,82 %)
PAR	28 (1,90 %)	9 (0,53 %)	37 (2,24 %)
SALF	27 (1,83 %)		
EXISTE	24 (1,62 %)	8 (0,47 %)	40 (2,42 %)
SUMAR	24 (1,62 %)	148 (8,64 %)	14 (0,84 %)
ES. BLANCO	10 (0,67 %)	4 (0,23 %)	5 (0,30 %)
PODEMOS	6 (0,40 %)		49 (2,97 %)
PACMA	3 (0,20 %)	7 (0,41 %)	
ET BAJO CIN	2 (0,13 %)		2 (0,12 %)
CO. ARAGONE	2 (0,13 %)	1 (0,06 %)	1 (0,06 %)
MUNDO+J	2 (0,13 %)	2 (0,13 %)	
EQUO			9 (0,54 %)
TÚ ARAGÓN			6 (0,36 %)
FO		3 (0,18 %)	
RECORTE 0		1 (0,06 %)	
PCTE		1 (0,06 %)	
Participación	61,13 %	70,41 %	68,17 %

VENCILLÓN

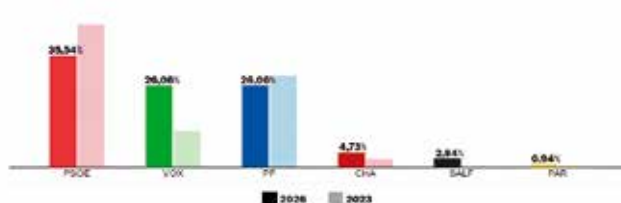


Votos contabilizados: 216 (69,45 %)

Abstenciones: 95 (30,54 %)

Nulos: 5 (2,31 %)

Blanco: 3 (1,42 %)



PARTIDO	AUTON. 2026	GENERAL 2023	AUTON. 2023
PSOE	75 (35,54 %)	88 (38,10 %)	106 (45,49 %)
PP	55 (26,06 %)	80 (34,63 %)	68 (29,18 %)
VOX	55 (26,06 %)	34 (14,72 %)	27 (11,58 %)
CHA	10 (4,73 %)		6 (2,57 %)
SALF	6 (2,84 %)		
EXISTE	2 (0,94 %)	1 (0,94 %)	5 (2,14 %)
PAR	2 (0,9 %)	1 (0,94 %)	2 (0,85 %)
SUMAR	2 (0,94 %)	22 (9,52 %)	
PODEMOS	1 (0,47 %)		10 (4,29 %)
CO. ARAGONE		1 (0,94 %)	2 (0,85 %)
TÚ ARAGÓN			2 (0,85 %)
ES. BLANCO		1 (0,43 %)	
Participación	69,45 %	72,73 %	74,36 %

MÁS DE UNO

cada día de 12:20 a 14:00 h. con PACO AZNAR M.





ALQUILER DE MAQUINARIA

MONZÓN

T. 974 345 984
M. 632 049 269
Eugenio de Usandizaga, 10
monzon@claveriaservicios.com

FRAGA

T. 974 349 425
M. 695 016 039
Trav. Antigua Ctra. Nac. 5
fraga@claveriaservicios.com

BARBASTRO

T. 974 346 206
M. 666 282 966
Avda. Pirineos, 56
barbastro@claveriaservicios.com

BINÉFAR (CENTRAL)

T. 974 432 869 - M. 653 961 393
Ctra. Nac. 240. Km 131

info@claveriaservicios.com

TORREFARRERA

T. 973 089 054
M. 671 136 333
Calle Marinada 35
Pol. ind. Torrefarrera
torrefarrera@claveriaservicios.com

HUESCA

T. 974 059 249
M. 600 651 963
Ronda Industria, 103
huesca@claveriaservicios.com

SABIÑÁNIGO

T. 664 494 291
Cañada Real Valle de Tena, 25
sabi@claveriaservicios.com



Territorio Bayona

**Eduardo
Bayona Dutú**
PERIODISTA

Lo de los resultados

Hay un tipo dentro del espejo que me mira con cara de conejo; de conejo de indias electoral, claro. ¿Les pasa lo mismo? ¿A tantos? ¿A que sí? Era de esperar. De hecho, lo que más mosquea de los resultados de las últimas elecciones es que los principales implicados no las estén leyendo en clave de país, de Aragón, sino de Estado. Perdón: es de lo poco que mosquea, aunque lo haga mucho. Porque resulta que los aragoneses hemos hablado para responder a lo que nos habían preguntado: ¿qué quieren ustedes para su país? Y hemos dicho lo que tocaba, como siempre. Si, a partir de ahí, las principales organizaciones se agarran a que un resultado como el del 8-F no modificaría en las próximas generales el reparto de escaños aragonés de 2023 para dar por bueno lo sucedido, la cosa es para ponerse a temblar. Básicamente porque supone un caso patente de pisuerguismo (lo del río en Valladolid, ya saben), especialmente en las dos principales organizaciones políticas, que sus dirigentes blanden para eludir responsabilidades a escala orgánica. Y, en ese escenario, aspirar a que alguien modifique sus líneas de actuación a escala local, en lo de los médicos, en lo de los maestros, en lo de la asistencia social, etc, suena a delirio. Suena a que no lo han pillado; o a que no quieren pillarlo, vaya.

Empezamos por la participación: fue un punto superior a la de 2023 en el conjunto de Aragón, aunque, paradójicamente, votaron 16.000 personas menos que hace dos años y medio. Eso nos habla de un cambio de calado en la demografía del país, que, como casi todo lo que requiere algo de esfuerzo interpretativo, ha pasado desapercibido.

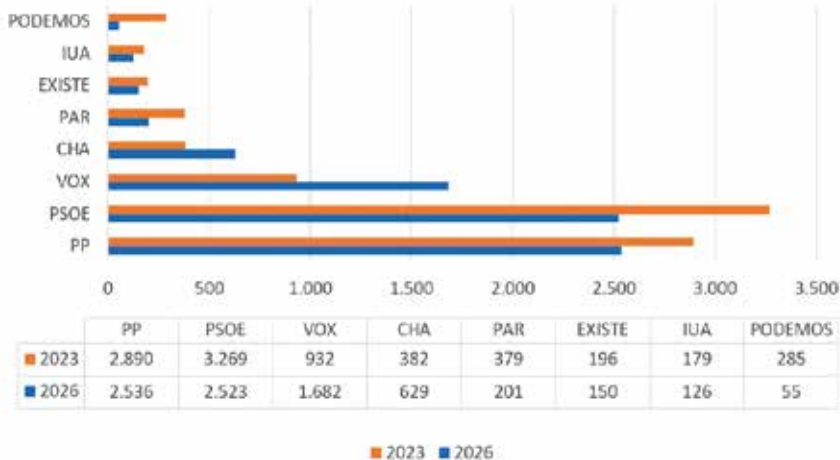
A escala local la caída de la participación en las áreas rurales rondó el 5 %, con algo más de 600 papeletas menos en la Litera, casi 8.000 en el Cinca Medio y menos de 300 en el Somontano, donde la caída no llegó a los dos puntos. Esos datos indican que el interés por el resultado ha sido creciente en las zonas más pobladas y menguante en el mundo rural ¿Significará algo? ¿Tendrán algo que ver la decepción por la situación de los servicios públicos, por cuyo modelo de gestión era al fin y al cabo por lo que se preguntaba, y el escaso entusiasmo que despiertan las alternativas que se proponen? No es descartable.

Más allá de esos datos sobre la participación, que no parecen haber causado mayor inquietud en las organizaciones políticas ni en las entidades de la sociedad civil, los resultados del escrutinio de los votos válidos ofrecen material para algunas reflexiones. PP y PSOE son, por este

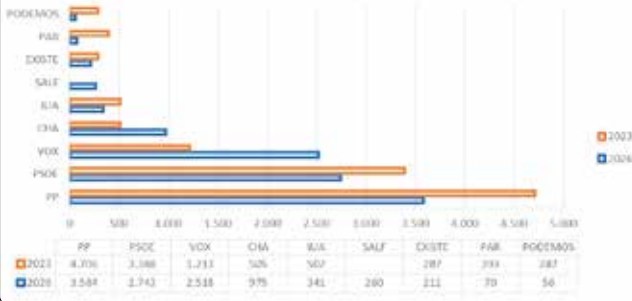
orden, los mas votados en todas las comarcas de la provincia de Huesca y en 28 de las 33 del país, y también se reparten la gran mayoría de los ayuntamientos de la comunidad. Pero el retroceso que sufren es de calado. Los conservadores se dejan más de 600 votos en el Somontano, casi 1.200 en el Cinca Medio y 350 en La Litera, lo que indica que en dos años y medio ha perdido el apoyo de uno de cada seis votantes, 2.000 de 12.000 en números redondos. El retroceso de los socialistas es de casi 800, más de 600 y más de 700 en esas mismas comarcas, con una merma de más de 2.000 sobre una base de 10.400, es decir, cerca de la quinta parte. El toque de atención es más que serio para los responsables de ambas organizaciones.

Los dos partidos que mejoran, VOX y CHA, lo hacen en su conjunto más que de lo que retroceden los que más empeoran: 3.600 votantes para

Partidos más votados en La Litera



Partidos más votados en el Cinca Medio



Partidos más votados en el Somontano



los verdes de ultraderecha y 1.300 para los verdes aragonesistas. Esa tendencia, que se da en el conjunto del país (-13.000 el PP y -38.000 el PSOE, +42.000 Vox y +29.000 CHA), apunta a un movimiento estructural, aunque están por ver su evolución, y pronostica cambios de calado en las estructuras de poder de elección indirecta (comarcas y diputación) después de las próximas elecciones municipales. IU mantiene su diputada por Zaragoza y Existe sus dos actas por Teruel, y Podemos y el PAR, el se-

gundo partido identitario por tiempo pasado en gobiernos en todo el Estado (solo lo supera el PNV), salen de las Cortes. Será interesante observar la evolución de los gobiernos locales en los que participan los segundos una vez perdido el valor que en la anterior legislatura les daba el pacto que neutralizaba el posible pero improbable plan b de las Cortes con Aragoneses.

Los otros dos grandes derrotados del 8-F, Jorge Azcón al frente del

PP y Pilar Alegría al frente del PSOE, siguen ahí, como si nada o como si poco tras dejarse, respectivamente, dos y cinco diputados. Ambos optan por el propósito de enmienda, ma non troppo, en lugar de activar otras opciones como abrir procesos de debate o de renovación personal. Quizás eso explique por sí solo la deriva de sus partidos y, con ella, la de los servicios públicos que sufraga ese mismo ciudadano que les paga el sueldo todos los meses para que la cosa funcione.

CONSTRUCCIÓN DE GRANJAS

Granjas llave en mano

SERVICIO 24H

- ✓ Diseñamos tu granja
- ✓ Construcción de instalaciones
- ✓ Reformas
- ✓ Material ganadero
- ✓ Mantenimiento de instalaciones

WWW.TODOGRANJAS.COM

Pol. El Sosal | Binéfar | T. 974 42 80 50

[Instagram](#) [Facebook](#)

ARROYOS
ALIMENTACIÓN Y MATERIAL GANADERO

Mascarillas contra posibles atragantamientos

12.02.2026. Desde el área de Educación y Sanidad del Ayuntamiento de Binéfar, se han distribuido una treintena de kits de mascarillas de emergencia para liberar las obstrucciones en las vías respiratorias en caso de atragantamientos. El reparto se ha realizado a todos los centros educativos de la localidad, instalaciones deportivas, espacios de ocio público concurridos, Comarca de la Litera, Centro de Salud, Policía Local y Cruz Roja, entre otros organismos.

La mascarilla es un dispositivo de emergencia portátil de succión, diseñado para evitar la asfixia en víctimas de atragantamiento cuando el protocolo estándar de Soporte Vital Básico (SVB) se ha utilizado sin éxito. Libera en segundos la obstrucción de las vías respiratorias por medio de succión.

El concejal César Pardos mantenía distintas reuniones con los responsables de las citadas entidades para entregarles la mascarilla y presentarles en un video demostrativo su uso. *“Con esta entrega atendemos la inquietud que nos mostraron los colegios de Binéfar por tener alguna herramienta para atender los atragantamientos de los niños. Estas mascarillas son un paso más tras la realización de las maniobras RCP (reanimación cardiopulmonar) y permitirá que los profesores se encuentren más seguros y tengan opciones para reanimar al niño y solucionar los atragantamientos. Desde el Ayuntamiento nos pareció una iniciativa interesante y hemos adquirido mascarillas anti atragantamiento*



Centros educativos, entidades sociales y servicios municipales y comarcales recibieron las mascarillas

to para todos los centros educativos, pero también para diferentes asociaciones, polideportivo, Centro de Salud, Policía, Cruz Roja y en distintos espacios de Binéfar donde pueden producirse estos casos”, comentaba el concejal, tras repartir, junto a la concejal de Bienestar Social, Juventud y Cultura, Beatriz de Pano, estos dispositivos.

Cabe apuntar que en España se registran más de 3.500 muertes por atragantamiento al año, siendo la asfixia la tercera causa de muerte accidental. En caso de obstrucción total, la muerte cerebral comienza a darse en 4 minutos; mientras que el fallecimiento se puede producir en solamente 10 minutos por lo que una actuación rápida es fundamental.



Momento de la entrega en el salón de actos del ayuntamiento

La Ludoteca Municipal renueva su mobiliario

La concejalía de Educación ha renovado parte del mobiliario de la ludoteca municipal, para garantizar la seguridad y la accesibilidad de todos los usuarios a este espacio. Se han cambiado todas las protecciones de los juegos, se han colocado bases nuevas, y también se han renovado los obstáculos de goma espuma, además de instalar nuevas rampas de acceso al parque de bolas. En total, se han destinado 7.441,50 euros. Para el concejal de Educación, César Pardos, se trata, *"de una inversión necesaria para seguir garantizando el bienestar de nuestros niños y niñas, ofreciendo un espacio adaptado, limpio y*

en las mejores condiciones para su disfrute. Las instalaciones presentaban un importante deterioro debido al uso continuado, por lo que era imprescindible actuar para mejorar la calidad tanto del espacio como del servicio que se presta en la Ludoteca". Desde la concejalía de Educación se trabaja de manera continua para mantener y actualizar las dependencias municipales, explica el concejal quien recalca, *"que mientras avanzamos en el proyecto de una nueva ludoteca, estamos acondicionando las instalaciones actuales para que nuestros niños y niñas dispongan de un lugar digno, seguro y adecuado donde disfrutar y pasarlo bien".*



El concejal Pardos posa en la renovada ludoteca con las técnicas municipales

 **alumbraenergía**

¿Aún **no tienes** paneles solares?

Recupera hasta
el **60% vía IRPF**



**1.000€ de
bonificación en IBI***

Consulta nuestras promociones y términos
ingenieria@alumbraenergía.es 681 015 564

*Disponible según ayuntamiento.

Medio Ambiente acerca el cultivo del huerto a los escolares

La concejalía de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Binéfar iniciaba el programa didáctico 'Huertos Escolares' en el colegio Virgen del Romeral. Esta acción forma parte de las actividades del área en la línea de educación y difusión medioambiental. Su principal objetivo es promover el uso del huerto escolar como herramienta de educación ambiental,



David García, de la empresa Fagus Formación, es el encargado de realizar esta actividad

desde una perspectiva agroecológica, reflexionando sobre la agricultura y el origen de nuestros alimentos. Las jornadas se desarrollarán a lo largo

de la primavera en todos los centros educativos de la localidad, con el apoyo de una subvención del 80 % de la Diputación Provincial de Huesca.



Tu tiempo puede cambiarlo todo.



Tu tiempo puede cambiarlo todo.

