



ATEGAL

Formación permanente e ocio
para **persoas adultas**

MEMORIA ACTIVIDADES 2022

SANTIAGO DE COMPOSTELA

A CORUÑA, FERROL, LALÍN, PADRÓN

MONTERROSO, VILALBA

OURENSE, VIGO

ÍNDICE

1. Quenes Somos.....	6
2. Obxectivos	7
3. Actividades permanentes	9
4. Perfil dos usuarios.....	11
5. Metodoloxía	13
6. Proxectos desenvolvidos.....	18
7. Participación en outros eventos.....	25

As Aulas de Santiago de Compostela	27
--	----

Horario	29
---------------	----

Actividades complementarias	30
-----------------------------------	----

Excursións e visitas Culturais.....	35
-------------------------------------	----

As Aulas de A Coruña.....	39
---------------------------	----

Horario	42
---------------	----

Actividades complementarias	43
-----------------------------------	----

Excursións e visitas Culturais.....	45
-------------------------------------	----

As Aulas de Ferrol.....	55
-------------------------	----

Horario	57
---------------	----

Actividades complementarias	58
-----------------------------------	----

Excursións e visitas Culturais.....	60
-------------------------------------	----

As Aulas de Lalín	63
--------------------------------	-----------

 Horario	64
--------------------------	-----------

 Actividades complementarias	67
--	-----------

 Excursións e visitas Culturais.....	67
--	-----------

As Aulas de Padrón.....	71
--------------------------------	-----------

 Horario	73
--------------------------	-----------

 Actividades complementarias	75
--	-----------

As Aulas de Monterroso	77
-------------------------------------	-----------

 Horario	78
--------------------------	-----------

 Actividades complementarias	79
--	-----------

As Aulas de Vilalba.....	81
---------------------------------	-----------

 Horario	83
--------------------------	-----------

As Aulas de Ourense	85
----------------------------------	-----------

 Horario	87
--------------------------	-----------

 Actividades complementarias	88
--	-----------

 Excursións e visitas Culturais.....	97
--	-----------

As Aulas de Vigo	99
-------------------------------	-----------

 Horario	101
--------------------------	------------

 Actividades complementarias	102
--	------------

Excursións e visitas Culturais.....106

Colaboradores.....111

2. QUENES SOMOS

A **Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos** é unha entidade sen fin de lucro, **colaboradora da Xunta de Galicia**, na que están integradas as Aulas Senior de Galicia- ATEGAL.

Empezan a funcionar no curso 1978/79, da man do coñecido P. Francisco Gómez, seguindo o exemplo das “Universidades de Terceira Idade” fundadas por Pierre Vellás cinco anos antes en Toulouse (Francia) e sendo pioneiras no que hoxe coñecemos como envellecemento activo. Este curso conmemoramos os 40 de formación permanente de xeito interrompido en Galicia.

Está entidade recoñecida como entidade prestadora de Servizos Sociais pola Xunta de Galicia. O 17 de decembro de 1993 a entidade recibiu a “Medalla de Prata ao Mérito Cidadán” polo Concello de Santiago e recibimos de Cruz Vermella Española o recoñecemento á Acción Voluntaria en Madrid o 14 de maio de 2002. É dende o ano 2019, Entidade de Acción Voluntaria.

ATEGAL foi, dende a súa fundación polo R.P. Francisco Gómez Fernández S.J., en 1978, Membros Titulares da Asociación Internacional de Universidades da Terceira Idade (A.I.U.T.A) Tamén na actualidade son Membros Fundadores da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE).

Baixo a Presidencia de P. Rafael Romero Valencia, as Aulas conseguen mellorar notablemente a súa situación económica e comeza unha fase de renovación continua en todas as sedes. Durante á primeira década do 2000, varios proxectos das Aulas Senior de Galicia (ATEGAL) foron premiados pola Obra Social Caja Madrid, a Obra Social Viure y Conviure de Caixa Catalunya, a Fundación Pedro Barrié de la Maza, Obra Social Bancaja e recentemente Kutxabank. Así mesmo, hai que destacar a colaboración entre esta entidade e os Concellos, nos que hai sede de ATEGAL, así como coas tres Universidades Galegas para a realización do Practicum dos seus alumnos e a posta en marcha de proxectos anuais sempre novidosos e de interese para as persoas maiores.

En marzo do ano 2017 renóvase a xunta directiva e o P. Rafael Romero é nomeado presidente de honor da entidade. Asume a presidencia D. Angel Fagilde Trabada, que exerceu de tesoureiro dende a fundación da Asociación, e coñece de cerca a Asociación e aos seus asociados. O P. Rafael Romero faleceu o 24 de novembro de 2020, deixando un gran baleiro en todos nós pero confiando máis que nunca en ATEGAL e o seu futuro. A xunta directiva renovouse en marzo de 2021, sendo elixido Presidente, por unanimidade, D. Angel Fagilde Trabada.

