

Data de envío: 20.06.2026 – 18:00 h.

AVISO DA SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE ANTE A ALERTA DUN EPISODIO DE FENÓMENO METEOROLÓXICO ADVERSO EN GALICIA

NIVEL DE ALERTA: VERMELLO POR CALOR

A SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE SUSPENDE A ACTIVIDADE XOGADE E FEDERADA NO EXTERIOR, O DOMINGO 21 DE XUÑO DAS 12.00 ÁS 20.00 HORAS, NAS SEGUINTE ZONAS:

- A CORUÑA: INTERIOR
- LUGO: CENTRO E MONTAÑA
- OURENSE: MONTAÑA
- PONTEVEDRA: INTERIOR

NIVEL DE ALERTA: LARANXA POR CALOR

A SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE SUSPENDE A ACTIVIDADE XOGADE E FEDERADA NO EXTERIOR, O DOMINGO 21 DE XUÑO DAS 12.00 ÁS 20.00 HORAS, NAS SEGUINTE ZONAS:

- A CORUÑA: NOROESTE
- LUGO: SUR
- OURENSE: VALDEORRAS

Nos concellos do litoral, as actividades náuticas/acuáticas no mar non terán restricións. Nos concellos do interior as actividades náuticas/acuáticas estarán permitidas con recomendación de non realizalas entre as 12.00 e as 17.00 h.

CONCELLOS AFECTADOS ALERTA VERMELLA

INTERIOR DA CORUÑA (33): Ames, Aranga, Arzúa, A Baña, Boimorto, Boqueixón, Brión, A Capela, Coirós, Curtis, Frades, Irixoa, Melide, Mesía, Monfero, Negreira, Ordes, Oroso, O Pino, As Pontes de García Rodríguez, Santa Comba, Santiago de Compostela, Santiso, Sobrado, As Somozas, Teo Toques, Tordoia, Touro, Trazo, Val Do Dubra, Vedra, Vilasantar

CENTRO DE LUGO (27): Abadín, Antas de Ulla, Begonte, Castro de Rei, Castroverde, O Corgo, Cospeito, Friol, Guitiriz, Guntín, Lán cara, Lugo, Meira, Monterroso, Muras, Outeiro de Rei, Palas de Rei, Paradela, O Páramo, A Pastoriza, Pol, Portomarín, Rábade, Riotorto, Sarria, Vilalba, Xermade.

MONTAÑA DE LUGO (14): Baleira, Baralla, Becerreá, Cervantes, Folgoso do Courel, A Fonsagrada, O Incio, Navia de Suarna, Negueira de Muñiz, As Nogais, Pedrafita do Cebreiro, Ribeira de Piquín, Samos, Triacastela

MONTAÑA DE OURENSE (19): O Bolo, Carballeda de Valdeorras, Castro Caldelas, Chandrexa de Queixa, Esgos, A Gudiña, Maceda, Manzaneda, A Mezquita, Montederramo, Parada de Sil, A Pobra de Trives, Riós, San Xoán de Río, A Teixeira, A Veiga, Viana do Bolo, Vilariño de Conso, Xunqueira de Espadanedo

INTERIOR DE PONTEVEDRA (16): Agolada, Campo Lameiro, A Cañiza, Cerdedo-Cotobade, Covelo, Cuntis, Dozón, A Estrada, Forcarei, Fornelos de Montes, Lalín, A Lama, Moraña, Rodeiro, Silleda, Vila de Cruces

CONCELLOS AFECTADOS ALERTA LARANXA

NOROESTE DA CORUÑA (38): Abegondo, Ares, Arteixo, Bergondo, Betanzos, Cabana de Bergantiños, Cabanas, Cambre, Carballo, Cariño, Carral, Cedeira, Cerceda, Cerdido, Coristanco, A Coruña, Culleredo, Fene, Ferrol, A Laracha, Laxe, Malpica de Bergantiños, Mañón, Miño, Moeche, Mugardos, Narón, Neda, Oleiros, Ortigueira, Oza-Cesuras, Paderne, Ponteceso, Pontedeume, Sada, San Sadurniño, Valdoviño, Vilarmador

SUR DE LUGO (11): Bóveda, Carballedo, Chantada, Monforte de Lemos, Pantón, A Pobra do Brollón, Quiroga, Ribas de Sil, O Saviñao, Sober, Taboada

VALDEORRAS (6): O Barco de Valdeorras. Larouco, Petín, A Rúa, Rubiá, Vilamartín de Valdeorras

Así mesmo, **RECOMÉNDASE** tomar as seguintes medidas:

- Emprega roupa axeitada para a práctica deportiva segura
- Atención a patoloxías
- Pasa polo menos dúas ou tres horas ao día nun lugar fresco.
- Refréscate e molla o corpo varias veces ao día. Come con normalidade
- Evita saír nas horas de maior risco (11.00-21.00 h).
- Non dubides en socorrer ou en pedir axuda.
- Pasa polo menos dúas ou tres horas ao día nun lugar fresco.
- Refréscate, molla o corpo varias veces ao día.
- Bebe moita auga, e come normalmente.
- Evita saír ás horas de maior calor (11.00-21.00 h).

Ante calquera emerxencia chama ao 112.

No caso de precisar información mais puntual ou desagregada consulte a páxina web da AEMET:
www.aemet.es, do CIAE 112: www.axega112.gal, e de Meteogalicia: www.meteogalicia.es