33ª Semana de la Mujer

ACR BINÉFAR 77

Arte, cultura, música y mujeres que inspiran

2 AL 8 DE MARZO

PROGRAMACIÓN SEMANAL

LUNES
18:00 - EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA "MUJERES QUE INSPIRAN"
EXPOSICIÓN "FEMENINO SINGULAR" - MARISA FAMILA
19:30 - APERTURA DEL MODO DE MENSAJES (ACTIVAS DURANTE TODA LA SEMANA)

MIÉRCOLES
18:30 - TALLER DE AUTODEFENSA FEMENINA SEMANA PRÁCTICA.
19:30 - Cine-Fórum: "PUYOLÉ" PROYECCIÓN PELÍCULA Y DEBATE CON SU DIRECTORA: SARA SARRABLO

JUEVES
18:30 - CHARLA COLOquio: "MÁS PRECISIÓN MENOS INVASIÓN" "LA REVOLUCIÓN EN LA CRUSA UROLOGICA PARA LA MUJER" DR. AMERCE MATHERO TOR. UROLOGA

VIERNES
18:30 - CHARLA COLOquio: "MÚJER, TEATRO Y TÍTRES" PLAN AMOROS Y PAZO PANCIO TITRESEROS DE BINÉFAR

SÁBADO
10:00 - FESTIVAL COUNTRY BINÉFAR 77 STANDS COUNTRY (TODO EL DÍA)

DOMINGO
12:00 - VERNIS AJÓTICO
19:00 - BALE DE CLAUSURA CON "WUPO MIRADA"

6 de marzo, Binéfar
12:30h Plaza España

MANIFIESTO

PHOTOCALL

COMPARTIR

SIN MIEDO

LIBRES

Cruz Roja
Caritas
G
bncf
LITERA

El PSOE de Binéfar propone un plan plurianual de inversión y mantenimiento de calles, aceras y accesos

23.02.2026. Los socialistas binefareses consideran que, *“a la vista de las lluvias caídas en las últimas semanas y el estado deficiente y agravado en el que se encuentran numerosas calles del municipio”*, cabe formular un plan sostenido en el tiempo que mejore la situación. Por ello, el Grupo Municipal Socialista en el Ayuntamiento de Binéfar ha registrado una moción para su debate en el próximo pleno, en la que solicita, *“la aprobación de un plan municipal de inversión y mantenimiento de calles, aceras y accesos de carácter plurianual, con dotación económica estable y planificación técnica”*. Desde el PSOE señalan que en los últimos meses, especialmente tras los episodios de lluvias recientes, *“se ha agravado el estado de numerosas calles del municipio. Entre las zonas afectadas se encuentran Estrecho Pano, calle Arrabal, Mariano de Pano (desde el cuartel hasta Cruz Roja), calle Almacellas (esquina Fraga), calle Lérida y distintos puntos de la calle Zaragoza”*. Según los socialistas, la situación actual refleja actuaciones puntuales y reactivas, pero no una planificación



Imagen de la intersección, calle Almacellas con calle Fraga

estructurada ni una inversión consolidada en el tiempo. *“El mantenimiento del viario no puede depender de intervenciones aisladas. Es necesaria una planificación técnica, con criterios objetivos y presupuesto garantizado”*, señalan desde el Grupo Municipal del PSOE. La propuesta plantea elaborar un inventario actualizado del estado del viario, realizar una auditoría técnica del firme y acerado, establecer prioridades en función de seguridad y accesibilidad, aprobar un programa anual de intervenciones, implantar un

plan plurianual de renovación estructural y la creación de indicadores de seguimiento y rendición de cuentas. Además, el PSOE propone diferenciar presupuestariamente entre mantenimiento ordinario preventivo e inversión estructural, garantizando una dotación anual consolidada.

La moción también solicita una actuación urgente en los puntos con mayor deterioro, *“especialmente en entornos escolares, sanitarios y deportivos, así como en zonas de alta intensidad de tráfico”*. El plan incluye la eliminación de barreras arquitectónicas y la implantación de un sistema de mantenimiento preventivo con inspecciones técnicas periódicas y plazos máximos de respuesta ante incidencias graves. Finalmente, la iniciativa contempla que el equipo de Gobierno informe semestralmente al Pleno sobre el grado de ejecución del plan, incluyendo superficie renovada, incidencias resueltas y nivel de ejecución presupuestaria, así como la publicación del calendario de actuaciones en el portal municipal.

Trabajos de reparación en varias calzadas

23.02.2026. El Ayuntamiento de Binéfar, a través de la brigada municipal de Servicios, ha iniciado una operación de reparación de calzadas para subsanar los baches y las grietas. Los trabajos han comenzado en la calle Estrecho de Pano y se sucederán a lo largo de los días en otras vías públicas que presenten daños en el firme. Estos trabajos conllevarán desvíos de la circulación en el casco urbano por otras vías aledañas.



Las reparaciones ya pueden verse en algunos puntos del pueblo

Pobreza, franciscanos y homeopatía

El motivo de este titular es relacionar los franciscanos, que hacemos de nuestra bandera la pobreza, y la utilización principalmente entre los pobres de la homeopatía; una medicina alternativa muy económica porque trabajamos con productos naturales de nuestra Madre Tierra que no son patentables. A nivel humano podemos destacar a nuestra queridísima Madre Teresa de Calcuta que asistía a conferencias de homeopatía para curar a sus enfermos. La India es un país referente en homeopatía. En las favelas de Brasil o en países como Cuba, la homeopatía es la principal medida de curación y también en aquellos países donde no hay seguridad social pues; allí cuando caen enfermos tienen que usar métodos de curación baratos como la homeopatía.

A nivel animal, la homeopatía es un método de curación de elección en el mundo ecológico pues aparte de su bajo coste tiene la ventaja de que no generan residuos farmacológicos en sus carnes o leche. Cuando tratamos nuestros huertos, campos de cultivo o suelos su baja toxicidad lo hace ideal para comernos nuestros tomates. Cuando hablo con los vendedores de productos fitosanitarios sobre el coste por hectárea, me dicen que la agrohomeopatía no funciona. Pero señores, la agrohomeopatía también está presente en los países poco desarrollados económicamente pues no pueden pagar el coste de los insumos de las empresas de agroquímicos. Desde mi punto de vista ayudar a los pobres es contribuir a la paz.

Para finalizar, os propongo que recemos la oración que el Papa León XIV ha hecho para celebrar el "Año Jubilar Franciscano" del cual extraigo el siguiente fragmento "...intercede por nosotros para convertirnos en artesanos de paz..."

PAZ Y BIEN

Ramón Morancho Coscolla

Agricultor ecológico y veterinario

Abierto el XVI CERTAMEN POÉTICO "PIROPOS A LA VIRGEN DEL ROMERAL"

Organizado por la parroquia de San Pedro Apóstol, de Binéfar, con el patrocinio de la empresa JUSEGAL, ha quedado convocada una nueva edición del certamen poético. Podrán participar todas las personas que deseen piropear a la Virgen del Romeral con sus versos, excepto los ganadores en la categoría nacional de "Adultos" de las tres últimas ediciones. El plazo de admisión de las obras se cerrará a las 24 h. del miércoles 15 de abril de 2026. Se establecen tres categorías de premios: Nacional de Adultos, 300 €; Mejor Poeta Local, 150 € y flor natural; e Infantil, tres premios de 50 € cada uno de ellos. Las bases completas del certamen se encuentran en: www.parroquiabinéfar.org/revista-el-romeral.



**Reforestación
de
BEBÉS NACIDOS
2025**

28 DE MARZO

**PLANTACIÓN DE ÁRBOLES
POR LOS NACIMIENTOS DEL 2025**

— Un árbol por cada nuevo bebé —
¡Apúntate!

974 428 100
MAMBIENTE3@BINEFAR.ES

DIPUTACIÓN DE HUESCA **bnf ATUNTAMIENTO DE BINEFAR**

Actividad financiada en el 80% por la Diputación Provincial de Huesca

Premio gordo en Loterías El Sol: setecientos mil euros



Alba y Ana posan con el cartel anunciador del premio

02.02.2026. No se podía iniciar mejor el mes de febrero para un acertante del pleno al quince en la quiniela de fútbol: 703.238,62 euros para un señor o señora que selló un boleto de 6 euros en Lotería El Sol, de Binéfar. Este premio es uno de los más importantes en quinielas, primitivas, bonolotos o loterías varias que se recuerdan en la localidad. Las hermanas Beltrán –Alba y Ana– estaban de enhorabuena como propietarias de la administración; el agraciado, pueden imaginarlo. La familia Beltrán tiene experiencia en premios gordos, ya que en marzo de 2011 repartieron 449.000 € en un boleto de la Primitiva.

SI QUIERES SER DONANTE DE MÉDULA ÓSEA, INFÓRMATE EN:



**Banco de Sangre
y Tejidos de Aragón**
Tl. 876 764 300
bancosangrearon.org
bsta@aragon.es



FISIOTERAPIA

Adrián Rueda - Nº colegiado 1593



- Osteopatía estructural
- Valoración con ecógrafo
- Terapia manual
- Fisioterapia deportiva
- Ejercicio terapéutico
- Pilates/ espalda sana
- Vendaje neuromuscular
- Servicio a domicilio

CITA PREVIA

C/Mariano de Pano, 80 bajo | 22500 Binéfar (Huesca) | ☎ 604 911 569

¿Las deudas no te dejan vivir tranquilo?

Podemos ayudarte.

Con la Ley de Segunda Oportunidad puedes cancelar préstamos, tarjetas y embargos de forma legal.

Inicia una nueva vida sin deudas.

Consulta sin compromiso.

J. Mariano Rodellar • Abogado
C/ Tarragona n.º 3 • Binéfar (22500 • Huesca)
☎ 974 990 423 • 630 555 195



Alejandra Diosa: *"Nací con cinco meses, me daban tres horas de vida y aquí estoy"*

Una vida nueva, podría sonar a título literario o película de estreno. Pero es la realidad de innumerables personas en el mundo en que vivimos. No nos tenemos que ir muy lejos para observar de cerca el fenómeno de la migración. De hecho, en este país nuestro no es nuevo a ojos de nuestros abuelos o padres, que un día tuvieron que dejar sus casas de cuna para ir a buscar un futuro mejor para sus familias (dentro o fuera de nuestro propio país). Pero muchas veces, la memoria es leve como el viento invisible de un verano cualquiera. La historia de Alejandra es la de tantos en el fondo, más allá de las particularidades en la forma. Adaptación obligada, asunción de obstáculos, fortaleza de espíritu y aceptación cuando llega, si llega.

Podríamos comenzar por el detalle de tantos cambios como puedan imaginar; pero el tiempo, por popular, todos lo imaginamos con celeridad. La temperatura promedio en Cali (Colombia) es de 24 ° C; en Huesca y provincia suma 14 ° C. Alejandra Diosa llegaba a España un 3 de diciembre de 2020. Lo hacía con su hijo y su marido, un binefarense de mundo y obras como ingeniero que es. Una vida nueva se abría ese día; seis años más tarde, el tiempo ha jugado a su favor, también la lengua y la cultura compartida y el esfuerzo, principalmente. Pero aquellos prime-



Alejandra posa en su nuevo establecimiento de Plaza España

ros años no fueron nada sencillos: **"Al principio es duro. Pero uno entiende que forma parte de ese proceso de adaptación. Tienes que ser fuerte de carácter y espíritu"**, nos cuenta Alejandra, en la tranquilidad de su nuevo establecimiento de Plaza España. Ella es odontóloga de carrera, pero siempre está dispuesta para lidiar con toda labor necesaria para dignificar el alma y el bolsillo, por orden y por igual: que toca camarera, lo ha hecho; dispensaría en una gasolin-

ra, igual; peón de carretera en obras, sin problemas. Todo aquí, por la natural asunción de esa "vida nueva" que acometió, afronta y no desdeña, más bien al contrario.. **"Mi familia está en Colombia, por ahí estoy sola. Cada año viajo a verlos por espacio de un mes, más o menos y hasta la siguiente"**. Entiende que su vida está aquí y no piensa, menos ahora con los proyectos que maneja, en volver. **"Yo soy española, tengo doble nacionalidad y me siento de aquí"**.

Motivos y razones cada cual tiene las suyas para salir de su tierra en busca de horizontes no pocas veces inflamados, en origen, de prosperidades y fortunas que después resultan fallidas. En el caso de Alejandra, el traslado familiar se hacía necesario por cuestiones laborales. Su hijo, con 11 años entonces, llegaba mediado el curso a Binéfar. Dificultades añadidas, aunque para él, más allá de un inicio complicado a nivel social en el aula, este mundo era otro muy mejorado: **"Él aquí tiene la libertad y la seguridad que allí no tenía. En Cali no podía salir a un parque ni siquiera con nosotros, ya no te digo solo. Allí por robarle unas zapatillas o el móvil, lo pueden apuñalar y matar. El cambio fue total"**. Variantes que acunan una adaptación que, día a día, crece no sin menoscabos de ánimo: **"No soy mujer de muchas amistades. Pocas y buenas. Después interactué con todo el mundo y me llevo con todos"**. Alejandra no elude su realidad, y si lo hiciera se lo recordaría la vida que le rodea: **"Mis rasgos son**

evidentes y está claro que vengo de donde vengo. A partir de ahí, cada uno que obre como crea que debe hacerlo".

Setenta y dos meses después de su llegada a Binéfar, Alejandra vive un momento profesional buscado. Su establecimiento de estética-manicura latina, ubicado en Plaza España –Aldive-, es un logro cocido a fuego lento: **"Llevo seis meses desde que abrí y estoy muy contenta. El sitio es ideal y el espacio distinto y acogedor. Trabajo con agenda de lunes a domingo y no me puedo quejar de como están yendo las cosas"**. Antes de decidir por esta vía profesional, él as en la manga que ella siempre comenta, realizó un máster en higiene bucodental para intentar iniciarse en su profesión de carrera, mientras espera la convalidación de su título que no tiene fecha en el calendario. Pero ese as cabía utilizarlo y bien que lo ha hecho. **"En Colombia pensamos que siempre hay que contar con otra profesión además de la referencial."**

La mía, ya en mi país y también en Panamá donde estuve unos años, era la manicura. Me formé, trabajé y acabé teniendo un despacho en Cali. Ahora en España, no ha salido la odontología por el momento, y me he inclinado por una de las cosas que más me gusta hacer que es la estética de las manos. No ha sido fácil llegar hasta aquí, pero ha merecido la pena". Una vez en el lugar pretendido y con la estabilidad del tiempo abonado, ahora es cuestión de afianzar la tarea de adaptación y aceptación a una vida nueva: **"Tengo metas, propósitos a corto, medio y largo plazo. Soy fuerte, nací con cinco meses, me daban tres horas de vida y aquí estoy. Mi hogar era muy humilde y todo eso te da una fortaleza especial para momentos complicados"**. Uno diría que la ha necesitado y utilizado, como tantos que vienen a emprender un nuevo camino de vida que dignifique sus días, aunque algunos aquí no lo entiendan y no lo asuman y no lo acepten como realidades que un día fueron a la inversa ■

Abiertos a su imaginación



GRUPO GRACIA

info@grupogracia.es - 974 415 919



LETRAS CORPÓREAS - ROTULACIÓN - PINTURA INDUSTRIAL

8M BINÉFAR

DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

6 de marzo

Cuentacuentos para escolares
Lugar: Teatro municipal
Horario de mañana

Room escape escolar
Lugar: Centro Cultural y Juvenil
Horario de mañana

6 de marzo

Teatro Indigesto
Lugar: Teatro municipal
Hora: 20:30 h

6 de marzo

Cuentacuentos
Lugar: Biblioteca municipal
Hora: 17:00 h



7 de marzo

Lugar: Salón de actos del Ayuntamiento
Hora: 19:00 h



“Mujeres de Binéfar”

Moderadora M^a Jesús Lamora. Participan:

- Concha Silván
- Maribel Clemente
- M^a Carmen Pérez
- Pilar Amorós

Astrid Tobeña Fazakas, segundo premio en el Certamen Nacional de Jota "Ciudad de Huesca"

Con tan solo 8 años, Astrid Tobeña conseguía el segundo premio (benjamin) en el certamen más importante de jota en Aragón, junto al de Zaragoza. Canta desde los 4 años y lo hace en la Escuela Municipal de Folclore de Binéfar, con su profesora de referencia María Antonia Fernández. Astrid confiesa que la jota le gusta, y no poco, porque desde siempre la ha escuchado en casa de la mano de su abuelo y de su padre. Es decir, que la base ha resultado un estímulo para la pequeña a la hora de sortear la semifinal con éxito, meterse en la final con todo mérito y ser la segunda mejor voz en este año 2026. Sus virtudes son evidentes a la primera escucha. Su voz es un torrente natural, claro y emocionado. Y así lo plasmó en la jota "Mi corazón no es de acero". Su profesora da fe del potencial de la niña: "Lo mejor de Astrid es su voz, el recorrido que tiene y, sobre todo, que quiere aprender. Sobre el concurso, ella quiso ir, trabajamos muy bien su participación y no podemos estar más contentos del resultado", nos cuenta María Antonia.



Astrid posa con su premio



BUSCAMOS PERSONAL PARA ATENCIÓN AL CLIENTE

En nuestros establecimientos de Binéfar y Monzón

REQUISITOS:

- Persona responsable, activa y con buena actitud
- Ganas de aprender y trabajar en equipo
- Carnet de conducir B
- Se valorarán conocimientos o experiencia en el sector de la ferretería o similares
- Disponibilidad inmediata (valorable)

¡Únete a nosotros!

Envía tu cv: comercialsalamero@qfplus.com

Binéfar

Tlf. 974 429411
Crt. Almacellas, 101

Monzón

Tlf. 974 403520
Pol. Paules
C/ Valle del Cinca P.61B

Sariñena

Tlf. 974 265035
Avda. Huesca, 27

Escanea el QR y visita nuestra tienda online

OPTIMUS
FERRETERÍAS DE CONFIANZA Y PROXIMIDAD



Triple carnaval para todas las edades

14.02.2026. Sábado carnavalesco desde primera hora de la tarde con tres fiestas, según edades; la de adultos, encargada de cerrar la jornada, se alargaba hasta bien entrada la madrugada del domingo. Para empezar, la nave izquierda del recinto ferial se quedaba pequeña con la celebración del carnaval infantil que contó con la presencia numerosa de niños y familias, todos disfrazados, para participar en una fiesta con animación musical, reparto de chocolate con churros, juegos, talleres de pintacaras o globoflexia. Por allí aparecían personajes de ficción, superhéroes o reconocidas estampas de cuentos y películas.

A pocos metros de esta celebración, el Centro Juvenil y Cultural acogía el carnaval para edades comprendidas entre los 12 y los 16 años con juegos de habilidades y también merienda con magdalenas y refrescos. Las ninjas o esquiadoras, los concursantes del televisivo "Juego del Calamar", fichas de Lego, vaqueros o dinosaurios, entre otros, fueron algunos de los disfraces.