Na actualidade teñen sede en nove cidades: Santiago, A Coruña, Padrón, Ferrol, Lalín, Vigo, Ourense, Vilalba e Monterroso .

As Aulas de Santiago de Compostela, Ferrol, Ourense e Vigo forman parte do consello municipal de persoas maiores das distintas localidades.

3. OBXECTIVOS

O motivo da actuación é a promoción sociocultural das persoas adultas que desexen perfeccionar a súa formación integral, contribuíndo á elevación do nivel cultural da sociedade galega.

Os obxectivos xerais da entidade son :

- Coordinar e desenvolver as funcións das AULAS SENIOR na Comunidade Autónoma Galega.
- O desenvolvemento de proxectos e programas que axuden a elevar os niveis educativos das persoas maiores.
- Estudar e investigar aspectos relacionados na formación permanente de adultos e problemáticas das persoas maiores.
- O intercambio de experiencias e actividades encamiñadas á mellora da calidade de vida e benestar das persoas maiores por medio de plans pedagóxicos apropiados para eles.

- Coordinar as relacións cos órganos da Administración Autonómica e outros de carácter nacional e internacional que teñan misións dirixidas ás persoas maiores.
- A promoción e desenvolvemento de programas del voluntariado cultural e social dos maiores así como as actividades que favorezan a participación activa e creativa dos mesmos.
- A defensa dos intereses comúns das AULAS SENIOR DE Galicia (ATEGAL), así como a prestación de servizos de asesoría técnica e pedagóxica aos seus membros.

Para levar a cabo estes obxectivos a Asociación realiza as seguintes actuacións:

- Imparte con carácter permanente, de outubro a maio, actividades, principalmente de xeito presencial, en catro grandes áreas de coñecemento, nas nove sedes de ATEGAL en Galicia, como se explica no seguinte apartado.
- Colabora coas distintas Administracións Públicas de ámbito autonómico e estatal mediante a realización de estudos e actuacións específicas sobre a formación permanente de adultos, emitindo os informes que lle soliciten e propoñendo a adopción de medidas para unha eficaz xestión dos recursos utilizados pola terceira idade.
- Realízase o seguimento e avaliación dos programas e experiencias levadas a cabo por ATEGAL.
- Favorece acordos e convenios con órganos públicos e privados de carácter cultural e formativo e de forma especial coas Universidades Galegas.
- Busca e promove fontes de financiamento, subvencións e axudas económicas para alcanzar os fins establecidos e para o desenvolvemento dos proxectos da Asociación.
- Organiza e coordina cursos, xornadas, seminarios, congresos e todo tipo de actividades que contribúan á formación, reciclaxe e intercambio de experiencias de directivos, profesores, técnicos e colaboradores de ATEGAL e programas socioculturais similares a favor dos maiores.
- Desenvolve programas de voluntariado cultural e social que sirvan para que as persoas maiores poidan seguir activas, participativas e presentes na sociedade.

- Promove xornadas de formación para as persoas maiores en zonas rurais e comarcais dependentes de ATEGAL.
- Edita material impreso, boletíns, revistas, así como material fotográfico, vídeos, publicacións multimedia e de calquera outro tipo de publicacións en apoio das actividades propias da Asociación.

4. ACTIVIDADES PERMANENTES

Nas nove sedes de ATEGAL impártense seminarios dunha hora de duración ou de dúas horas á semana, das seguintes temáticas.



Galego, inglés, francés, historia da arte e de Galicia, xeografía, historia viva, literatura española e galega, portugués, ciencia, cine, filosofía...



Debuxo e pintura ao óleo, pintura en tea, traballos manuais, música, solfeo, rondalla, teatro, informática, tabletas e smartphones.



loga, pilates, ximnasia de mantemento, taichí, obradoiro de memoria, habilidades sociais, risoterapia, danzaterapia, alimentación saudable, nutrición, camiñatas,



Celebración de magosto, Nadal, Entroido, letras galegas, viaxes e visitas culturais a museos e exposicións, inauguracións e clausuras do curso, participación en encontros e congresos, viaxe anual de fin de curso

O curso comeza a principios do mes de outubro e dura ata finais de maio.

A raíz da COVID-19, desenvolvemos unha plataforma de formación online en moodle, de xeito que compaxinamos a formación presencial coa telemática, nun formato híbrido. <https://formacion.ategal.com/login/index.php>

Entón, cada alumno ademais de asistir as clases presenciais pode acceder con usuario e contrasinal á plataforma de formación e participar nas 5 actividades que se imparten semanalmente na plataforma

- Tecnoloxía
- Francés
- Club de lectura
- Estimulación cognitiva
- ¿Hoy hablamos de...?

