

Data de envío: 23.06.2026 - 14:45 h.

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

NIVEL DE ALERTA: LARANXA POR CALOR

A SECRETARÍA XERAL PARA O DEPORTE SUSPENDE A ACTIVIDADE XOGADE E FEDERADA NO EXTERIOR, O MÉRCORES 24 DE XUÑO DAS 12.00 ÁS 17.00 HORAS, NAS SEGUINTE ZONAS:

- LUGO: A MARIÑA, CENTRO E MONTAÑA
- 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 **LARANXA**

A MARIÑA DE LUGO (15): Alfoz, Barreiros, Burela, Cervo, Foz. Lourenzá, Mondoñedo, Ouro, A Pontenova, Ribadeo, Trabada, O Valadouro, O Vicedo, Viveiro, Xove

CENTRO DE LUGO (27): Abadín, Antas de Ulla, Begonte, Castro de Rei, Castroverde, O Corgo, Cospeito, Friol, Guitiriz, Guntín, Láncara, 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

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.
- 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 máis puntual ou desagregada consulte a páxina web da AEMET: www.aemet.es, do CIAE 112: www.axega112.gal, e de Meteogalicia: www.meteogalicia.es