Finalmente, llegaba la fiesta para adultos, a medianoche y en el recinto ferial. Numerosos disfraces, llenos de creatividad, poblaron una madrugada con animación y música a cargo de cuatro dj's: Sean Cor-

tex, Dj Rosé, Dj Pino\$ y Beltrucyas. Dentro del concurso de disfraces, los premios y sus categorías reconocían a los tres mejores disfraces colectivos, a los dos mejores individuales y dos premios especiales para los mayores de 45 años. Las tres fiestas fueron organizadas por la concejalía de Cultura y de Juventud. La edil Beatriz de Pano señalaba que pese a la adversa climatología, *"la gente ha salido y se ha animado. Ciertamente es que nuestro carnaval se celebra a cubierto, en espacios municipales cerrados y por ello hay una gran participación desde los más pequeñitos a los jóvenes o adultos. Ha sido una gran jornada de carnaval"*.



Originalidad y mucho empeño en pequeños y grandes



BINÉFAR

bnf
AYUNTAMIENTO
DE BINÉFAR

MARZO CULTURAL

CONFERENCIA
Universidad de la Experiencia
Sede de BINÉFAR



LOS MÚLTIPLES DETERMINANTES DE NUESTRA SALUD
Rodrigo Córdoba García
Investigador de la Universidad de la Experiencia

3 marzo 17.00 C. CULTURAL Y JUVENIL

bnf AYUNTAMIENTO DE BINÉFAR

Martes 3.

CONFERENCIA

"Los múltiples determinantes de nuestra salud" por Rodrigo Córdoba García. Sala de Conferencias del Centro Cultural a las 17 h. Universidad de la Experiencia en Binéfar.

Domingo 8. TEATRO

Teatro Silfo presenta **"Chatungla, una jungla de chatarra"** dentro del ciclo Menudo Teatro, 18 h en el Teatro Municipal "Los Titiriteros de Binéfar".

Edad recomendada: a partir de 3 años.
Entrada: 2 €. <https://entradas.codetickets.com/entradas/ayuntamientobinefar>

TEATRO SILFO
presenta
CHATUNGLA
una Jungla de chatarra



Domingo, 8 de marzo
Teatro Municipal "Los Titiriteros" Binéfar
18:00 h
Entrada: 2 €
Menudo Teatro

"CUENTOS DIVERSOS CON MUCHO RITMO"



LUNES, 16 DE MARZO
17:30 HORAS
Biblioteca Municipal "José A. Adell"

bnf AYUNTAMIENTO DE BINÉFAR

Lunes 16.

CUENTACUENTOS

"Cuentos diversos con mucho ritmo" por los cuentos musicales de Noemí. Biblioteca Municipal "José Antonio Adell" de Binéfar a las 17:30 h.

Domingo 22. MÚSICA

"Aragón, tierra de Cultura" del Gobierno de Aragón, concierto ofrecido por el Conservatorio Superior de Música de Aragón. Teatro Municipal "Los Titiriteros de Binéfar".

Entrada gratuita: <https://entradas.codetickets.com/entradas/ayuntamientobinefar>

ARAGON
TIERRA DE CULTURA



22 MARZO 18 h BINÉFAR
Teatro Municipal "Los Titiriteros de Binéfar"

Orquesta Aragonia
Concierto

TALLERES MARZO

HORARIO: 17:00 H INFORMACIÓN EN EL CENTRO JOVEN DE 16 A 20 H.



DÍA 7

TALLER DE
MANUALIDAD

DÍA 14

TALLER
INICIACIÓN
AL JUDO



DÍA 21

ROOM
ESCAPE
17:30 H

DÍA 28

TALLER DE
GALLETAS
DECORADAS



Santa Águeda; tradición a pesar del tiempo



05.02.2026. La celebración de Santa Águeda reunía en la sala de exposiciones del Ayuntamiento de Binéfar a numerosas vecinas, y también algún vecino, para tomarse un vaso de chocolate caliente con coca y bizcocho. La lluvia caída durante toda la mañana no desanimó la fiesta, y la concejalía de Actos Populares y Festejos, organizadora del evento, junto con la Asociación de Amas de Casa, decidía cambiar de escenario; en

lugar del espacio habitual de plaza España, junto a la hoguera, se trasladó el acto a la sala expositiva municipal, a escasos metros de la misma plaza. La hoguera, no obstante, prendía durante toda la mañana como símbolo de una festividad como Santa Águeda, muy arraigada en Binéfar. La jornada se iniciaba con una misa en la iglesia San Pedro Apóstol, a la que asistía la alcaldesa Patricia Rivera. Tras la eucaristía, chocolatada y comida

popular en el recinto ferial de La Algodonera con sorteo de regalos. Ya entrada la tarde, la fiesta continuó con la actuación del mago Óscar y la música del Dj Manu Sessions, con entrada libre. Desde la Asociación de Amas de Casa agradecen a todas las socias su participación en una jornada como la del pasado 5 de febrero; igualmente, al Consistorio binefarenses por su apoyo en la organización de todos los actos.

CLINICA CHELA IMPLANTOLOGIA

DIGITAL DENTAL CLINICS

1A VISITA Y ESTUDIO GRATIS

Implantes y dientes
fijos en **1 DÍA**

Ortodoncia invisible

Carillas dentales



11 MARZO 2026/19:10

BINÉFAR 974 56 88 88

MONZÓN 974 56 55 55

BARBASTRO 974 56 49 99



Misa, reparto de chocolate y torta, comida popular y una tarde de magia para redondear una gran jornada



Combinados

Llévate
**DOS GAFAS,
PAGA UNA**

Dos maneras
de ser tú

OPTICALIA BUIL

Plaza España, 7 - 974 430 845 - BINÉFAR
Avda. del Pilar, 4 - 974 402 260 - MONZÓN

PERSONAS: Historias cotidianas

M^a Jesús Lamora

Mama Coulibaly, sinónimo de tesón

Hace pocos días le dije a Mama que me enviara alguna fotografía para incluir en este artículo. Podía ser una practicando judo, o con bata de futura médica, o paseando, o sentada en un sofá, o como ella quisiera. Al recibirla, pensé que aquella preadolescente que yo había conocido cuando le di clase (y a la que he ido viendo a través de un club de lectura o en noticias de triunfos deportivos), definitivamente había cambiado. Y mucho. Me emocionó verla así, sobre todo porque había elegido una foto en la que aparece con un atuendo que la identifica y de la que se siente orgullosa. Y eso la honra.

Nació el 28 de febrero de 2006 (recién cumplidos los veinte) en el Hospital de Barbastro, en un invierno que aún guardaba el frío en las aceras, como si el mundo quisiera recordarle desde el principio que crecer también es aprender a resistir. Es la mediana de tres hermanas, ese lugar discreto donde una aprende a observar antes de hablar, a hacerse fuerte sin hacer ruido. Sus primeros re-

cuerdos viven en la Plaza de España de Binéfar, en las tardes largas donde el sol caía despacio sobre el suelo y el tiempo parecía no tener prisa. Allí aprendió que la felicidad era algo pequeño y perfecto: correr hasta quedarse sin aliento, reír sin motivo, existir sin miedo al mañana.

De sus cursos como estudiante en el pueblo recuerda el colegio Víctor Mendoza, donde comenzaron a tomar forma sus primeros descubrimientos. No siempre encajaba en la supuesta quietud de las aulas. Su carácter intenso y su energía la empujaban constantemente hacia emociones difíciles de gestionar. Pero hubo quienes supieron mirar más allá. Caridad, Rita, María Jesús y Juanjo especialmente. Nombres de profesores que no solo enseñaron lecciones, sino que sembraron confianza, me dice. Y sí, creyeron, creímos, en ella. Fuimos testigos de una voluntad que aún no sabía nombrarse, pero que ya estaba allí. A su lado, las amigas de la infancia se convirtieron en un refugio intacto, un vínculo que el tiempo no ha logrado desdibujar, como esas raíces invisibles que sostienen incluso cuando el viento cambia de dirección.

El judo llegó en tercero de Primaria, gracias a su padre, que fue quien la apuntó, casi como una respuesta a todo aquello que



Mama Coulibaly

no cabía dentro de un pupitre. Lo que empezó como una forma de canalizar su inquietud, se transformó en un camino. **“El judo es mi pasión y mi disciplina de vida”**. En el tatami descubrió una verdad que solo el cuerpo entiende: caer es inevitable, levantarse es una decisión. Bajo la guía de Antonio Clager, Raúl Clemente y Juan Mediavilla, y junto a compañeros que se convirtieron en familia, aprendió que la disciplina no es castigo, sino libertad. Que el esfuerzo silencioso es el que construye las victorias que nadie ve. Ha sido dos veces campeona

de España, pero las medallas nunca han constituido lo único importante. Hubo también sombras. Lesiones que detuvieron el tiempo y una batalla interior que no se veía desde fuera. **“El dolor es parte del crecimiento y fallar es solamente el prelude de volver a intentarlo”**. Eso le enseñó el peso de la fragilidad, pero también el valor inmenso de seguir. Fue entonces cuando la carrera de Medicina dejó de ser una idea lejana y se convirtió en una promesa. Tras vivir en su propio cuerpo la precisión casi milagrosa



de la neurocirugía, comprendió que quería dedicar su vida a sostener a otros en sus momentos más vulnerables. No desde la distancia, sino desde la comprensión. ***“Espero ser una médica que cure con ciencia y con alma, devolviendo al mundo la oportunidad de vida que a mí me dieron”.***

Hoy, su vida transcurre entre aulas de universidad (estudia actualmente 2º de Medicina en Zaragoza), entrenamientos y responsabilidades. Días que empiezan temprano y terminan tarde, donde cada hora cuenta y el descanso es un lujo escaso. A los jóvenes como ella les dice: ***“El mundo no se acaba cuando tú crees que termina; el mundo sigue y solo quedan dos opciones: adaptarse o rendirse. Venir de una familia diferente o vivir un choque cultural no es excusa para detenerse, sino el motor perfecto para demostrarle a todos ese poder increíble que llevamos dentro. Que tu diferencia sea tu mayor orgullo y el combustible para ser mejor cada día”.*** No sé si en el fondo sigue habiendo algo de aquella niña que corría por la plaza al caer la tarde. Lo que sí está claro es que ella, en cada paso, en cada caída y en cada levantarse ya estaba aprendiendo entonces a convertirse en quien hoy es. Y eso también la honra.

AMAZONIA CLÍNICA VETERINARIA

***¡Cuida a tus
compañeros
de toda la vida!***

***Nuestros amigos peludos
también envejecen y es
importante asegurar que
su salud esté en las
mejores manos.***



Plan Geriátrico para PERROS y GATOS:

- Consulta + Analítica Sanguínea
- Consulta + Analítica Sanguínea + Radiografías

Con este plan detectamos cualquier cambio en su organismo para tratarlos a tiempo. ¡Ellos te lo agradecerán con más años de cariño y vitalidad!

Pide tu cita hoy mismo y dale
a tu mascota el cuidado que merece



Baja San Pedro, 18
974 56 24 79 - BINÉFAR



Lápices que construyen futuro

El alumnado de 2º de ESO del colegio Virgen del Romeral ha impulsado una campaña solidaria de recogida de material escolar en el marco de un proyecto de Aprendizaje-Servicio (APS) desarrollado durante este curso. La iniciativa ha contado con la participación de toda la comunidad educativa, que se ha sumado mediante la donación de cuadernos, mochilas y diverso material escolar destinado a familias del municipio en situación de necesidad. La campaña se llevó a cabo a lo largo del pasado mes de enero y culminó con la visita del alumnado a la sede de Cáritas, donde hicieron entrega del material recogido. Allí fueron recibidos por la junta directiva de la organización, que les explicó la labor que Cáritas realiza en el pueblo y la importancia de su trabajo como apoyo a las personas más vulnerables. ***“Este APS ha permitido al alumnado unir el aprendizaje académico con una acción solidaria real, fomentando valores como la empatía, la responsabilidad y el compromiso social. Una experiencia que refuerza la educación en valores y acerca a los más jóvenes a la realidad social de su entorno más cercano”***, señalan fuentes del colegio Virgen del Romeral.



Alumnos y voluntarias de Cáritas

Con la actual tecnología de baterías, la energía te puede salir gratis

En la conversación energética se habla mucho de autoconsumo, pero en el mundo industrial la pregunta clave suele ser otra: ¿cómo reduzco mi coste total de electricidad sin depender de parar producción o cambiar procesos? Ahí es donde las baterías han pasado de “tecnología prometedora” a herramienta práctica de gestión. Funcionan con fotovoltaica o sin ella, y su valor no es solo almacenar: es decidir cuándo comprar energía y cuándo la usas, para recortar tanto la parte variable (kWh) como la parte fija (potencia) de la factura.

En una planta, un almacén logístico, un hotel, una industria alimentaria o una nave con frío industrial, el consumo no siempre se puede mover a voluntad: hay turnos, puntas de arranque, compresores, hornos, líneas, bombas, carretillas, climatización... La batería aporta algo muy industrial: estabilidad. Actúa como “amortiguador” entre lo que demanda la instalación y lo que conviene comprar a la red en cada momento. Y si además hay fotovoltaica, multiplica el aprovechamiento: lo que se genera cuando el sol aprieta no se desperdicia ni se “malvende” energéticamente; se guarda para cuando el negocio realmente lo necesita.

En muchos proyectos, se plantea un plazo de amortización de 4 a 6 años gracias a la combinación de cuatro estrategias que, bien configuradas, se suman entre sí: 1) Disminución de la potencia contratada. En industria, la potencia es un coste fijo que puede pesar mucho. Si la batería cubre picos puntuales (por ejemplo, coincidencias de máquinas, arranques o momentos de máxima actividad), la empresa puede contratar menos potencia sin perder capacidad operativa. La clave es dimensionar para esos instantes críticos, no para “todo el día”. 2) Desplazamiento del consumo de las horas caras a las baratas. Aquí la batería permite



Batería e inversor

que la energía de red se compre cuando el precio es bajo y se utilice cuando el precio sube. En un entorno con precios por franjas o contratos indexados, esta táctica convierte el consumo en algo más estratégico: produzco igual, pero pago menos por cada kWh. 3) Peak Saving (reducción de picos / peak shaving). No siempre se trata de mover consumo; a veces el problema es el “diente de sierra” de la demanda. La batería entrega potencia durante picos breves para recortar máximos. Esto ayuda a suavizar la curva de carga, reducir penalizaciones o condiciones desfavorables del contrato, y, de nuevo, apoyar la reducción de potencia contratada. 4) Compra de energía en mercado barato y consumo en caro (arbitraje). Es la lógica más directa: cargas cuando el mercado está muy barato y descargas cuando está muy caro. En industria, donde cada céntimo por kWh se multiplica por miles, el arbitraje bien controlado puede ser especialmente relevante.

Lo importante es entender que una batería industrial no es “una pila

grande”: es un sistema (batería + inversor + control) que toma decisiones con reglas claras: límites de potencia, horarios, precios, prioridades de producción, y, si existe fotovoltaica, cuándo guardar excedentes y cuándo apoyar consumos. En doméstico también tiene sentido por confort y por ahorro, pero en industria la batería juega en primera división: porque el impacto es mayor, porque el consumo es más constante y porque cada mejora en la curva de carga se traduce en euros reales. La energía no se vuelve literalmente gratis, pero con la tecnología actual puede acercarse a ser “casi gratis” en los tramos donde más duele, que es exactamente donde una empresa necesita ganar competitividad.

En alumbra energía somos expertos en el dimensionamiento de baterías para nuestras industrias como en sistemas de acumulación para viviendas, como nuestros sistemas conecta 0, 8 y 12 incluso para pisos, sin paneles.

David Cañete

Director de Alumbra Renovables

DA
TOS

FEBRERO

ESTACIÓN METEOROLÓGICA DE LA MELUSA | Tamarite de Litera

MÁXIMAS | MÍNIMAS | PRECIPITACIONES l/m²

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
14,1	14,4	13,1	12,1	13,1	15,7	13,5	14,2	14,3	17,3	17,4	16,4	9,6	15,1	14,5
2,9	2,9	0,2	2,3	3,5	4,2	0,6	4,5	2,1	8,0	9,1	7,5	4,3	6,9	3,3
1,0	6,8	0,2	1,0	10,4	5,2	2,0	-	7,2	-	12,4	3,0	9,2	-	-

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
17,3	18,1	17,2	13,6	16,2	15,8	18,1	19,0	21,3	22,2	20,0	20,5	20,8
7,7	7,7	2,0	6,4	3,5	-1,2	-0,6	0,3	1,7	1,5	0,6	1,1	1,8
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

PLUVIO-
METROACUMULADO 2026
l/m²

Tamarite (La Melusa): - **140,7** (306,2)
 San Esteban de Litera: - **150,7** (318,7)
 Esplús (Monte Julia): - **132,8** (254,3)

l/m²: 2025máxi míni
mas y mas
2026

13 de enero | **22,2 °C**
 La Melusa - Tamarite de Litera

7 de enero | **-6,5°C**
 La Melusa (Tamarite de Litera)

Rachas
de viento
2026



Monte Julia (Esplús)

17 de febrero | **22,78** m/s
 14:38 h



ATH

 Riegos

BINÉFAR

Pol. ind. El Sosal - C/ Cobalto, 5
 974 42 79 58

SOSES

Av. de Catalunya, 43
 676 99 41 94

athriegos@athriegos.com

athriegos.com



**Automatismos,
técnicas hidráulicas y riegos**

Presidente de la Comunidad de Regantes del Canal de Aragón y Cataluña

José Luis Pérez: *“Vamos a seguir con un control estricto en los suministros”*

Las abundantes y continuadas lluvias de este inicio de año no suponen motivo alguno de relajación a la hora de gestionar, con la máxima eficacia, el agua y suministro de la misma a los regantes. Las palabras de José Luis Pérez dejan un aire de prudencia, rigor

y nuevas tecnologías. Las mismas que se van a implementar en la digitalización de algunas tomas del canal para un mejor servicio, menor gasto y mayor eficiencia –más economía-. Un proyecto que viene financiado por fondos europeos con 7 millones de euros. Inversión

necesaria como lo es, en opinión del presidente de la Comunidad de Regantes del Canal de Aragón y Cataluña, la que requiere el propio canal en conservación y renovación de determinados tramos condicionados por los 130 años de historia de la infraestructura.