Ademais das actividades que teñen carácter permanente, xa mencionadas anteriormente, ofértanse outras actividades complementarias, diferentes en cada sede, como algunhas que detallamos a continuación:

- Conferencias periódicas sobre Saúde e Benestar impartidas por profesionais do ámbito sanitario. As últimas centradas na Alimentación
- Xornadas de Animación á Lectura nas que os nosos alumnos acoden a centros escolares facendo representacións de conta contos.
- Asistencia semanal aos concertos do Auditorio de Galicia.
- Programa de saúde, con asistencia a varios balnearios de Galicia en sesións de mañá ou de tarde.
- Actividade física na auga. Programa Awasán e no balneario de Cuntis.
- Actividades Interxeneracionais, levadas a cabo con alumnos de Ategal e alumnos das Universidade galegas, de centros escolares ou amigos e familiares.
- Viaxes culturais pola contorna para o coñecemento do patrimonio cultural, artístico e natural
- Testeo de produtos e servizos innovadores para as persoas maiores, a través do Senior Lab

- Encontro Rexional das Aulas de Galicia, unha vez ao ano.
- Inauguración e clausuras oficiais dos cursos. No 2022 realizamos a inauguración do curso 2022-2023 o pasado 16 de novembro de 2022 en Santiago de Compostela.

5. PERFIL DOS USUARIOS

ATEGAL está aberto a todas as persoas de 55 ou máis anos, da Comunidade Autónoma de Galicia. Actualmente os nosos alumnos ascenden ao redor de 927 persoas.

Para pertencer a Asociación é suficiente con pagar a cota anual de inscrición que da dereito ao carné de membro de ATEGAL e asistir as actividades e eventos que son gratuítos, ademais das vantaxes que en cada curso académico inclúe.

A duración das actividades é o calendario académico, de outubro a maio, e a data límite de inscrición e polo xeral en setembro e outubro.

O alumnado de ATEGAL son principalmente as mulleres, mentres que ano tras ano aumenta o número de homes, atraídos por actividades como as linguas modernas, pintura ao óleo ou novas tecnoloxías. Estes son máis reticentes a participar nas actividades de carácter físico.

O alumnado de ATEGAL define a institución como un centro de formación sociocultural que lles axuda a mellorar a súa calidade de vida e a permanecer activos

O grado de satisfacción é excepcional e o 90% de matriculados repiten ano tras ano.

O perfil dos maiores en Galicia é moi diverso, hai moita poboación nas zonas rurais e o seu perfil non é o mesmo que o das zonas urbanas, en parte porque as necesidades e circunstancias son distintas. Pero se falamos en termos xerais si podemos dicir que cada vez son máis conscientes da importancia de saber envellecer, dos beneficios que experimentan ao realizar actividades físicas e cognitivas, e ademais o nivel de formación é cada vez maior. Polo tanto hai que ter todo isto en conta e saber adaptarse a cada perfil e ofertar actividades que satisfagan estas demandas, e por suposto estar á vangarda do que vai xurdindo.

En xeral, temos que destacar á diversidade do colectivo de persoas coas que traballamos e ser moi consciente diso para poder “personalizar” na medida das nosas posibilidades ao proxecto de vida que cada quen quere desenvolver.

Traballamos para abrir esta etapa da vida á novos camiños, novas inquedanzas, coidar o corpo, comprometerse coa sociedade, promover a participación, buscar recursos para un envellecemento satisfactorio e loitar contra a discriminación pola idade. É dicir, como conmemoramos cada 1 de outubro, o día do Maior, camiñar por unha sociedade máis xusta para todas as idades.

