

## Sanabria paraíso natural

La comarca sanabresa se encuentra al noroeste de la provincia de Zamora formando frontera con Orense, León y Portugal, lo que confiere a sus habitantes una cultura y tradición un tanto especial. Además está rodeada por Peña Trevinca, La Cabrera, Segundera y Sierra de la Culebra (reserva regional de caza), existiendo grandes diferencias de altitud y un clima entre húmedo y mediterráneo, por lo que podemos diferenciar gran número de habitats.

Estamos hablando de un territorio muy bien conservado en el que coexisten hombres y mujeres agricultores y ganaderos (cada vez menos) junto con una rica y bien conservada fauna: lobo, zorro, gato montés, tejón, marta, armiño, nutria, corzo, ciervo, jabalí, halcón peregrino y abejero, búho real, garza real, grulla, perdiz pardilla, águila real, especies anítidadas, etc... y flora: roble, castaño, aliso, fresno, abedul, tejo, acebos, frutales y numerosas flores silvestres.

De las montañas antes mencionadas nacen numerosos riachuelos de aguas limpias y cristalinas en la que es común encontrar trucha, barbo, nutria, rana...

El Parque Natural tiene una superficie de 22.365 hectáreas, dentro de las que se encuentra el Lago de Sanabria, el mayor lago de origen glaciar de España. La acción de los glaciares de la época cuaternaria además del lago, nos ha dejado numerosas lagunas, grandes morrenas, y hermosos cañones formando un paisaje único.

Otro atractivo es la arquitectura popular o tradicional, conservada de forma desigual en los diferentes pueblos de la comarca sanabresa, que aprovecha materiales como piedra, pizarra y madera presentes en el lugar para realizar construcciones de dos plantas con cuadra en el piso inferior. Encontramos buenos ejemplos en Rihonor de Castilla, San Miguel, Avedillo, Rábano, Galende...

Elementos importantes en casi todos los pueblos son los molinos de agua (que el visitante puede contemplar en Galende o en Limianos restaurados), la fragua, el horno común para cocer pan, puentes, pontones, fuentes, pilones y cercados de piedra que delimitan prados y pastos.

La arquitectura religiosa está presente en todos los pueblos de la comarca, todos tienen su iglesia. Pero la construcción religiosa más importante es el MONASTERIOS DE SAN MARTÍN DE CASTAÑEDA (pueblo conocido como "el balcón de Sanabria), construido e el período suevo-visigótico qe posteriormente pasó a manos de la Orden del Císter y que hoy alberga en Centro de Interpretación del P.N. del Lago de Sanabria.

Cabe destacar la villa de Puebla de Sanabria que conserva no sólo arquitectura popular, sino también un considerable número de edificios nobles como corresponde al rango que la villa tuvo en el pasado. Lo más importante es la vCasa Consistorial, edificio del siglo XV, la iglesia románica del siglo XII y el Castillo del siglo XV, que hoy alberga la Casa de Cultura y en cuyas inmediaciones se celebran cada verano actuaciones culturales y musicales al aire libre.

Las romerías y mercadillo hacen las delicias del visitante, casi todas se celebran entre agosto, septiembre y octubre, la tradición manda acudir a las ermitas populares. En éstas fiestas la gente aprovecha para adquirir productos de la tierra y degustar los guisos típicos de Sanabria: pulpo a la sanabresa, habones tiernos, trucha, carens suculentas... Algunos mercadillos se celebran de forma semanal como es el caso del Mercado del Puente.

Otras romerías de interés son:

- "La Peregrina", en Donado, primer domingo de septiembre. También se celebra en San Martín e Castañeda, donde es importante la "Visparra", fiesta celebrada en Carnaval (...desde Vigo a San Martín vengo morena por verte, la nieve no em da miedo y el lobo no em acomete...)

- "La Carballeda", en Rionegro del Puente, tercer domingo de septiembre.

- "Los Remedios", en Otero de Sanabria.

- "La Alcobilla", en San Justo, el 8 de septiembre.

- "La Tuiza", en Lubián, último domingo de septiembre.

El visitante también puede disfrutar de la noche sanabresa, en la que las verbenas de los pueblos, los chiringuitos del lago, los pubs y las discotecas juegan un papel importante, ¡¡pero ojo!!, cuidado con la Guardia Civil.