José Luis Pérez prevé una buena campaña de riego 2026

José Luis Pérez no recuerda un inicio de año como el que hemos vivido este 2026. Las lluvias mantenidas en el tiempo y con suma final de doscientos litros de media en la zona, no están al alcance de su memoria: ***“Un un enero tan lluvioso y con tantas aportaciones al sistema no lo he conocido nunca. Este 2026 continua el ciclo húmedo que iniciamos en 2025, pero no tenemos que***

olvidarnos que después de un ciclo húmedo llegará otro seco. Ahora estamos guardando agua, toda la que podemos, porque tarde o temprano llegará el ciclo seco y nos estamos preparando para ello”, nos cuenta el presidente de la Comunidad de Regantes del Canal de Aragón y Cataluña, y añade: ***“Tenemos que actuar de manera plurianual en nuestros embalses, hay que dosificar el riego***

en los años de abundancia con agua suficiente, pero no abundante. En los periodos húmedos guardamos agua con controles estrictos en los suministros por parte de la comunidad de regantes para cuando no la haya”. Pérez ahonda en el desembalse de los grandes pantanos y en la necesidad de guardar agua en las zonas regables: ***“Es necesario en este país, y el cambio climático nos lo va***

a exigir, que abordemos un plan nacional de almacenamiento del agua, ya no es la regulación de los ríos, sino el almacenamiento en zonas regables como es el caso de San Salvador”.

Otra cuenta pendiente son las infraestructuras. El Canal de Aragón y Cataluña tiene ya 130 años y eso implica una renovación necesaria en muchos de sus tramos: **“Instamos a la propia Confederación Hidrográfica del Ebro y al Ministerio a queacentúen las labores de conservación, con más inversiones, y la remodelación de algunas partes del canal. El tema del acopio de agua lo damos casi por solucionado, pero el problema viene por la seguridad en el suministro, ahí es donde está el riesgo y el gran problema”.** En el marco de las mejoras que ya se están acometiendo para una mejor eficiencia en el servicio, las nuevas tecnologías juegan un papel fundamental; renovarse o morir. **“Están para que**

las usemos y el que no lo haga se quedará atrás”. José Luis Pérez es tajante a la hora de hablar de la digitalización como herramienta para dar un mejor servicio al regante. Reconoce que gracias a los fondos europeos se han consignado 7 millones de euros para favorecer un correcto uso del agua, sin pérdidas, y con la inmediatez en favor del agricultor.

Las renovaciones también llegan a la sede de la propia Comunidad de Regantes, sita en Binéfar. Desde su construcción, en los años 50, se ha intervenido en servicios como oficinas y salones de reuniones quedando pendiente la puesta al día del salón principal de actos y asambleas: **“Había llegado el momento de actualizarla con nueva iluminación, nuevos medios audiovisuales o con el cambio de butacas. Con esto damos por completada la puesta al día de nuestra sede”.** Pérez habla de un nuevo salón que debe abrirse para acoger actos varios; una prueba tam-

bién de la apertura y cercanía de la propia Comunidad a la ciudadanía.

Finalmente, una fecha señalada para los regantes es la celebración de la jornada anual de la Comunidad, que volverá a celebrarse en Fraga, el próximo 29 de abril: **“Reuniremos a unos 500 regantes, a las máximas autoridades de Aragón y Cataluña y grandes empresas vinculadas al sector. Este año el tema central será la apertura de mercados con Mercosur”**, avanza José Luis Pérez, desvelando que la ponencia principal está reservada para una importante autoridad procedente de Bruselas. **“Es un tema importante para nuestra zona. Hoy en día el 70 % de lo que se produce aquí se va al exterior, y en consecuencia somos sensibles a mercados exteriores, pero con las salvaguardas necesarias para que el tiro no nos salga al revés”**, concluye el presidente de la Comunidad de Regantes del Canal de Aragón y Cataluña ■



ASAJA HUESCA Te escucha
Te entiende
Te ayuda

Solicitudes PAC · Alegaciones PAC
Servicios Asesoramiento Agropecuario · Formación
Cuadernos de Campo · Declaración Estiércoles y Purines
Gestión Ayudas Incorporación y Modernización
Asesoría Laboral y Nóminas · Fiscal · Correduría Seguros

Infórmate de todo en nuestra web: **www.asajahuesca.es**

Barbastro Fernando el Católico, 16 974 313 242	Zaragoza Cervantes, 42-44 976 229 611	Huesca Pz López Allué, 3 974 240 061	Fraga Santa Catalina, 1 974 474 321	Sariñena C/Pío XII nº 30 (Local 15) 974 313 242	Tamarite de Litera Av. San Vicente Paul, 39 697 845 893
---	--	---	--	--	--



Imágenes de Feijóo en las instalaciones de Fribin y Lonja de Binéfar



Alberto Núñez Feijóo visitó Fribin y la Lonja

04.02.2026. El presidente del Partido Popular (PP) aprovechó los últimos días de campaña en el marco de las elecciones a las Cortes de Aragón, para visitar Binéfar y dos de los espacios más conocidos de la localidad fuera de la misma: Fribin y la Lonja. Marcas locales, dentro del sector primario y empresarial, a nivel nacional.

La primera parada fue la industria cárnica binefarensa. Acompañaban a Feijóo, la alcaldesa de Binéfar, Patricia Rivera, la candidata del PP por Huesca a las Cortes de Aragón, Carmen Susín y el presidente de la Diputación Provincial, Isaac Claver, entre otras autoridades. A las puertas de la empresa, espera-

ba la presidenta ejecutiva, Cristina Gallart, junto a Ramón Marco, consejero de Fribin Foods. Una visita a las instalaciones, reunión con los máximos responsables de la empresa y declaraciones desde el mismo establecimiento comercial de la industria alimentaria. Todo ello, en una atmósfera de interés por ambas partes a la hora de, unos mostrar lo logrado y verbalizar inquietudes propias del sector; y el político nacional anotar esas cuestiones que desde las zonas rurales pueden perjudicar la acción empresarial de una de las compañías más importantes de Aragón.

Previo a la sesión de Lonja de Binéfar, habitual de todos

los miércoles-tarde, Feijóo compartió comida con la junta de la institución referenciada por su vicepresidente, Alberto Gracia. Posterior al almuerzo, comenzaba la sesión con la mesa de vacuno como estandarte principal de la Lonja binefarensa. El presidente del PP participó, en la misma mesa, como oyente, anotando y analizando las distintas posturas que se daban a la hora de fijar los precios de referencia del vacuno a nivel nacional. Tras la lonja, Feijóo recibió un presente; reproducción en miniatura de las vacas que dan la bienvenida a las puertas de la Lonja. Fue la escena final, en medio de decenas de saludos y fotos, que vivió Feijóo en Binéfar.

- ▲ Asesoramiento técnico
- ▲ Elaboración de documentación agrícola
- ▲ Venta y aplicación de fertilizantes, fitosanitarios y biológicos
- ▲ Gestión de cosechas
- ▲ Arrendamiento de tierras
- ▲ Agricultura 4.0
- ▲ Siembras, laboreo, poceteo en maíz, sondas de humedad...

FERTI PLAN

Impulsando tu tierra



  fertiplan.net

974 425 385 · Ctra. Vencillón A1241, km. 2,5 Vencillón · 22549 Huesca

Patricia Aymá, de origen calasancio, se hace con el Premio Princesa de Girona "CreaEmpresa 2026"



Patricia, en el momento de recoger su premio en Huesca

25.02.2026. La empresaria de origen literano -su padre es de Calasanz y su familia vive actualmente en la localidad "cañuta"- era distinguida con el Premio Princesa "CreaEmpresa 2026". Patricia Aymá es cofundadora, presidenta y CTO de Benviro, empresa pionera en el desarrollo de bioplásticos biodegradables a partir de residuos orgánicos mediante procesos biotecnológicos. El nombre de la ganadora se anunciaba a lo largo del acto central del "Tour del talento" que se celebraba en Huesca hasta el 27 de febrero. S.M. la Reina Doña Leticia presidía el evento, acompañada de Jordi Hereu Boher, ministro de Industria y Turismo, entre otras autoridades y patronos de la entidad.

El jurado de expertos reconocía la trayectoria de Patricia Aymá por "atreverse a abordar un problema de impacto global y encarnar la innovación con propósito. Por su liderazgo para usar la ciencia para rediseñar los materiales del futuro y su entusiasmo para acercar la biotecnología a la sociedad y fomentar vocaciones STEAM

a las futuras generaciones. Además de por haber logrado transformar una visión científica en una realidad industrial escalable, demostrando que la transición hacia materiales biodegradables no es solo un imperativo ético, sino un modelo de negocio viable y disruptivo". La premiada, presente en el acto, agradecía el galardón visiblemente emocionada: ***"Detrás de este proyecto hay mucho esfuerzo y un gran sueño: dar respuesta a un problema que nos afecta a todos, el impacto de los microplásticos. Tenemos una alternativa, nos están escuchando y estamos empezando a cambiar el mundo desde España. Lo hacemos con valores muy claros: disciplina, sacrificio, trabajo bien hecho y, sobre todo, siendo buenas personas. Con Noelia y Jordi, mis socios, cada paso que damos parte de una misma pregunta: ¿cómo podemos ser mejores personas, pase lo que pase?. Queremos representar a la Fundación con liderazgo, apoyando a las mujeres y defendiendo la ciencia. La vida son emociones. Y hoy sentimos emoción, responsabilidad y compromiso"***.

Patricia Aymà Maldonado es biotecnóloga y emprendedora científica comprometida con transformar los grandes retos ambientales en soluciones industriales reales. Su trayectoria combina ciencia, propósito y liderazgo, con un enfoque claro en la sostenibilidad y la innovación con impacto. Se formó en Biotecnología en la Universidad Autónoma de Barcelona y cursó un máster en Ingeniería Ambiental en la Universidad de Barcelona. Su vínculo con las bacterias empezó de forma inesperada: durante su infancia sufrió repetidas infecciones respiratorias, pero años después descubriría el potencial fascinante de estos microorganismos. Es cofundadora, presidenta y CTO de Benviro, empresa pionera en el desarrollo de bioplásticos biodegradables a partir de residuos orgánicos mediante procesos biotecnológicos. Bajo su liderazgo tecnológico, la compañía ha logrado escalar desde el laboratorio hasta la producción industrial, operando ya con una planta en Murcia y colaborando con más de 20 grandes empresas que prueban aplicaciones de sus materiales en sectores como la alimentación, la cosmética o el packaging. Su modelo circular transforma subproductos industriales en nuevos materiales sin generar microplásticos. Patricia ha impulsado un modelo empresarial que demuestra que la sostenibilidad puede ser técnicamente robusta y económicamente viable. Lidera un equipo multidisciplinar de más de 30 personas y trabaja activamente para acercar la biotecnología a la sociedad, fomentar vocaciones STEM — especialmente entre chicas jóvenes — y promover un cambio regulatorio que favorezca materiales realmente sostenibles. Su propósito es claro: usar la ciencia para rediseñar los materiales del futuro y demostrar que la revolución de los bioplásticos puede nacer aquí y tener impacto global.

JORNADA PUERTAS ABIERTAS

de 8 a 18 h

**AGROCONTRERAS**
*Farm Tractor Import***BOADELLA**
— MAQUINARIA —**MANITOU**
HANDLING YOUR WORLD**HYUNDAI**
CONSTRUCTION EQUIPMENTviernes
marzo**Servicio de bar
durante todo el día**Por favor, confirmen
su asistencia en el
móvil 680 754 008**Ven a visitar nuestro
parque de maquinaria**

Agro Contreras: Calle Lérida, 0 | 22500 Binéfar | HUESCA | T. 974 431 987

**EXPERTOS EN CARNE DE CERDO****LITERA MEAT S.L.** Ctra N-240 Km 128.5 Pol. Ind El Sosal | BINÉFAR

info@literameat.eu | www.literameat.eu



974275377

AGGROUP presenta un nuevo robot agrícola autónomo y modular para viñedo y cultivos especiales



Los equipos de AGGROUP y Kisui posan con el nuevo robot

La sede de AGGROUP en Tamarite de Litera fue el espacio elegido para recibir al equipo de Kisui y realizar una prueba en campo del vehículo ADAM; un robot agrícola autónomo diseñado para trabajar junto al agricultor o de manera independiente, con un enfoque claro en tareas repetitivas y logísticas dentro de parcelas de viñedo, frutales y cultivos especiales.

“Con esta colaboración entre AGGROUP y Kisui, la robótica agrícola sigue avanzando para mejorar la eficiencia y optimizar costes en explotaciones profesionales”, señala Pascual Galindo, gerente de la empresa literana. En explotaciones, con calles estrechas, cambios de rasante o firme irregular, la movilidad y maniobrabilidad marca la singularidad diferencial de este

equipo. Más allá del robot, la japonesa Kisui vincula su ecosistema a MyNojo, una plataforma orientada a la digitalización (DX) de la gestión agrícola. *“Esto abre la puerta a que ADAM no sea solo “movilidad y trabajo”, sino también un apoyo para captura de información en campo, siempre en función del equipamiento y configuración de cada explotación”,* concluye Galindo.

BREVESBREVESBREVESBREVES

Abonado el anticipo de las ayudas asociadas a la ganadería de la PAC 2025

El Gobierno de Aragón abonaba, con fecha del viernes 30 de enero de 2026, el anticipo de las ayudas asociadas a la ganadería, correspondientes a la Política Agraria Común (PAC) de 2025 (sectores de ovino-caprino y vacuno). Al mismo tiempo, se abría el plazo de solicitud única de la PAC 2026. El departamento de Agricultura

BREVESBREVESBREVESBREVES

señala que “este anticipo supone el setenta por ciento de los importes unitarios provisionales fijados por el FEGA y alcanza un importe de algo más de once millones cien mil euros”. El reparto por tipos de ayuda es el siguiente: algo más de siete millones y medio de euros para el ovino-caprino de carne, ciento diecisiete mil euros para el ovino-caprino de leche, casi dos millones setecientos mil euros para vacas nodrizas y casi setecientos cuarenta mil euros para vacuno de leche.

BREVESBREVESBREVESBREVES

Ampliada la veda para la caza del jabalí

Con el fin de intensificar el control poblacional del jabalí, reducir el riesgo de transmisión de epizootias a la ganadería porcina y mitigar los daños agrícolas asociados a la especie, el Gobierno de Aragón considera conveniente autorizar la ampliación del periodo hábil de la caza del jabalí en las modalidades de batida y al salto hasta el 29 de marzo de 2026, inclusive.

BREVESBREVESBREVESBREVES

BREVESBREVESBREVESBREVES

BREVESBREVESBREVESBREVES

Los socios de Agropienso homenajean a José Perella, "Pepito"

14.02.2026. Unas setenta personas, entre socios de Agropienso y familiares, rendían homenaje al que a lo largo de 34 años ha sido el presidente de la entidad, José Perella, más conocido por "Pepito". Fue una celebración inesperada para el protagonista y deseada por todos sus compañeros de Agropienso. Porque "Pepito" ha sido, a lo largo de algo más de tres décadas, una referencia para tantas personas vinculadas a la empresa binefarende; un periodo de tiempo extenso y actualizado a la evolución, cambios en el sector y adaptación constante a los nuevos tiempos. *"Más allá de cualquier balance, hoy corresponde reconocer el valor de esa trayectoria institucional y de representación, además de agradecer el tiempo de vinculación y presencia que ha mantenido con la casa durante estas décadas. Porque una presidencia, especialmente cuando se prolonga tantos años, forma parte también de la historia de una empresa y de su continuidad"*, señalaba la nota-agradecimiento de Agropienso a su presidente. A la sorpresa del homenaje y al cariño de todos los socios de la empresa, una escultura simbolizaba esos años ligados a la empresa y a su recorrido en el sector.