1 de outubro - Día de las Personas Mayores

QUE CADA PASO NOS ACERQUE A UNA SOCIEDAD MÁIS JUSTA

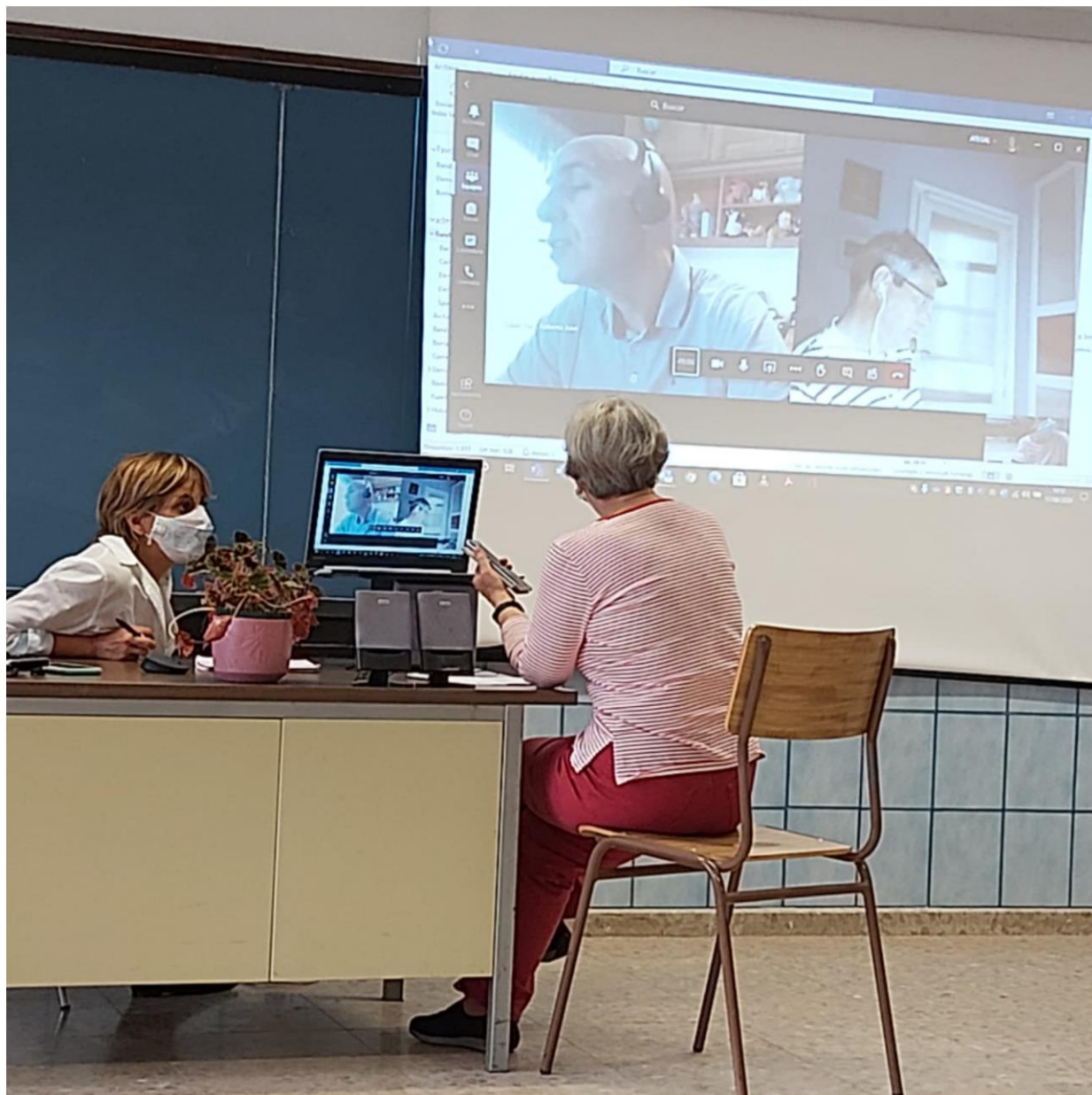


#EstamosEnElCamino

#STOPEDADISMO

6. METODOLOXÍA

A forma de facer e proceder en ATEGAL é froito da experiencia acumulada nestes anos de experiencia pero sen perder a noción do tempo, é dicir tendo moi presente que a poboación vai cambiando e nós debemos facelo con ela. Cos seus intereses e novos modelos e ferramentas.



ATEGAL, como centro de formación réxese por cursos académicos, de setembro a xuño. Os alumnos matricúlanse en setembro para o comezo das clases no mes

de outubro. E normalmente terminamos no mes de maio ou xuño, as clases presenciais.

Coa matrícula elixen a que actividades queren asistir nas tres grandes áreas descritas: **cultural, ocupacional e da saúde.**

Para a matrícula se cumprimentan dous formularios:

- O primeiro, cuns datos de identificación básicos, que se incorporan á base de datos de alumnos.
- O segundo é un formulario coas actividades escollidas para o curso académico. Ambos formularios están suxeitos e adaptados á Lei de Protección de Datos de Carácter Persoal.

Os alumnos elixen non só por intereses se non tamén en función do horario fixado para as mesmas. Así, por exemplo, unha persoa pode vir os martes e xoves ás 10:30h a loga e os luns a Literatura as 18h.

Cada alumno abona unha taxa de matrícula, para gastos xerais da entidade, e logo abona o custo aproximado, que está subvencionado, das actividades nas que está matriculado. A matrícula ascende a 18€ ao mes, segundo o calendario académico, e a maiores os alumnos pagan en función das actividades nas que se matriculan.

Cada alumno de ATEGAL matriculado ten dereito a :

- Carné identificativo do alumnado de ATEGAL, co que ten vantaxes en comercios, museos ou administracións, coas que ATEGAL firma convenios de colaboración.
- Actividades de formación gratuítas organizadas por ATEGAL ao longo do curso, que en cada sede son distintas.
- Asistir ás celebracións, visitas culturais, viaxes, excursións, congresos, xornadas interxeneracionais, que organiza a entidade ao longo do curso.
- Acceso personalizado á plataforma de formación online propia.
<https://formacion.ategal.com/>

Impártese unha media de 45 horas semanais e 16 seminarios distintos por sede, entre as tres áreas descritas.

A maiores, sempre se ofertan algúns obradoiros ou seminarios máis breves, 2 meses máis ou menos, sobre temas que vemos que poden ser demandados e que poden ser abordados en menos tempo.

Así mesmo, intentamos introducir cada vez máis as TI na Aula, para que nosos alumnos as utilicen como ferramentas útiles de coñecemento. Os profesores progresivamente van introducindo na súas materias recursos formativos on-line como complemento á formación presencial recibida.

ATEGAL leva apostando dende o ano 2004 fortemente polas TIC na Aula e dende o ano 2012 introduciu cursos de manexo básico de tabletas e smartphones gratuítos para os seus alumnos. Isto produce, entre outras cosas, que teñamos na actualidade un programa de estimulación cognitiva a través do ordenador en varias das nosas sedes **NeuronUP** e desenvolvemos unha **APP propia** para xestión dos usuarios, información e posta ao día das novidades da Aula, así como un acceso aos contidos da plataforma.



A metodoloxía na Aula debe promover a autonomía de cada asistente e a participación, somos conscientes da parcela de formación que ofrecemos, é de calidade, rigorosa, non regrada e non obrigatoria. O noso alumnado quere aprender, mellorar, pero tamén compartir, tanto coñecemento como experiencia, como o seu tempo. O estar a gusto e saber que se me ten en conta é algo que valoran todos os asistentes.

Foméntase:

- O intercambio de experiencias entre os participantes, crear grupo.
- As actividades interxeneracionais puntuais e permanentes, os profesores co alumnado, o alumnado co alumnado de prácticas, e maiores con nenos

- Actividades interdisciplinarias, para a convivencia de todo o alumnado da sede e como algo enriquecedor para a formación.
- De forma transversal se busca estar cos tempos actuais: tanto ó día coas noticias de actualidade que promovan unha charla, unha visita, unha acción solidaria, etc...como reciclando ao persoal para saber adaptarse ao perfil diverso dos maiores actuais.

Cada profesor, ao terminar o seu taller, presenta unha memoria de como evolucionou o grupo, que melloras se poden introducir de cara ao próximo curso e a satisfacción dos seu alumnado.

O contacto permanente dos responsables da entidade co alumnado, permite detectar rapidamente calquera incidencia que poida xurdir.

No 2020 púxose en marcha o proxecto **Aulas +Social** porque detectamos un baleiro na atención prestada, é dicir, cando por motivos de fragilidade física, social ou cognitiva non poden acudir presencialmente ás nosas sedes, que continuidade e servizo ofertamos aos alumnos de ATEGAL? ¿Ao mesmo tempo, atendemos todo o que podemos a todos os alumnos que asisten as nosas aulas a actividades? E dicir, ¿hai servizos que sabemos necesarios que non podemos ofrecer?

Este proxecto tivo continuidade ao longo do ano 2022 e acabamos de darlle unha nova volta. Non se puideron levar adiante moitas das iniciativas pois a COVID-19 afectou de cheo a todas as entidades, pero tamén serviu para replantexar accións.

Estamos seguros que: o futuro segue pasando pola **educación**, para xerar recursos que permitan afrontar as dificultades da vida en mellor posición e nos permitan superalas, e tamén pola vida en **comunidade**, cada día temos máis claro que todos somos vulnerables, que todos precisamos axuda e que a comunidade, familia, amigos, voluntariado é a rede que temos que mimar e coidar para que nos sintamos tamén coidados e atendidos.

7. PROXECTOS DESENVOLVIDOS

A **Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos**, na que están integradas As AULAS Senior de Galicia, ATEGAL, presentou para o ano 2022 os seguintes proxectos, a maiores do proxecto de envellecemento activo de Aulas que desenvolvemos con carácter permanente nas nosas sedes.

1. Participamos no Proxecto ASISTE. Aplicación en colaboración con AMTEGA

Comezamos no ano 2020, co testeo da aplicación ASIST. GAL en colaboración permanente cos técnicos de Indra e o seguimento coa AMTEGA. Este testeo continuou no 2021 puntualmente coas actualizacións da APP, a posta a disposición da mesma no marketplace de Google en aberto e cando se adaptou a tecnoloxía a calquera pulseira intelixente.