"Pepito" posa con la escultura recibida en su homenaje



DESCUBRE NUESTRA NUEVA WEB 3D



**LETRACORPÓREA
3D**



Impresiones de gran
formato gracias a la
nueva incorporación de
MASSIVIT 1800 PRO

SOMOS DE OTRO PLANETA

info@letracorporea3d.com / T. 974 311 192
www.letracorporea3d.com

LAVADO DE CISTERNAS - VAPORIZADO - SECADO TÚNEL DE LAVADO CAMIONES - INTERIORES



De Lunes a Viernes: 8h a 20 h.
Sábados: 8h a 14 h.
Pol. Ind. Valle del Cinca P24 -
T. **645 967 693 BARBASTRO**
EQUIPOS E INSTALACIONES
EN CONDICIONES ÓPTIMAS



Resumen **FEBRERO**

VACUNO. Febrero es, habitualmente, un mes débil en ventas, pero está inmerso en el Ramadán y este hecho salva la circunstancia, sin la intensidad esperada a pesar del incremento de sacrificios. Las discrepancias en la mesa continúan; la producción se mueve entre la repetición de precios y la comercialización entre la repetición y la bajada de los mismos. Las ventas están en un momento muy complicado pero con equilibrio, ni sobran ni faltan animales. En febrero, se agudiza la descompensación de las canales, los delanteros se venden bien pero los lomos no despegan. Si no se vende bien toda la canal, la rentabilidad es difícil. Continúa con agilidad la venta hacia Argelia y hacia los mercados musulmanes tanto nacionales como europeos, destacando el sur de Francia. En España, funciona la restauración pero los supermercados están bajo mínimos y solo se compra por precio. En realidad, se consume carne pero los operadores se resisten a pagar los precios actuales. Febrero fue, finalmente, un buen mes por el volumen de Ramadán, aunque no tan alto como otros años.

OVINO. Agilidad en las venta gracias al Ramadán. Se amplía la venta de cordero tanto a nivel nacional, como europeo, y sobre todo la venta de carne hacia Argelia; activa pero complicada por la logística de los barcos. La venta en el mercado nacional fue muy despacio, con poca oferta de corderos de 24 kilos disponi-

bles. Cabe destacar que esta situación nos lleva a una amplia horquilla en los precios, dependiendo de las necesidades de cada operador. Sin embargo, el mercado nacional es muy pequeño y los supermercados van muy despacio en la recta final de cada mes. Por otro lado, la venta en Europa, y en concreto en el sur de Francia, está operativa pero para ellos nuestro precio es alto, hay competidores desde Inglaterra que tienen precios más económicos. Finalmente, todos los operadores deben ajustar sus precios si quieren vender y esto no es bueno para la venta de cordero.

PORCINO. El segundo mes del año concluyó con dinámicas alcistas. La oferta de animales siguió siendo amplia, aunque los pesos medios comenzaron a descender gradualmente, señalando un ajuste hacia un flujo más equilibrado. La demanda se mantuvo activa, con sacrificios a ritmos elevados, y los precios subieron de forma progresiva. En Europa, la carne española mantuvo su competitividad, con estabilidad en Alemania, Países Bajos, Bélgica y Francia, mientras que Dinamarca, Italia y Polonia mostraron ajustes mixtos. La exportación a terceros países permaneció limitada por la Peste Porcina Africana (PPA), concentrando la mayor parte de la colocación en el mercado comunitario.

LECHONES. El mercado mostró un tinte alcista para los lechones con demanda sólida y oferta limitada tanto nacional como europea. La presión del ritmo de sacrificio y la necesidad de cubrir plazas vacías impulsaron los precios, mientras que la entrada de lechones importados solo alivió la tensión, parcialmente. La situación sanitaria, marcada por la PPA sigue generando incertidumbre. Durante el mes, los precios se elevaron de forma acumulada, alcanzan-

do una subida de 30 euros. El mercado mantiene fuerte presión alcista, con demanda activa y oferta ajustada; un contexto que podría prolongarse si no aumenta la disponibilidad de animales.

CEREALES. Febrero se caracterizó por un mercado de cereales estable y con escasa actividad, con maíz, cebada y trigos repitiendo cotización durante todo el mes. La demanda se mantuvo moderada en todos los cereales, condicionada por coberturas previas y la tranquilidad del consumidor industrial. La meteorología y la expectativa sobre las siembras futuras reforzaron la posición de espera de los agricultores.

ALFALFA. Febrero cerró con mercado estable y precios firmes, condicionado por oferta ajustada y demanda sostenida, mientras se espera que la próxima campaña defina la evolución del mercado en marzo y abril. La dinámica estuvo marcada por una oferta limitada, especialmente en balas de primera calidad y granulado de 16 % de proteína, y se mantuvieron los precios firmes y la operativa concentrada en cumplir compromisos ya establecidos. La demanda interna fue lineal, mientras que el mercado exterior siguió siendo clave, con Oriente Medio y Asia absorbiendo la mayor parte del producto de exportación. La escasez de balas impulsó un mayor interés en pellet, aunque la disponibilidad siguió muy reducida. La atención se centra en la próxima campaña, con perspectivas de que la oferta se mantenga limitada hasta abril, cuando comiencen los primeros cortes.





GESTIÓN DE PURINES



SISTEMAS DE RIEGO



INFRAESTRUCTURA

Tecniriego Binéfar S.L.

C/ Primero de Mayo, nº 56, 22500 Binéfar (Zaragoza)

974 428 216 - 974 431 874 - riegos@tecniriego.com - administracion@tecniriego.com



**En la base
de la buena alimentación**



Renovadas intenciones de establecer una línea de cercanías Lérida-Monzón

17.02.2026. Los municipios vinculados con esta línea constituían un grupo de trabajo para elaborar un documento de necesidades con estudio de demanda, y en primavera elevar una propuesta conjunta a la Generalidad, al Gobierno de Aragón y al Ministerio de Transportes. Todo ello salía de una reunión llevada a cabo en el Ayuntamiento de Lérida, donde estaban presentes el alcalde de la ciudad, Félix Larrosa, la tercera teniente de



Imagen de la reunión mantenida en el Ayuntamiento de Lérida



**Una familia
en Albelda**

1
ESPACIO
FISIOTERAPIA

1
SALA
POLIVALENTE

4
HABITACIONES
NUEVAS
CON BAÑO
INCORPORADO

3
APARTAMENTOS
2 DOBLES Y
1 INDIVIDUAL

+1.000 m²
DE JARDÍN
PARA SUMAR
UN TOTAL DE
4.500 m²

LA SABINA
RESIDENCIA PARA LA TERCERA EDAD

**Ampliamos,
mejoramos**

Calle La Sabina s/n
T. 974 42 06 69 **ALBELDA**





alcalde y concejala de Seguridad, Movilidad y Civismo, Cristina Morón; el presidente de la EMD de Raimat, Ivan Fernández; el alcalde de Almacelles, Antonio Arnó; , las alcaldesas de Binéfar, Patricia Rivera; Tamarite de Litera, Sandra González Altorricon, Susana Ramón; el presidente de la Comarca del Cinca Medio, Jose M^a Civiach; y la primer teniente de alcalde de Monzón, Marta Montaner. Susana Ramón, como vicepresidenta de la Comarca de la Litera, sustituía a la presidenta Tania Solans, ausente por cuestiones de agenda. Todos ellos expresaban su voluntad compartida de trabajar conjuntamente para impulsar una propuesta

sólida y viable con el objeto de mejorar el servicio ferroviario entre Lérida y Monzón. También asistía el secretario de Movilidad de CCOO, Alberto Puivechino, en calidad de experto.

Según los estudios previos analizados, la línea podría alcanzar los 700.000 usuarios anuales si se implanta con entre 7 y 10 trenes por sentido y con frecuencias competitivas. Esos potenciales viajeros se desplazarían por motivos profesionales, sanitarios, comerciales, educativos y culturales, contribuyendo a reducir tráfico en las carreteras y avanzar hacia un modelo de movilidad más sostenible.

Desde la Asociación Española Contra el Cáncer en Huesca contamos con los siguientes servicios gratuitos para estar a tu lado:

Atención social
Atención psicológica
Acompañamiento

Huesca a contraelcancer.es
974 225 656

contraelcancer.es
900 100 036



asociación española
contra el cáncer
en Huesca

De Binéfar al mundo

Empresas que compiten en mercados nacionales y europeos.

En **Paul Marlex** seleccionamos el talento que te ayudará a crecer.



PaulMarlex.

Contacta
con nosotros:



Monzon@marlex.net

974 11 10 50

P.º de San Juan Bosco, 3,
22400 Monzón, Huesca

Nueva sala de estudio en Esplús

El Ayuntamiento de Esplús ha puesto en funcionamiento una nueva aula de estudio municipal; un servicio destinado a facilitar a la población un espacio adecuado, cómodo y accesible para el estudio, la lectura y la concentración. Esta nueva sala estará abierta de lunes a domingo, con la única excepción del jueves por la tarde, franja horaria en

la que el espacio se utiliza para las actividades de la escuela de canto de la localidad. La puesta en marcha de este servicio ha sido posible gracias a la llegada de fondos europeos gestionados a través del Ministerio para la Transición Ecológica, que han permitido llevar a cabo actuaciones de mejora como la climatización del espacio y la sustitución de puertas y ventanas, incrementando así la eficiencia energética y el confort de las instalaciones. El acondicionamiento interior de la sala se ha realizado con recursos propios municipales. La alcaldesa de Esplús, Tania Solans, ha subrayado la importancia de este nuevo espacio para el municipio: **"Esperamos que jóvenes y adultos hagan un buen**

uso de esta aula de estudio, que nace para ser un recurso accesible y útil para toda la población. Este tipo de iniciativas reflejan nuestra apuesta por mejorar la vida de quienes viven en Esplús. Este nuevo servicio se suma a los ya existentes, como la biblioteca municipal, y a la próxima apertura de la sala velatorio, ampliando la red de equipamientos municipales a disposición de la ciudadanía", señala la alcaldesa, mientras recuerda que, **"desde el Ayuntamiento se continúa trabajando para ampliar y mejorar los servicios públicos, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los habitantes de Esplús y ofrecer espacios que respondan a sus necesidades actuales"**.

Los bolos, palistroc o birlas ya son Bien de Interés Cultural en Aragón

El Boletín Oficial de Aragón publica, el pasado 16 de febrero, la declaración de Bien de Interés Cultural Inmaterial a todas "Las modalidades de juegos de bolos tradicionales en Aragón". Y lo hace por sus valores etnológicos, históricos e inmateriales. Las distintas modalidades de bolos tradicionales, cada una asociada a su localidad de origen y con denominaciones propias, son:

bolos, billas, birlas, birllas, birlos, palitroc, palistroc, quillas, quilles y bolinches. El Gobierno de Aragón señala que todas ellas constituyen un patrimonio vivo que testimonia la vida cotidiana de nuestros antepasados y, dada la variedad y complejidad de sus manifestaciones, son el juego tradicional más rico en matices de los que se conservan y practican en Aragón.

IA+ PLAY ARAGÓN TURISM

PLAN DE FORMACIÓN EN COMPETENCIAS DIGITALES DEL SECTOR TURÍSTICO



Desprendimiento en el Congosto de Baldellou



Al cierre de la presente edición de Somos Litera, la carretera A-2218 (Baldellou-Camporrells) permanecía, oficialmente, cerrada tras el desprendimiento acontecido el pasado 8 de febrero en la zona del Congosto de Baldellou. El departamento de Carreteras del Gobierno de Aragón (GA) nos confirma que esta primera semana de marzo comenzarán los trabajos para asegurar la aldera y poder reabrir la vía: *"Hasta ahora, no ha sido posible por exceso de humedad en el terreno. Vamos a acometer los trabajos para reparar los daños causados, y de esa forma reponer el tráfico con total seguridad"*, señalan desde el GA.

Un millón de euros para un acertante de la Primitiva en Tamarite de Litera

En la comarca literana, los juegos de azar han estado de enhorabuena en el último febrero. Si a principios de mes era Binéfar con la quiniela de fútbol -700.000 euros-, siete días después la fortuna se trasladaba a Tamarite de Litera; concretamente, a la administración de loterías "Lo Faro del Hortás". Allí se sellaba un boleto que era agraciado con el premio de seis aciertos en el sortero de la Primitiva del lunes 9 de febrero. Único acertante y lluvia de euros: 1.022.624,07. El agraciado jugaba 6 euros en un boleto automático y bisemanal del sorteo referido. Marcos Faro, responsable de la administración tamaritana, no podía ocultar su satisfacción: "Siempre es bueno un premio así. A todos nos anima", señalaba Marcos Faro.



Marcos señalaba el cartel anunciador del premio sellado en su administración



Soluciones y profesionalidad al servicio de la industria

CASSIDA

COMARCA
LITERANA

FUCHS

AIRON

NSK

Pol. ind. El Sosal c/ Cobalto, 46
BINÉFAR - Tel. 974 429 681
comercial@sumir.es



www.sumir.es



www.tienda.sumir.es



@suministrosiricibar

TAMARITE DE LITERA

El pleno aprueba la bonificación del ICIO para las obras de la residencia

16.02.2026. El Pleno del Ayuntamiento de Tamarite de Litera aprobaba por mayoría la bonificación del 95 % del Impuesto sobre Construcciones, Instalaciones y Obras (ICIO) correspondiente a las actuaciones previstas en la residencia de la tercera edad del municipio. Las obras, promovidas por la Comarca de la Litera, consistirán en la mejora y renovación del suelo de las instalaciones. *"Las obras consistirán en la mejora y renovación del suelo de las instalaciones, que presentaba un estado deteriorado y hacía necesaria una actuación urgente. Esta intervención permitirá garantizar mayor seguridad, accesibilidad y confort para los usuarios y trabajadores del centro. Desde el Ayuntamiento se ha considerado que estas obras reúnen los requisitos para ser declaradas de especial interés municipal, dada su relevancia social y el impacto positivo que supondrán para la comunidad. Con esta decisión, el consistorio reafirma su compromiso con el bienestar de las personas mayores y con la mejora continua de los servicios públicos en Tamarite de Litera"*, señalaba la alcaldesa, Sandra González.

Por otra parte, se retiró del orden del día un punto que buscaba la aprobación del pleno para la "Concesión del interes social solicitado por las plantas de tratamiento de estiércol para producción de gas". Se aportará más documentación sobre este tema, antes de ir a comisión y, finalmente, a pleno.

TAMARITE, ALCAMPELL y ALBELDA

Frente común municipal para buscar soluciones a los cortes de luz



Vista aérea de Alcampell

Los ayuntamientos de Tamarite de Litera, Alcampell y Albelda han sumado fuerzas en un escrito dirigido al Gobierno de Aragón, para conseguir del Ejecutivo aragonés una mediación con Endesa. Los alcaldes (as) Sandra González, Juan Aurín y M^a. Ángeles Roca quieren respuestas sobre el origen de los cortes que se han venido produciendo en las últimas semanas -interrupciones de la energía que han sumado horas sin suministro- y, sobre todo, soluciones a esta situación para que en adelante no vuelvan a darse escenarios como los que se vienen sufriendo por parte de los vecinos de los tres municipios. Cabe señalar que cada uno de los tres ayuntamientos, previamente y de manera particular, ya habían llamado, escrito y solicitado todo tipo de informaciones acerca de los cortes producidos. La respuesta de Endesa no se ha producido en ningún caso, y de ahí la voluntad de las tres alcaldías a la hora de recurrir al Gobierno de Aragón para que interceda ante Endesa en busca de una solución definitiva.

MÁS DE UNO

cada día de 12:20 a 14:00 h. con PACO AZNAR M.





metálicas

GUARNE S.L.U.

 www.metalicasguarne.es

 **645 863 120**



ALUMINIO/PVC · PUERTAS AUTOMÁTICAS · MOSQUITERAS · TOLDOS

ESTA
PRIMAVERA
**TOLDOS Y
MOSQUITERAS**





EL SISTEMA PUERTA A

LA LITERA CONSOLIDA EN 2025 UN MOD

GRACIAS A LA IMPL

IMPACTO ECONÓMICO

AHORRO DE 174.000€

La reducción de la fracción que va al vertedero ha supuesto un **ahorro de 124.000 €** en el tratamiento de residuos.

Además, el aumento de la recogida selectiva del resto de fracciones **ha generado más de 50.000 € adicionales** en ingresos procedentes de Ecoembes, reforzando la eficiencia económica del sistema.



RESTO (a vertedero)	↓	27%
VIDRIO	↑	23%
ENVASES	↑	41%
CARTÓN	↑	30%

La ampliación del servicio ha permitido **generar empleo estable** en la comarca, ayudando a fijar habitantes en nuestros pueblos.

Los resultados alcanzados en 2025 sitúan a los municipios puerta a puerta de la **Comarca de La Litera/La Llitera en una posición avanzada respecto a los objetivos europeos**, contribuyendo a evitar posibles sanciones.

LA PUERTA CUMPLE 1 AÑO

MODELO MÁS EFICIENTE EN GESTIÓN DE RESIDUOS

EDUCACIÓN DE LA CIUDADANÍA



IMPACTO AMBIENTAL

REDUCCIÓN DE 1.625.660 KG DE BASURA EN VERTEDERO

Los resultados conseguidos tienen un impacto directo en el medio ambiente: **se ha evitado la emisión de más de 1.600 toneladas de CO₂.**

Esto equivale, aproximadamente, a las emisiones generadas por la electricidad y calefacción de 300 hogares en un año.



745.680 KG DE RESIDUOS ORGÁNICOS RECOGIDOS

La correcta separación ha permitido obtener una **materia orgánica de alta calidad**, apta para su valorización como compost.

Los municipios con puerta a puerta de la Comarca de la Litera alcanzan una media de **68 kg de orgánica por habitante y año.**



TAMARITE DE LITERA

AGENDA CULTURAL MARZO 2026

**01
DOM**

CROSS DE LA LITERA

La Colomina
A partir de las 10.30h



**01
DOM**

BAILE MEMPHIS

Pabellón de festejos
19.00h



**02/06
LUN
VIE**

XVIII EXPOSICIÓN DE LIBROS DE MAGIA

Biblioteca
de 16.30 a 20.30h



**06/08
VIE
DOM**

XXVI ENCUENTRO DE MAGOS FLORENCES GILI



**14/15
SAB
DOM**

CAMPEONATO DE DACHTBALL

5ª JORNADA JUEGOS ESCOLARES

Polideportivo

Sábado: 15.00 a 20.30h
Domingo: 9.00 a 14.30 y 16.00 a 20.00h



**19
JUE**

CLUB DE LECTURA PARA ADULTOS

COORDINA JOSÉ LUIS RAMOS REBOLLO

Biblioteca
19.00h



**22
DOM**

BAILE GRUPO COCKTAIL

Pabellón de festejos
19.00h



Álex Bargués: “El exoesqueleto es una segunda oportunidad para nosotros”



La provincia de Huesca se queda sin el único exoesqueleto de rehabilitación neurológica que existe en el Alto Aragón. Este dispositivo, gestionado por la Asociación de Enfermos Neurológicos Oscense (AENO), estaba en régimen de alquiler y su contrato finalizaba este pasado 27 de febrero, sin posibilidad de renovación. El albeldense Alex Bargués es uno de los 150 usuarios que han trabajado con el exoesqueleto para conseguir un entrenamiento ideal con el objetivo de mejorar su situación física y también anímica. *“Nos ha devuelto las ganas de luchar y seguir adelante”*, nos decía Alex, tesorero de AENO. El coste del exoesqueleto está en 150.000 euros; la asociación dispone de 30.000 euros derivados de distintas campañas que ha venido realizando con el fin de acercarse al coste de la máquina para hacerse con ella. Vista la situación, solo la ayuda pública y/o privada podría devolver el exoesqueleto a AENO.



Lluvias para empezar el año: muchos litros y no pocos desperfectos

Las lluvias de la segunda mitad de enero y la primera quincena de febrero han dejado una pluviometría desconocida en nuestra comarca en un inicio de año. Entre doscientos y trescientos litros, según altitudes. Más lluvia conforme ascendíamos en el mapa. Pero además, de las mediciones, quedan los desperfectos causados por las precipitaciones tan continuadas. Un ejemplo de ello se ha dado en Estopiñán del Castillo; doscientos sesenta y cinco litros caídos en algo más de tres semanas e inundación en la caseta de las bombas del agua potable del pueblo, carretera de los "huertos" cortada por la inundación y caminos intransitables.

**RAMÓN
MORANCHO COSCOLLA**
AGRICULTOR ECOLÓGICO Y VETERINARIO

**Especialidad en
FITOTERAPIA y HOMEOPATÍA**

**A nivel mineral, vegetal,
animal y humano.**

 **629 620 531**

**VISITA A
DOMICILIO**



Más de 2.500 escolares altoaragoneses se suman a la campaña de esquí alpino impulsada por la Diputación de Huesca



La Diputación Provincial de Huesca mantiene esta temporada una de sus iniciativas educativas y de dinamización territorial más consolidadas: la campaña de esquí escolar 2026, que permite que 2.519 niños y jóvenes de centros educativos de toda la provincia “disfruten de la nieve y aprendan a practicar un deporte estrechamente ligado a nuestro Pirineo” subraya el presidente, Isaac Claver. La institución provincial ha reforzado el programa con un incremento del presupuesto del 10 %, que alcanza los 325.000 euros, destinados a apoyar a las diez comarcas altoaragonesas, que vuelven a adherirse a la campaña en dos modalidades: con pernocta y sin pernocta. “El objetivo de este plan es fomentar el esquí escolar, facilitando a las familias el aprendizaje de un deporte fundamental en nuestra provincia”, subraya el presidente de la DPH, Isaac Claver, quien enmarca la iniciativa como “una inversión con impacto educativo y territorial”. En la misma línea, señala “es un programa que va más allá de la práctica deportiva, es una apuesta estratégica: por un lado, promovemos una experiencia educativa para los chavales en un entorno único como

son nuestras montañas; por otro, con cada semana blanca generamos actividad, empleo y vida en las estaciones y en sus respectivos valles”. Añade “queremos que las generaciones del futuro conozcan el Pirineo, lo disfruten y se sientan parte de él”.

Las denominadas semanas blancas se dirigen a alumnado desde 4º de Primaria hasta los 18 años. Cada turno tiene una duración de cinco días, siempre de lunes a viernes, consecutivos o no según la modalidad. En todos los casos, se garantiza formación específica ya que el programa debe incluir cursillos con una duración mínima de 15 horas. La campaña se articula a través de las comarcas y contempla una amplia cobertura de gastos subvencionables. Entre ellos se incluyen: transporte a pistas, alojamiento en media pensión (cuando corresponde), comida en pistas, forfait, cursillo de esquí, alquiler de material, seguro de accidentes en pistas y responsabilidad civil, así como monitores y acompañantes obligatorios para escolares con necesidades educativas especiales. Con esta fórmula, la Diputación busca que la experiencia

sea accesible, segura y organizada, reforzando además la inclusión en el ámbito deportivo y educativo.

La campaña de esquí escolar 2026 estará activa hasta el próximo 10 de abril. Ya esta semana, en el marco de la programación comarcal, 36 escolares del IES Sierra de San Quílez de Binéfar (La Litera) participan en actividades en la estación de Cerler. El calendario continúa en las próximas semanas con nuevas expediciones: del 23 al 27 de febrero, también en Cerler, se desplazarán escolares de los colegios de Peñalba y Bujaraloz. En la primera semana de marzo está prevista la visita a Panticosa del alumnado del CEIP Santa Ana de Fraga, y en la segunda semana de marzo viajarán a Astún niños y niñas del CEIP La Laguna de Sariñena, además de escolares del CRA Monegros Norte (Lanaja) y del CRA Monegros Hoya (Lalueva), entre otros. Con más de 2.500 participantes y presencia en todo el territorio, la campaña vuelve a situarse como una herramienta que combina educación, deporte y apoyo a la economía de montaña, reforzando el vínculo de la infancia y la juventud con el Pirineo y sus estaciones de esquí alpino.

Fallece Juanan Frías, rector del Santuario de San José de Calasanz



Tolosarra de nacimiento, escolapio de corazón y petraltense desde el mismo día que llegó al Santuario de San José de Calasanz, en Peralta de la Sal, hace ahora trece años. El pasado 12 de febrero, nos dejaba en Pamplona el bueno de Juanan Frías a los ochenta recién cumplidos. Una persona muy querida, siempre dispuesto y con una cultura a prueba de colaboraciones permanentes con el Centro de Estudios Literanos. Durante casi dos décadas fue formador de la Escuela Pía en Brasil y Chile.

Sus experiencias y anécdotas de aquel tiempo eran innumerables cuando comenzaba a explicar, con detalle de buen pedagogo, momentos y situaciones vividas en sociedades tan distintas como instructivas en modos y formas de ser y estar en este mundo. Con todo, llegó a un pequeño pueblo de la Litera, *"del cual me he enamorado desde el primer día"*, solía comentar. Sus cenizas descansarán en el columbario de su última casa: el Santuario de San José de Calasanz, en ese pueblo que tanto quería.

Sesenta cumpleaños para Jacinto Marqués

Fiesta de cumpleaños redonda como las seis décadas del presidente de la Fundación Crisálida. Celebrada en el local social de Nachá, sirvió para estar al lado del "cumpleañero" e informarnos de lo que vendrá este verano en la próxima celebración de Crisálida; como siempre el arte y la solidaridad serán protagonistas. ¡Felicidades, Jacinto!



HORMESIS
FISIOTERAPIA BINÉFAR

Marcos Nadal Zuferrí
Col: 1640 ICOFA

604 92 54 68
C/ Teruel, 6. Binéfar (Huesca)

**REDUCE EL DOLOR
MEJORA LA FUNCIONALIDAD
RECUPERA TU CALIDAD DE VIDA**

- Abordaje del dolor crónico
- Ejercicio de fuerza +65 años
- Rehabilitación de lesiones
- Atención a domicilio



www.hormesisfisioterapiabinefar.com



Creado el Archivo Digital de Documentos Antiguos del CELLIT

Desde el nacimiento del Centro de Estudios Literanos (CELLIT) y fruto con su compromiso con el patrimonio e historia de la Litera, se han ido localizando y digitalizando documentos antiguos sobre la comarca, con el objetivo de ponerlos a disposición de quienes estén interesados en investigar sobre ella. Hoy, todo ese material, cuyos originales están dispersos en diferentes archivos, ha sido convenientemente clasificado y ordenado gracias al trabajo de nuestro compañero Paco Murillo, que ha sido el artífice de la creación del Archivo Digital de Documentos Antiguos del Cellit (ADIDAC), formado por 327 documentos procedentes, en su mayor parte, de la Edad Media, de los cuales más del 90% son anteriores a 1500 y solo 3 son posteriores a 1600. Se trata de un fondo digital, ya que el Cellit no dispone de los documentos físicos, sino de una copia de los mismos, y comprende también, en muchos casos, su transcripción (un 70% de los textos están transcritos) y algunas traducciones, ya que la mayoría fueron escritos en latín, aunque también los hay en castellano y en catalán.

El resumen del contenido de este archivo digital está accesible a través de nuestra página web (www.cellit.es), en el apartado de «Biblioteca». A partir de ahí, los investigadores no tienen más que solicitar los documentos que sean de su interés. Se trata, además, de un archivo que va a estar en continua ampliación y que va a facilitar a los historiadores el análisis de fuentes primarias que hasta ahora resultaban complicadas de localizar. De ello derivarán sin duda nuevas tesis, artículos y descubrimientos que van a enriquecer el relato histórico de la Litera, ya que los documentos muestran aspectos inéditos de nuestra comarca y nos permiten una aproximación al modo de vida de los literanos especialmente en la Baja Edad Media.

Desde el Cellit, queremos agradecer públicamente a Paco Murillo su generosidad por la labor de recopilación, clasificación y, en muchos casos, de transcripción y traducción, de los documentos que constituyen el ADIDAC, cuya creación supone sin duda un hito y un privilegio para la historia y la cultura de nuestra comarca.

Tres literanos formados para emergencias

Jorge Gallart, Javier Campos y Alberto Mir, tres literanos participantes en el curso de «Gestión del Puesto de Mando Avanzado en Emergencias extraordinarias. Director de Operaciones», organizado por el Gobierno de Aragón y celebrado en la Academia Aragonesa de Bomberos adscrita a la dirección general de Interior y Emergencias del Ejecutivo aragonés. El curso tenía como objetivo formar a los responsables de Protección Civil de diferentes administraciones y organismos para que sean capaces de gestionar emergencias de nivel 2 de manera coordinada desde un Puesto de Mando Avanzado. Cabe recordar que Jorge Gallart es trabajador de la Sociedad Aragonesa de Gestión Agroambiental (SARGA); Javi Campos, bombero de la Diputación Provincial de Huesca; y Alberto Mir es técnico de Medio Ambiente del Gobierno de Aragón, perteneciente al operativo INFOAR -dispositivo de prevención y extinción de incendios forestales.



Javier, Jorge y Alberto, posan junto a uno de los vehículos del Puesto de Mando Avanzado



Cáritas
Diocesana de
Barbastro - Monzón

**Tu compromiso
transforma vidas.**

Hazte socio de Cáritas
y colabora con quienes
más lo necesitan.

**Infórmate en el
974 40 43 30**



Javier Rami recibe el cariño de sus vecinos por su generosidad y obra



Foto de grupo en el homenaje a Javier Rami

El pasado 15 de febrero, cumplía años el bueno de Javier, ¡sí, el del popular “Belén de Javier! El protagonista podía imaginar llamadas habituales, felicitaciones nominales y una comida entre cercanos con pastel y velas de postre. Pero, lo que no podía pensar era en un mediodía en la Plaza Mayor de Peralta de la Sal con medio centenar de vecinos y amigos dispuestos a rendir homenaje a un hombre bueno, generoso, dispuesto para todos y con una maña singular para crear, siguiendo los pasos de su padre, un belén casero y único. Todos lo hemos disfrutado y nos ha sorprendido a lo largo de los cuarenta años de exposición navideña en el garaje de su propio domicilio petraltense. A raíz de la pandemia, y del tiempo de historia que no pasa de largo, Javier decidió ceder su belén al Ayuntamiento. A raíz de todo ello, un grupo de vecinos decidieron, con el apoyo del Consistorio, rendir este homenaje sorpresa el día de su aniversario. Él no se lo esperaba; hombre de pocas palabras, pero de innumerables gestos en beneficio de la comunidad, recibía la escena con la naturalidad humilde del, “¿y a mí por qué?”. La placa que le entregaron luce ya en la fachada principal del nuevo espacio belenístico de Peralta de la Sal. Javier, bien vale todo lo vivido el mediodía del 15 de febrero último y... mucho más.



Javier posa debajo de la placa que lleva su nombre a la entrada del belén

CLÍNICA DENTAL
Luna

ODONTOLOGÍA AVANZADA

Dr. Federico Pigem & Col.
COLEGIADO N° 8160



EXPERTOS EN
IMPLANTOLOGÍA AVANZADA
Y REHABILITACIÓN



@clinica.dental.luna

Avda. de Aragón, 17 - 1°C - BINÉFAR - 974 42 85 32

FERIA DE ARTESANÍA

28 de marzo de 2026

SAN ESTEBAN DE LITERA

Horario: 10:30 a 19:30

Puestos de
ARTESANÍA
y ALIMENTACIÓN

Elaboración tradicional
de **TORTETAS**
SEQUILLOS

11:00 a 14:00

MÚSICA EN DIRECTO

16:30 Duo Chela y Gabriela

18:00 Versiones Duo Bellera

19:00 Rock Grupo Indeseables

Huevos **fritada**

popular

Comida popular

14:00

Mercado de **FLORES**

Cervezas **ARTESANA**

enClave

Cultural 2026



VIII Jornadas Culturales de San Esteban de Litera
Marzo 2026

PROGRAMACIÓN

SÁBADO 7

19:30 h · Local Social (Salón de actos)
Inauguración exposición Félix de Azara y el origen de los ingenieros militares.

LUNES 9

10:30 h · Local Social (Salón de actos)
Visita escolar a la exposición Félix de Azara

MARTES 10

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Presentación Al compas del tamboril
Gloria Geberovich y Elena Arnaldos

JUEVES 12

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Presentación del libro Juegos y recursos de un titiritero
Paco Paricio

SÁBADO 14

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Teatro: La cena de los idiotas
Talia Teatro

DOMINGO 15

11:00 h · Biblioteca
Taller de escritura creativa y adaptación al cuentacuentos
Daniel Tejero y Roberto Malo

LUNES 16

10:30 h · Local Social (Salón de actos)
Visita escolar guiada a la exposición Fotografía y románico.
Charla Románico, de la búsqueda de la luz a la luz de Rosalía.

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Inauguración exposición.
Conferencia Fotografía y románico. El románico de La Litera
Joaquín Morillo (Litera Full Frame)

MARTES 17

11:00 h · Colegio
Taller escolar: Redes sociales y ciudadanía digital
11:00 h · Local Social (Salón de actos)
Charla taller: Los derechos del consumidor a tu alcance

MIÉRCOLES 18

11:00 h · Colegio
Charla: La danza desde el cuerpo y desde la mirada.
María Mateo.

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Conferencia Ante el 200 aniversario de Goya (2028):
Los desastres de la guerra
Fernando Alvira

JUEVES 19

11:00 h · Colegio
La gran aventura de Garrapatea
12:00 h · Colegio
Taller musical · Garrapatea musical

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Mitología y constelaciones
Ricardo Laviña (Astrosomontano)

VIERNES 20

10:30 h · Pisos tutelados Serra del Castell
Recital poético por los alumnos del colegio
19:00 h · Complejo El Prado
Cinefórum. Proyección y mesa redonda

SÁBADO 21

13:00 h · Local Social (1ª planta)
Concurso de perolada. Recepción participantes
18:00 h · Local Social (Salón de actos)
Conferencia Conflictividad social y bandos familiares: El caso
de los Barber y los Salas (s. XVI)
Silvia Isabal
20:00 h · Local Social (1ª planta)
Cata y maridaje de cervezas artesanas
Espina de Ferro
(inscripción previa plazas limitadas)

DOMINGO 22

17:00 h · Local Social (Salón de actos)
Taller infantil y familiar Vive Eop
Eva Ortas

LUNES 23

19:00 h · Local Social (Salón de actos)
Recital poético
Club de Lectura

MARTES 24

17:00 h · Pisos tutelados Serra del Castell
Historias para adultos
Cuentales

SÁBADO 28

Todo el día
Feria de artesanía y alimentación.
Mercado de flores
Elaboración y degustación de torteta
Conciertos: Indeseables, Bellera, Chela y Gabriela
Entrega de premios Perolada
Comida popular (ticket previo)
Huevofritada

EXPOSICIONES

Del 7 al 14 de marzo
Félix de Azara y el origen de los ingenieros militares
Subdelegación de Defensa
Inauguración: sábado 7 · 19:30 h

Del 16 al 28 de marzo
Fotografía y románico
Litera Full Frame y Comarca de La Litera
Inauguración: lunes 16 · 19:00 h
Visitas guiadas: lunes, miércoles y viernes · 17:00 h

CATA 10 CERVEZAS+MARIDAJE

PLAZAS LIMITADAS
INSCRIPCIÓN EN EL AYUNTAMIENTO
ANTICIPADA 25€ · DÍA 21 · 30€ SUJETO A DISPONIBILIDAD

TICKET COMIDA POPULAR

INSCRIPCIÓN EN EL AYUNTAMIENTO Y LOCALES DEL PUEBLO
ANTICIPADO 10€ · SOLO BAJO DISPONIBILIDAD FERIA · 15€

Organiza:



Colaboran:





Los vecinos de Baldellou cumplen con la tradición



La Asociación Cultural y Recreativa de Baldellou organizaba una nueva edición de su tradicional matacia en la segunda quincena de febrero. Sábado de mondongo, almuerzo, comida y cena... y hasta almuerzo dominical al día siguiente de la matanza. Ambiente habitual, buen tiempo y disfrute parrillero.