Durante o ano 2022 impartíuse formación en diferentes puntos de Galicia a través das Aulas Cemit (Ribadavia, Santiago de Compostela, Lugo, etc.) . Esta formación ía orientada cara os e as técnicas das Aulas Cemit, así como profesionais do sector socio-sanitario dos concellos.



2. Programa de Voluntariado Senior

Para dar continuidade **ao proxecto educativo** iniciado fai máis de 50 anos por o Irmán Gómez en el Colexio San Francisco Javier con un proxecto de **innovación social**

- Porque estamos situados nun espazo único, centro neurálxico dos colexios de Santiago, que xurde de maneira natural ter un espazo físico de referencia para as **actividades interxeneracionais**.
- Para promover un espazo **de conciliación** no só dos pais senón tamén dos avós que se encargan de coidar con frecuencia a os seus netos.
- Como unha actividade permanente de empoderamento das persoas maiores e de potenciar o **Talento senior**, durante este ano 2022 tivemos recoñecido este labor, na man do noso voluntario Manuel Araujo Friz da Sede de Ourense, o cal foi premiado a nivel estatal pola súa labor de Voluntariado Senior o pasado 5 de novembro de 2022.



En definitiva a clave do proxecto está na **coordinación e optimización de recursos** desde un marco conceptual centrado nas persoas.

Este proxecto se enmarca dentro do programa de Voluntariado Senior apoiado pola Dirección Xeral de Voluntariado.

Atendendo á súa finalidade, toda práctica interxeneracional pretende acadar o obxectivo DUNHA SOCIEDADE PARA TODAS E TODOS, unha expresión que propuxo Nacións Unidas non só para dar cabida a todas as idades senón para responder ás súas necesidades e procurarlles unha maior calidade de vida.

Este experiencias de relación e cooperación entre persoas de diferentes idades, orientadas a favorecer a transmisión e intercambio de coñecementos, competencias e

valores, e que ademais de posibilitar o enriquecemento persoal e grupal, poden contribuír activamente á cohesión e desenvolvemento comunitarios.

Con este **Espazo interxeneracional**, inaugurado en setembro de 2018, temos acadado que as actividades interxeneracionais estean integradas na vida a organización e estean completamente normalizadas. Temos convertido as Aulas Senior, nunhas **Aulas + Social** chea de xente nova, universitarios, mozas e mozos de instituto, adultos novos, fillos dos traballadores, netos dos usuarios, etc..

Algunhas das actividades realizadas foron:

- **ALFOMBRA FLORAL:** Traballo colectivo de recuperación e conservacións das tradicións, neste caso aproveitando a festividade do Corpus.



- **AS FLORES DE SAN XOÁN:** Actividade interxeneracional de recoñecemento e busca das flores e herbas típicas da noite máxica galega por excelencia, empregando unha metodoloxía dinámica e interactiva a través dun xogos con pistas a seguir e ademais todos os participantes levaron unha mostra para continuar coa tradición na casa.



- Con motivo do día das Persoas Maiores o día 1 de outubro de 2022, realizamos un Obradoiro de Cerámica Interxeneracional en Santiago.



3. Programa Senior Lab

Con este programa intentamos consolidar ATEGAL Senior Lab. Nexo de unión entre empresas, administracións e entidades e persoas maiores.

ATEGAL SeniorLab é un laboratorio de innovación que nace baixo esta necesidade de abordar as oportunidades e/ou desafíos que o fenómeno da vellez e envellecemento trae consigo dende un punto de vista diferente, dándolle todo o protagonismo ás persoas maiores e que sexan ele os que nos indiquen o camiño no que temos que traballar entidades, administracións e empresas, para construír o futuro da nosa comunidade, para que **traballando con eles e non só para eles** consigamos prepararnos para o futuro que temos á volta da esquina e

ao cambio de rol que nos espera.

Este ano testeamos varios produtos tecnolóxicos, froito da nosa colaboración co Cluster da Saúde a través do proxecto IT4AHA.

- **Enna: Tablet pensada para persoas maiores máis dependentes:**
- **Myontec: Medias intelixentes, con sensores de saúde.**
- **Celia. Asistente Virtual por voz.**



4. Novo discurso fronte ao reto da lonxevidade. Aulas +Social

En Ategal levamos máis de 44 anos desenvolvendo proxectos para a promoción do envellecemento activo en clave de saúde e benestar a través dun potente modelo que xira ao redor da aprendizaxe permanente ao longo da vida.