SERVICIO INTEGRAL
TOLMET

Fábrica:
BINÉFAR
Polígono El Sosal - C/ Niquel, 5
974 339 941 - 648 293 147

Central:
VILANOVA de la BARCA
Ctra. C-13, km. 18
973 191 091

**SILOS DE POLIÉSTER
DEPÓSITOS - SINFINES
COMPLEMENTOS**

SOMOS FABRICANTES EN BINÉFAR



TAMARITE DE LITERA. Arriba, inauguración del club de lectura 2026 que se realiza en la biblioteca pública municipal de Tamarite de Litera con gran éxito de participación y bajo la dirección de José Luis Ramos. Las dos imágenes inferiores corresponden a la visita de Pablo Albo; cuentacuentos en la biblioteca para adultos, y lo propio para alumnos del CEIP San Miguel.



ALCAMPÉLL. Inicio un año más del huerto escolar en Alcampell, como siempre recibido con gran entusiasmo por todos, alumnado y equipo docente. Por esas primeras labores hortelanas se pasó el alcalde Juan Aurín.



AFICHE
CREATIVIDAD E INNOVACIÓN

RÓTULOS en
Afiche



WhatsApp

974428870

Polígono
Industrial
El Sosal
BINÉFAR (Huesca)

www.afiche.es

Rótulos



AFICHE
CREATIVIDAD E INNOVACIÓN



Visita
nuestras
redes sociales



Mujeres + ciencia ALBELDA

día de la mujer · 2026

08.M DOMINGO
Pabellón - 14:00 p.m.

Comida Día Internacional de La Mujer
Ponentes y acompañantes: D. N. Revocador, acompañantes: D. N. Revocador
Al finalizar, actuación musical



09.M LUNES
Espacio Cultural La Aladía - 17:00 p.m.

Mesa redonda: Mujeres y ciencia en Albelda
/ Blanca Saurina Purroy, Cinta Castán Subirá, Inés Purroy Mazario, Mª Carmen Seira Salas, Rocío Quintilla Pucio y Sabrina Pascual Santamaría.
Proyección de la película documental **PROMETEAS**:
Las pioneras de la ciencia y el conocimiento en la historia del cine



Reparto de Flores conmemorativas del Día de la Mujer por las casas de la localidad

AYUNTAMIENTO DE ALBELDA | País a Estado | 976 |

VENCILLÓN. Dos fiestas o celebraciones en una. Así lo pensaron el colectivo de mujeres vencillonense a la hora de organizar la misma jornada el carnaval y Santa Águeda. En esta primera toma de imágenes, nos quedamos con el carnaval para pequeños y grandes desarrollado en el local del cine. Los disfraces, creativos y divertidos, pusieron la nota de humor y diversión en un día completo para todos los participantes.





FINCA VALONGA
desde 1931

*Brindamos por las fiestas...
brindamos por las personas*

www.valonga.com

f @bodegasvalonga t @valonga i @finca_valonga





VIN ESPAÑA
2024



International
Wine & Spirit Awards



AZANUY. La Asociación Donas de Azanuy organizó el pasado 14 de febrero la fiesta de carnaval. Pequeños y mayores llenaron de colorido la tarde con sus disfraces. Hubo muchos bailes y una merienda con la que la asociación obsequió a todos los asistentes.



CASTILLONROY. Carnaval por todo lo alto en el salón social con muchísimos pequeños, acompañados de los papás, en una tarde de disfraces y diversión.



ALCAMPELL. Aquí los tenemos de carnaval a alumnos y profesor de la escuela alcampelina. Pero, febrero, fue un mes donde igualmente celebraron el día de la Paz y la No Violencia; y el día de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

Nuevo servicio de infiltración de Ácido Hialurónico.

En clínica **DENTAL DYN** nos avanzamos y te ofrecemos una armonización orofacial completa.

- Aumento y definición de labios
- Surcos nasogenianos y mentolabiales
- Papilas interdentes
- Mentón y ángulo mandibular
- Sonrisa gingival



AVALADO POR EL CONSEJO GENERAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA



DENTAL DYN

C/LÉRIDA, 35 BINÉFAR · TEL: 974 42 79 15

Reserva una cita:
974 42 79 15



Nº RCSS 2200917



ALBELDA



ALCAMPELL



ALGAYÓN



CASTILLONROY



BAELLS



TAMARITE DE LITERA





BALDELLOU



SAN ESTEBAN DE LITERA



VENCILLÓN



Puerta PVC foliado Gris con fijo lateral acristalado y panel ciego

CERRAMIENTOS



GASCO
info@cerramientosgasco.com
www.cerramientosgasco.com
Ctra. Tamarite - BINÉFAR
Tel. 974 42 83 06



Puerta PVC foliado gris con fijo lateral acristalado y panel ciego (2)



f m
de la **ata**
MUDANZAS

**ESPECIALISTAS
EN MONTAJE
DE MUEBLES**

636 336 364

Granada, 14 - Binéfar - www.mudanzasbinefar.com

**MUDANZAS, ELEVADOR
Y GUARDAMUEBLES**



ALTORRICÓN. Carreras de disfraces, visita de personajes animados, pasacalles junto a la Batucada Tam Tam Tukem, lluvia de globos, guerra de confetti, merienda, disco y, sobre todo, muchísima diversión. Gran tarde festiva, que, de la mano del Altorricon Team Trail, celebró el carnaval en el nuevo Espacio Ágora y alrededores, llenos para la ocasión de color, energía, animación y muchas sonrisas. Celebración de Santa Águeda con misa; posteriormente, la Asociación de Mujeres de Altorricon repartió coca bendecida y chocolate caliente. Festividad de San Blas, como manda la tradición. Baile, comida popular, reparto de bocadillos, procesión, misa... con la Asociación San Blas al cabo de todo, con la colaboración del Ayuntamiento altorriconense. Finalmente, y organizada por el Consistorio en colaboración con el AMPA Els Chicarrons, tuvo lugar la interesante charla "Pantallas y vida: consecuencias en la infancia y en la adolescencia" a cargo de Francisco Villar. Detallado análisis sobre cómo se ven afectados aspectos como el aprendizaje, la salud emocional o las relaciones personales a causa de la exposición constante a las nuevas tecnologías y destacó el importante papel de los adultos como modelos de conducta. Ofreció consejos y recomendaciones a madres y padres para poder regular el uso de las pantallas.


BINÉFAR
Halcón viajes


JAPÓN

DEL 14 AL 25 DE NOVIEMBRE DE 2026
**OSAKA - NARA - KYOTO - KANAZAWA
SHIRAKAWAGO - TAKAYAMA - MATSUMOTO
KAWAGUCHIKO - TOKYO - NIKKO**
Solicita el itinerario por whatsapp:
665 58 48 58
**GRUPOS
REDUCIDOS**
últimas
plazas

Avenida del Pilar, 6 - 974 430 519
Horario: De 10 a 16 h. Tardes con cita previa

COMPRO

tinajas, mesas
viejas y toda clase
de muebles
antiguos

VACIADO DE PISOS
Y CASAS VIEJAS

639 28 45 82

ESTABLECIMIENTO AUTORIZADO



Tu tiempo puede cambiarlo todo.

Hazte voluntario de Caritas y acompaña
a quienes más lo necesitan.

**MIENTRAS HAYA PERSONAS,
HAY ESPERANZA**



Llámanos:

974 40 43 30

SE TRASPASA LICENCIA DE TAXI



636 26 84 72 - BINÉFAR

VENTA

de leña seca
de encina, almendro
y olivo a 0,17 €/kg

633 977 780

622 949 536



SE ALQUILA BAR RESTAURANTE FAYÓN

Muy buena ubicación. Plaza Mayor, 8 ALCAMPELL

974 421 037 686 983 010

Preguntar por Amparo o Jesús

SERVICIO INTEGRAL
TOLMET

SELECCIONAMOS OPERARIOS DE MONTAJE

para empresa de material ganadero
ubicada en el polígono industrial
El Sosal, de Binéfar

- Se valorará experiencia aunque no es imprescindible.
- Jornada completa.

Interesados llamar a: **648 293 147**



OFERTAS DE EMPLEO

**ADMINISTRATIVO/A
PARA DELEGACIÓN DE BINÉFAR**

**MECÁNICO
PARA DELEGACIONES DE
TORREFARRERA, BINÉFAR
Y MONZÓN**

Enviar currículum: nfuentes@grupoclaveria.com

BINÉFAR - TORREFARRERA - MONZÓN - BARBASTRO - HUESCA - FRAGA - SABIÑANIGO

Llévate hasta

80 €

en combustible

por la compra y montaje
de neumáticos MICHELIN



Promoción válida del **09/03/2026 al 05/04/2026**, ambos inclusive, para las compras en tienda física u online y montajes realizados en los Centros Euromaster Adheridos. Limitado a los primeros 13.000 neumáticos validados, por la compra o montaje de neumáticos MICHELIN para Turismo/SUV o 4x4, de llanta 16" y superior. Los clientes podrán registrarse en <https://promociones.michelin.es/promociones-michelin>. Válido para clientes particulares, o empresa propietarios de turismo o 4x4/SUV (hasta 3.500 kg.) con factura. No válida para vehículos de renting, talleres, o empleados de la red Euromaster y Michelin. Además, las participaciones validadas con facturas de llanta 18" o superior, (excepto las de neumáticos de la gama MICHELIN Pilot Sport Cup) recibirán, junto con el premio seleccionado, la garantía de duración de los neumáticos comprados. Límite de 4 neumáticos por participante, DNI/CIF, teléfono o email. No acumulable con otras promociones de descuento. Consultar condiciones completas y centros adheridos en <https://www.euromaster-neumaticos.es/ofertas>

talleres subias



euromaster.com

Almacellas, 77 - Tel. 974 428 357 - **BINÉFAR**
Pol. Paúles, p.36 - Tel. 974 415 541 - **MONZÓN**
Mayor, 157 - Tel. 973 742 173 - **ALMACELLES**

Howard Wood: de la NBA, a España y a Binéfar



Howard Wood, en un momento de la entrevista en Somos Litera

La historia de James Howard Wood está ligada a su natural carácter de no pasar de largo por los espacios y lugares, sino más bien a saber, conocer e implicarse en la vida de las personas y costumbres que los habitan. Llegó hace 42 años a Granollers para jugar en la principal liga de baloncesto española; venía de una experiencia breve, pero intensa en la NBA. Y aquí encontró

una carrera de 12 años de clubes y canastas, además del amor y dos hijos. Desde entonces, Howard es un asiduo y seducido ciudadano estadounidense-español con sede en un pequeño pueblo del estado de Nueva York y en Binéfar.

Sus doscientos centímetros sumados a sus sesenta y seis años no pasan desapercibidos. Lo primero, por que se ven sin dificultad; lo segundo, por su experiencia de vida que viene ligada al deporte desde muy joven. En concreto, al balon-

cesto y a su consciente adaptación e interés personal por los lugares que ya forman parte de su vida. Fue de los primeros estadounidenses que llegaron a España (1984). En 1981 fue elegido en el puesto 27 por los Utah Jazz; al año siguiente se fue a los Chicago Bulls, de Michael Jordan. A los 24 años llegaba a España: *"Cuando sale la oportunidad de venir aquí, yo estaba jugando en los Bulls de Chicago. Era mi segunda temporada en la NBA y no quería estar sentado en el banquillo. Quería jugar al baloncesto y mi agente encontró equipo en Granollers y allí empezó todo"*, nos cuenta Howard, reconociendo que el baloncesto ha marcado su vida, junto a las referencias familiares que son dos: la

de Estados Unidos y la de España. En nuestro país fue un jugador de muchos clubes -nueve en total- y otras tantas ciudades -Granollers, Burgos, Valencia, Orense, Santa Coloma de Gramanet, Torrelavega-. **"El baloncesto ha sido parte de mi vida, junto a mi familia. Y sí, he estado en muchas ciudades, siempre involucrándome en lo deportivo y cultural. Me enamoró de España su gente. Pero vuelvo a lo de antes, me metí en la vida de España como siempre lo he hecho. Vaya donde vayas, tienes que meterte en la vida del lugar".**

En Granollers es donde conoció a su pareja, la binefarense María Jesús Monzón: **"Sí, fue nada más llegar a España. Coincidimos y al principio no hubo nada, pero con el tiempo se fue haciendo la relación y llegaron dos hijos, un chico y una chica -Dennis y Luz-".** Vínculos sobresalientes para seguir ligado a Binéfar y viajar unas cuantas veces a lo largo del año desde Estados Unidos: **"Me gusta Binéfar. Es pequeño como mi pueblo en Nueva York. Porque una cosa es la ciudad y otra todos los pequeños pueblos que hay alrededor. En el mío no tenemos más de cinco o seis semáforos. No soy**



Howard, con la camiseta de Pamesa (año 1990)

de los que me encanta la ciudad. Cuando voy a Manhattan no estoy más de dos horas. Hay mucha gente y eso no me gusta mucho". De aquí para allá y viceversa para estar y atender a los suyos: **"La familia es principal. Aun tengo a mi madre con 92 años, hermanas, hermanos. Somos un grupo muy unido. Aquí, igual. Tengo familia y amigos; en Binéfar, Granollers, Orense o Cantabria".** Sobre los amigos, Howard mantiene la teoría

de "muchos o pocos, pero duraderos": **"Me gustan los que perduran en el tiempo. La mayoría que tengo son de hace muchos años. No soy de los que hacen amigos rápido y les duran poco. Mi carácter introvertido contribuye a ello".**

Cerramos como abrimos esta entrevista con Howard Wood. El físico que le acompaña, a estas alturas no es sencillo de gestionar. Y es que el deporte de alta competición pasa factura y Howard no poca: **"Fisicamente, estoy hecho polvo (sonríe). Catorce o quince operaciones de rodilla, dos de tendón de aquiles y tengo operadas las dos caderas. El deporte me ha dado mucho, pero esto es lo que hay y lo acepto. Me manejo bien, hay días mejores y otros no tanto. A pesar de todo, práctico golf con los amigos, pero andamos poco y sí vamos subidos en el carrito".** Con la lista de intervenciones auestas, Wood todavía tiene magia en su muñeca cuando de canastas y puntos se trata; la misma que le ha permitido dibujar una vida impensable para él cuando salió hace cuarenta y dos años de Chicago rumbo a Granollers, con escala habitual en Binéfar. ●

TRATAMIENTO DE LESIONES

Esguinces Tendinitis
Contracturas
Procesos degenerativos
Patología neurológica

FISIOTERAPIA
DEPORTIVA

BIOMECÁNICA
PARA CICLISTAS



ZonaFisio

David Espada Cabrero Col. nº 787
Av. Del Pilar, 21 BINÉFAR
(junto a ACR Binéfar 77)
info@zonafisiobinefar.com
647 522 845





FUTSAL BINÉFAR

De nuevo: ¡Campeonas!

El pasado 15 de febrero llegaba a las vitrinas del Club Futsal Binéfar un nuevo título, en este caso, aportado por el equipo juvenil femenino: Campeonas de Copa Lleida 2026. Estas chicas no son nuevas en ser las mejores, porque ya vienen de categorías inferiores con mucho fútbol sala, victorias, títulos y ascensos. La final referida se disputaba en la capital del Segriá ante el Ivars d'Urgell A; resultado final 3 a 1 para las binefa-
renses con goles de Andrea Lleida (2) y

María Cosialls. La campeonas estuvieron muy bien acompañadas por familiares y amigos. Todo ayuda para ser, de nuevo, campeonas.

Este próximo mes de julio, el Futsal cumple una década dedicada al deporte divertido, saludable y social. Eso sí, con el "fútbol chico" como motivo principal de 206 niños y niñas, jóvenes y más allá; las edades van desde la base con jugadores de 5 años, hasta los equipos sénior –

masculino y femenino- referenciados por deportistas de 18 a 40 años. Josan Bailac, Rafa Nadal y Mario Gibanel iluminaron la idea para dedicarle horas y esfuerzos hasta llegar a este décimo aniversario. Ahora les secunda un equipo de colaboradores que andan ya por la docena para construir un club de fútbol sala que va más allá del pueblo que los vio nacer. En la actualidad cuentan con jugadores de Litera, Ribagorza, Cinca Medio y hasta la vecina localidad de Almacellas

Adecco

¿QUIERES TRABAJAR?

Adecco te lo pone fácil

Si quieres conocer nuestros ofertas en vigor **descarga nuestra APP** y permítenos conocerte.