Na actualidade, é necesario replantexar este modelo, porque as persoas maiores evolucionan de forma diferente, deben

afrontar novos escenarios no esperados, con cambios moi rápidos e que provocan inseguridades non previstas, para as que debemos buscar novas respostas. O mundo enteiro envellece, Galicia envellece e os nosos socios e socias tamén.

É hora de madurar e dotar a Ategal de **Aulas +Social** para seguir sendo un referente no proceso de cumprir anos adaptativamente e continuar traballando para garantir o bo trato cara as persoas maiores.

Queremos continuar traballando baixo un paradigma de desenvolvemento, fomentando accións de transformación e innovación social, en definitiva, ofrecer un servizo integral e personalizado na idade adulta.

Aulas +Social, naceu co fin de acompañar e apoiar na conquista de todas as etapas da vida, a través de un espazo físico de referencia, dun profesional con novas competencias e xunto cun grupo motor conformado por socios e socias voluntarios/as de Ategal que conecte persoas e recursos, problemas con solucións, necesidades con posibilidades e expectativas con respostas, para favorecer a inclusión en “este novo modelo de envellecemento” de todos estes “maiores” que despregan comportamentos e demandas sociais moi diferentes a os seus antecesores, que rexeitan ser categorizados en virtude de súa idade e impugnan o rol clásico do “maior” así como para sistematizar a axuda mutua exercida por Ategal, informalmente ao longo de todos estes aos, en esa segunda etapa marcada polo inicio das situacións de fragilidade e por suposto nunha posible fase na que sexa xa necesario a planificación e acceso aos coidados.



Fundación "la Caixa"

Aulas +Social é un espazo máis de Ategal, que outorga ao concepto de educación unha dimensión social. O entendemos

como un modelo de innovación social.

Este modelo foi tratado dentro do Programa Senior Innovation Lab desenvolto pola USC no derradeiro trimestre do ano.

Ofrécese un servizo, **“Aquí, agora y Contigo”**, co que pretendemos dar un paso adiante na atención global e personalizada a todo o alumnado.



SENIOR INNOVATION LAB

Aprende mediante seminarios e talleres prácticos planificados sobre innovación social, produto mínimo viable, comunicación efectiva e traballo interdisciplinar

21 e 28 de outubro e 4, 11, 18 e 25 de novembro, de 10:00 a 13:00 horas. Evento final o 2 de decembro.
 Data límite de Inscripción: 14 de outubro

Lugar de Celebración:
Centro de Estudos Avanzados.
 Parque de Vista Alegre, rúa Salvadas s/n.
 15705. Santiago de Compostela

Recoñecemento de créditos: 2 ECTS para estudiantado de grao.
 Recoñecido pola EDIUS para estudiantado de doutoramento.

 @SeniorInnovation
 @SeninnLab
 @seniorinnovationlab

 Máis información:
senior.innovation@usc.es







Y por suposto continuamos con:

- **Colaboramos coa Cátedra de Cruz Vermella” e a USC.** USC
 Compartimos actividades e xuntos traballamos por poñer en valor o talento senior.
- **Alumnos en prácticum.** Temos convenios de colaboración coas facultades de Psicoloxía, Pedagogía, Educación Social e Traballo Social da USC, de Socioloxía da UDC para que os alumnos poidan realizar o prácticum nas nosas sedes. Tamén acollemos a alumnos dos ciclos de Animación socio-cultural e do Máster de Xerontoloxía e de Igualdade.
- **Neuron up, Estimulación cognitiva on-line.** É unha aposta pola tecnoloxía unida á formación permanente de calidade e en aras de adaptarnos aos maiores, máis independentes e que queren unha formación continuada sen os parones estivais e en todo momento.
 Pioneiros en utilizar esta ferramenta, cada día ten máis adeptos e xenérase máis dependencia ás sesións realizadas
 Neste eido contamos coa colaboración con Caixabank



8. PARTICIPACIÓN DE ATEGAL EN EVENTOS

ATEGAL participou como convidada nas seguintes actividades durante o ano 2022

Poñente no Congreso ACDGAL, Asociación de Centros de Día de Galicia.

Da. Patricia Álvarez, profesora de TI da entidade participou neste congreso sobre a importancia e o uso da tecnoloxía nas persoas maiores.



Axuntamos enlace ao video resumo do mesmo.

 <https://cutt.ly/CMQhXxt>

Comité executivo do Forum Riess 2022

Acto anual organizado polo Cluster da Saúde onde se recoñecen a empresas, iniciativas e proxectos innovadores no eido da saúde



SIL 2022, Senior Innovation Lab da USC



seniorinnovationlab 🌐 Xa arrancou o @seniorinnovationlab !