- Jefe de turno de producción (La Litera)
- electromecánico/a (La Litera)
- Operario/a despiece (La Litera)
- Operario/a Granja (La Litera)
- Personal de soporte informático (La Litera)
- Plant Manager (Cinca Medio)

Si tienes experiencia en alguna posición similar a las anteriores, no lo dudes, entra en **adecco.es** y en nuestra APP para descubrir todas las ofertas de trabajo que tenemos activos en la zona en este momento.



Para más información, comunícate con nuestro equipo. Estaremos encantados de ayudarte.

Avda. del Cinco, 26
22300 - Borbastro (Huesca)
974 315 418

Descarga nuestra APP

Mama Coulibaly, flamante Campeona de España sub-21

01.02.2026. Fin de semana para guardar en la ya extensa lista de éxitos del Club Judo Binéfar (CJB). En este caso la cita era Pamplona, pabellón Navarra Arena, y en disputa estaba el Campeonato de España Junior. Viajaban 4 judocas del Club Judo Binéfar acompañados por su técnico, Raúl Clemente. Había opciones pero cabía confirmarlas. Y no defraudaron los judocas locales, aunque por encima del resto destacó Mama Coulibaly, nueva Campeona de España sub-21. La deportista binefarensa competía en la categoría de +78 kg y no dio opción a sus rivales. Esta es la cuarta medalla nacional de Mama, ya fue campeona de España cadete y ahora es la reina de la categoría sub-21 a nivel nacional. En su camino al oro, vencía para empezar a Indira Alonso (CAN) y Jimena Quintela (CTB); ya en



Podio sub-21 con tres judocas binefarenses y Mama, campeona

cuarta ronda, hacía lo propio con su compañera de club, Sogona Magassa. En la final derrotaba a su hermana pequeña Ballalo Coulibaly, otra campeona en ciernes.

Las chicas del CJB fueron protagonistas en Pamplona, ya que además de Mama Coulibaly, Sogona Ma-

gassa firmaba una medalla de bronce, mientras que la referida Ballalo Coulibaly se hacía con la plata. En cuanto a la categoría masculina, Raúl Arilla -90, vencía en primera ronda al madrileño Villanueva, y cedía en la segunda ante el valenciano Kutchasvili; no hubo opción de repesca para un siempre competitivo Raúl.





COLEGIO
Virgen del Romeral

- ✓ Bilingüismo
- ✓ Inteligencia emocional
- ✓ Educación en valores
- ✓ Innovación pedagógica
- ✓ Atención personalizada



ELEGIMOS
ser felices

974 428 084 - WWW.FUNDACIONXAFAER.COM

PINTURAS
LEPANTO
desde 1965



EA900 RUBALUX ECO
ESMALTE AL AGUA ECOLÓGICO

NUEVOS COLORES DISPONIBLES:



PINTURAS
LEPANTO

**¡Más opciones para
tus proyectos!**

Nuestro esmalte estrella,
el EA900 Rubalux ECO, ¡crece!

Ahora disponemos de 6 nuevos co-
lores en acabado satinado listos para
transformar tu hogar.

Ya sea para madera, metal
o melamina, este esmalte
multisuperficie te ofrece:

¡Es momento de renovar!
Pásate por tu punto
de venta habitual
y descubre la nueva gama

+ información en:
pinturaslepanto.com



Pol Oriach logra mejor marca personal en 3.000 m y mínima para el Mundial de Polonia

08.02.2026. Pol Oriach iniciaba con buen pie su competencia esta temporada en pista cubierta, merced a su participación en Karlsruhe (Alemania) dentro del mitin internacional disputado en la ciudad alemana. Allí, Oriach paraba el crono en 7:39.10; logrando mejor marca personal en la distancia y mínima exigida por la Real Federación Española de Atletismo (RFEA) para competir en el próximo mundial de pista cubierta,



Oriach, en plena disputa en Alemania

a disputar este mes de marzo en Torun (Polonia). Pol acabó cuarto en línea de meta, por detrás del neerlandés

Stefan Nillessen con 7:38.48, el keniano Jacob Krop (7:38.64) y el uruguayo Valentín Soca (7:38.90).

"Somos Provincia" acerca al aficionado binefareense a dos jugadores de la SD Huesca

La concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Binéfar y la Sociedad Deportiva Huesca acercan el programa "SOMOS PROVINCIA" a Binéfar. El mismo consiste en una charla coloquio con dos jugadores de la SD Huesca en la cual los asistentes pueden hacer preguntas e interactuar con sus ídolos. La cita será el jueves 5 de marzo a las 18:00 h. en la sala de conferencias del Centro Cultural y Juvenil de Binéfar. En la misma participará el goleador azulgrana de la pasada jornada, Francisco Portillo y además de éste, se contará con una grata sorpresa. La entrada es gratuita hasta completar aforo. "Se trata de una buena oportunidad para conocer a los futbolistas de 2ª División, fotografiarte con ellos, recoger firmas y participar en el sorteo de entradas para el próximo partido de la SD Huesca en el Alcoraz el sábado 7 de marzo a las 16:15 h", señalan desde el área de Deportes local.

José Luis Arcas: reconocimiento a una cumplida trayectoria como directivo

24.02.2026. La Real Federación Aragonesa de Fútbol celebró la Gala de Méritos y Recompensas, un acto con el que se reconoció el trabajo y la trayectoria de los distintos estamentos del fútbol aragonés. La gala tuvo lugar en la sala Galve del Auditorio de Zaragoza y el evento reunió a representantes institucionales, clubes, futbolistas, técnicos, árbitros y personas vinculadas al fútbol de la comunidad. En ese marco, José Luis Arcas, presidente del C.D. Binéfar, recibió una distinción de honor por su trayectoria como directivo; actualmente, 14 años de forma consecutiva como presidente de la entidad celeste; anteriormente, con Javier García como presidente, Arcas ya estuvo vinculado a la junta directiva desempeñando múltiples funciones durante varias temporadas.

José Luis Arcas ya fue reconocido hace dos años, también por su trayectoria, en la Gala del Deporte de Binéfar. Ahora, la distinción es a nivel aragonés.



José Luis Arcas posa con su reconocimiento en la Gala de Méritos y Recompensas

**COUNTRINESS BNF77
FESTIVAL**

7 MARZO 2026

**Preinscripción
ABIERTA**

**Precio único
15€**

Montse Moscardó

Pol F. Ryan

De 11 h a 24h

+34 696 531 956 @ainisgcor@gmail.com

ARCB77 - Avda.del Pilar, 23 22500 Binéfar

**Ortopedia
CÓRDOVA**

**PAPÁ
SE MERECE
LO MEJOR**

San Francisco, 10. T: 974 401 376 M.638 270 793 MONZÓN

**Viki
Lafuente**

PRESENTA

Wild Women

PARTE 2

LAS VOCES
DE MUJERES
QUE HICIERON
HISTORIA

2026

8 de marzo

19:00h

Espacio
Ágora
Altorricón

VOLEIBOL BINÉFAR



Las chicas del Volei Binéfar, como todos los clubes deportivos de la zona, aprovecharon para sumarse al Día Mundial contra el Cáncer, conmemorado el pasado 4 de febrero para concienciar, mejorar la prevención, detección temprana y tratamiento de la enfermedad. Una jornada impulsado por la Unión Internacional contra el Cáncer (UICC).

Por primera vez el Club Tennis-Pádel Binéfar sacaba equipo Junior para competir en el campeonato de Aragón Junior. El equipo lo formaban Enzo Cria, Alex Pedraza, Martín Irigaray y Adrián Monfort. En esta primera experiencia el conjunto llegó a semifinales de consolación cayendo frente ante el Club Tennis Utebo. Mientras, el equipo absoluto sigue consiguiendo grandes resultados en los campeonatos de Aragón; la última, victoria en la final de consolación frente al Montecanal B. Fueron más de seis horas y media de eliminatoria con los jugadores Roberto Cañizares, Rafa Nadal, Fran Garayoa, Adrián Monfort, José Prados y Jesús Campo.



CLUB TENIS PÁDEL BINÉFAR

CALÇOTADA
MENÚ

Calçots

+

Chuletón a la brasa
Cordero a la brasa
Parrillada de carne (+4€)
Sepia con guarnición
Salmón con guarnición

+

Postre

(Incluye pan, agua, vino
y gaseosa.)

30 €



VEN A DISFRUTAR DE NUESTROS SERVICIOS:

MENÚS DEL DÍA, DE FIN DE SEMANA Y A LA CARTA

GRAN SALÓN PARA EVENTOS

BODAS · BAUTIZOS · COMUNIONES · EVENTOS DE EMPRESA

Y DE NUESTRO ENTORNO:

- PARQUE INFANTIL
- PISTA POLIDEPORTIVA
- PISTA DE PÁDEL
- PISTAS DE PETANCA
- MESA DE PING-PONG
- JARDÍN BOTÁNICO
- GIMNASIO AL AIRE LIBRE
- ÁREA DE AUTOCARAVANAS
- RUTAS DE SENDERISMO

APARCAMIENTO GRATUITO



+34 621 417 842



elpradopiscinas@gmail.com



Parque Municipal "EL PRADO" (San Esteban de Litera, Huesca)

La Casa del Agua de Castillonroy



La Casa del Agua de Castillonroy constituye un edificio singular de nuestra comarca del que vamos a repasar su historia, que está ligada al canal de Piñana, de cuya área regable forma parte Castillonroy. Esta infraestructura, considerada el canal de riego más antiguo de Cataluña, hunde sus orígenes en el año 1149, cuando Ramón Berenguer IV, al conquistar Almenar, prometió a sus cien repobladores una acequia que tomara sus aguas del Noguera Ribagorzana y regara sus tierras. Fue posteriormente, cuando ese primer cauce fue ampliado hasta llegar a las tierras del llano de Lérida, cuando nació el canal de Piñana, cuyo dominio y posesión fueron adquiridos por la Paeria de Lérida en 1213, que se convirtió de esta manera en la administradora de las aguas, labor que llevó a cabo durante más de cinco siglos. En 1758, tras ser abolido el régimen foral de la Paeria y todo lo que esta representaba, se constituyó la Muy Ilustre Junta de Cequiaje como órgano gestor de las aguas del canal de Piñana. Esta entidad permaneció estrechamente vinculada al nuevo Ayuntamiento por razones de tradición e historia, aunque se dio entrada en su seno a representaciones de las clases sociales de la ciudad como labradores y estamentos. Su página web (www.sequiatgelleida.com) es la principal fuente de referencia para los datos que aparecen en este artículo.

El canal de Piñana capta las aguas del río Noguera Ribagorzana en el término de Castillonroy y es lógico que, dados los medios de desplazamiento



Casa del Agua en Castillonroy

de la época, se pensara en construir allí un edificio que permitiera la vigilancia de la presa y que también sirviera para dar acomodo a los vocales de la Junta y otras personas, como cequeros, que se desplazaran hasta allí. Esas fueron las razones de la construcción de la que es conocida como Casa del Agua de Piñana, construida en el siglo XVIII al estilo de una masía catalana y dotada de corrales, horno, bodega y capilla, situada dentro de un terreno que había sido propiedad del marqués de Alfarràs pero que este cedió a la Junta de Cequiaje para este cometido específico. A cargo de la casa estaba el «propietari», oficio designado por la propia Junta, que tenía la obligación de residir en ella (habitualmente con su familia) y ocuparse de su mantenimiento, además de acomodar a cuantos comisionados o vocales de la Junta de Cequiaje acudiesen, para los que tenía que guisar, hacer las camas y ocuparse de la colada. Aunque podía hacer uso de la casa, le estaban vedadas algunas estancias como el oratorio, la sala principal y las cámaras y alcobas anexas a esta, de cuyo contenido sin embargo era responsable. Tenía también la obligación de cultivar un pequeño huerto en el que no faltaran coles, ajos y ensaladas, y también mantener unas cuantas gallinas, no pudiendo cobrar ninguno de esos frutos a las

personas alojadas. Las obligaciones del «propietari» no solamente se ceñían a la casa propiamente dicha, sino que también se extendían al uso del canal. De esta manera, debía vigilar de forma constante el río en previsión de posibles avenidas, y también controlar si había novedades en el azud, la mina o el propio canal.

En la actualidad, la Muy Ilustre Junta de Cequiaje ya no es la única administradora de los riegos y está configurada como Comunidad Local de Regantes de la Huerta de Lérida, integrada en el seno de la Comunidad General de Regantes del Canal de Piñana, que se creó en 1967. En la Casa del Agua tiene lugar anualmente la comida de hermandad de la Fiesta del Agua, que se celebra el día de San Salvador. A ella asisten el alcalde de Castillonroy, el de Lleida, la junta del canal de Piñana y los representantes de todas las tomas para reivindicar la importancia de los riegos. Hay que señalar que la Casa del Agua no es la única construcción singular vinculada al agua que hay en Castillonroy. Muy cerca de ella se encuentra la Torre del Agua, de planta circular y de la que actualmente solo se conserva la mitad, pero que originariamente podría haber tenido tres plantas y que debió erigirse para controlar ese paso en el río Noguera Ribagorzana.

tienda

HORARIO: de 08:00 a 13:00 h y de 15:00 a 19:00 h



FARMACIAS de GUARDIA en BINÉFAR

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

MARZO 2026

Castán
Avda. del Pilar, 21

María Ferris
Plaza España, 5

Peirón Torres
C/. Constitución, 2

Casado
C/. Lérica, 34



FARMACIAS de GUARDIA

TAMARITE de LITERA
639 287 362



Transporte 4 plazas

Tourer híbrido de gran capacidad

Traslado a origen gratis



En febrero, hasta 50% de descuento para pueblos de La Litera sin servicio de TAXI
(condiciones en aragontransfer.com/la-litera)

Información y reservas: **600 844 804**

desde AZANUY, por LA LITERA

112
EMERGENCIAS



Policía Local

Binéfar 974 42 81 04

Tamarite 974 42 17 03

Guardia Civil

Binéfar 974 42 82 82

Tamarite 974 42 00 04

Camporrells 974 43 30 29



URGENCIAS

Salud Aragón 902 55 53 21

Cruz Roja Binéfar 974 43 01 32

Cruz Roja Tamarite 974 42 12 49

Alcohólicos Anónimos 627 22 25 00

Cáritas Binéfar 974 43 11 74

Ayuntamientos

Binéfar	974 42 81 00
Tamarite de Litera	974 42 00 75
Altorricón	974 42 50 02
Albelda	974 42 08 02
Alcampell	974 42 09 52
Esplús	974 43 50 02
San Esteban de Litera	974 43 00 02
Vencillón	974 43 43 16
Castillonroy	974 43 40 64
Peralta de la Sal	974 41 10 32
Camporrells	974 43 30 01
Azanuy	974 41 10 01
Baells	974 43 31 09
Baldellou	974 43 33 32
Algayón	974 42 40 62

Comarca de La Litera

Binéfar	974 43 05 61
Tamarite	974 42 06 73
Servicios Sociales	974 43 10 22
Residencia Comarcal (Binéfar)	974 43 12 05
Residencia Comarcal (Tamarite)	974 42 06 35



VPMS: 22/022/05

Centro Asistencial Litera Salud

En muchas ocasiones, ya sea por la mentalidad o por la cultura que tenemos, el concepto de dieta está basado en tener como único fin adelgazar con el foco puesto en perder peso. Para lo cual, se realizan prohibiciones de alimentos que generan más ansiedad y culpa. Cuando en realidad, el tema va mucho más allá de tener un peso u otro. **Aspectos que siempre tienes que tener muy en cuenta:**

- ✓ **Acepta tu cuerpo,** no podemos compararnos con otros.
- ✓ **Evita prohibiciones de alimentos,** tenemos que tener una flexibilidad para continuar con buenos hábitos a lo largo del tiempo.
- ✓ **Mastica,** come despacio y con atención plena, podrás escuchar así tus señales de saciado.
- ✓ **Cambia el foco,** centra los objetivos en la mejora de hábitos y no en el peso, lo llevarás todo con más calma y control.
- ✓ **No hagas dieta,** intenta comer de forma saludable. La alimentación diaria debe ser suficiente, saciante y atractiva.

Las dietas en el sentido estricto de la palabra, tienen principio y fin, no se puede estar toda vida en base a normas rígidas y restrictivas.



*Te puedo ayudar a mejorar
tu salud y bienestar a través
de la alimentación*

Elsa Fiestas Bruno
Dietista-nutricionista Col. n° ARA00068

¡Pide ayuda si lo necesitas!

¿SABÍAS QUE HAY DIFERENTES TIPOS DE HAMBRE?

Ninguna de ellas son patológicas.
Son reales y hay que atenderlas

HAMBRE EMOCIONAL	HAMBRE FISIOLÓGICA
Es selectiva, se cogen alimentos concretos y de antojo	No es selectiva
Aparece de forma repentina, urgente	Aparece de forma gradual
No genera saciedad, no nos llena	Da saciedad
Produce malestar físico y emocional	No genera malestar
Puede generar culpa (después de comer)	Sin culpa

TERNERa

**100%
HEMBRA**

**0%
COMPARACION**



COMPRA LOCAL. COME MEJOR.



FRIBIN
MEAT YOU LOVE

TIENDA BINÉFAR
Partida Chubera s/n
22500 Binéfar
974 10 40 40

TIENDA HUESCA
Menéndez Pidal, 9
22003 Huesca
974 22 23 27