📌 O venres foi a primeira sesión no Centro de Estudos Avanzados da @universidade_usc

► Iniciamos o codiseño traballando man a man con representantes das entidades do sector e alumnado de grao, máster, doutoramento e IV ciclo da USC

Ou alumnado da Universidade de Santiago de Compostela seguirá traballando os venres de outubro e novembro na versión do idosa

Aulas Senior

SANTIAGO DE COMPOSTELA

Rúa Virxe da Cerca, 31
15703-SANTIAGO DE COMPOSTELA
Tfno. 981 58 15 33
coordinacion@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

As Aulas Senior de Santiago, a través da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos pertencen á Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE) como membros asociados. Son membros así mesmo do Consello Sectorial Municipal das Persoas Maiores.

En Ategal Santiago están matriculados 131 alumnos/as.

O curso académico comeza no mes de outubro e remata no mes de maio, neste período durante os meses de setembro e xuño, seguimos con actividades de charlas e visitas ás exposicións na cidade, tamén viaxes culturais dun día, e rematamos co viaxe de fin de curso.

HORARIO ATEGAL SANTIAGO CURSO 22/23

**3 OUTUBRO COMEZAN
AS ACTIVIDADES**



**Tlf: 618184344/981581533
administracion@ategal.com**

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Pintura 10:30 - 12:30h 17:00- 19:00h	loga 10:30- 11:30 h 11:30/12:30h Informática 1 11:30-12:30h Informática 2 18:00- 19:00h Memoria 17:30 - 19h Historia do arte 19:00- 20:00 h Ximnasia 19:00-20:00h Dúbdas móvil 19:00- 20:00 h	Pilates 11:30- 12:30h Acuarela 11:00-12:30h Inglés NM 17:00 - 18:00h N.AV18:00- 19:00h Coro 17:30- 18:30 h	loga 10:30- 11:30 h 11:30/12:30h Informática 1 11:30-12:30h Informática 2 18:00- 19:00h Historia 19:00- 20:00 h Ximnasia 19:00-20:00h	Pilates 11:30- 12:30h

PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 22-23

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
70	30	38

ACTIVIDADES FORMATIVAS OU OBRADOIROS BREVES

- 19 de febreiro: Actividade Interxeneracional entre alumnado de Ategal e alumnado de psicoloxía da USC.
- Durante o mes de marzo, as clases de Historia estiveron adicadas as raiñas da Idade Media.
- 7 de marzo de 2022: Charla sobre mulleres pintoras, impartida por Victoria Tizón.
- 8 de marzo de 2022: Con motivo da celebración do día da muller, o alumnado de prácticas da Escola de Traballo Social da USC organizaron un roteiro feminista no cal se percorreron distintos puntos da cidade onde están representadas mulleres ilustres da historia galega.
- 9 de marzo ao 23 de marzo: Participamos na campaña de Ecoembes para o reciclaxe, a través da aplicación de Ecoembes cos códigos QR dos produtos.
- 15 de marzo: Curso sobre primeiros auxilios impartido polo alumnado da escola de enfermería.
- 24 de marzo: Concluímos a campaña de Ecoembes cun taller de Reciclos.
- 31 de marzo: Visita do alumnado de Cambridge a Ategal compartindo uns obradoiros bilingües.. Proxecto de colaboración entre as dúas entidades, recepción no Concello, visita ao patrimonio da USC e presentación da cidade polos alumnos de Santiago.
- Do 19 de abril: ao 13 de maio de 2022: Taller “Proxecto de vida” impartido por unha alumna de prácticas de Educación Social da USC.
- 12 de maio: Taller sobre” Alexa e as súas aplicación” impartido pola Fundación Esplai.
- 12 de maio: Ciclo de Charlas “Sumando Calidade de Vida “unha charla a semana.
- 6 de xuño: Ciclo de charlas sobre Astronomía, durante tres luns, vía streaming, en colaboración coa Fundación Alicia y Guillermo.

- 20 de xuño: Actividade interxeracional Taller de Herbas de San Xoán para dar a coñecer as súas propiedades, participaron o alumnado de ATEGAL e os nenos/as achegados a estes.



- 15 de xuño: Actividade Interxeneracional, Confección dunha alfombra floral (celebración do Corpus Cristi) da man do alumnado de ATEGAL e dos nenos/as vinculados á institución.



- 21 de xuño de 2022. Clausura oficial do Curso 2021-2022



- 20 e 27 de xuño: Taller sobre os teares. Práctica na Aula



- 17 de outubro: Charla sobre “Arte e Muller” por Guillermina Domínguez, dentro da Plataforma.

<https://formacion.ategal.com/login/index.php>



24 de outubro de 2022: Charla “O Feminismo. Tips para entendelo” impartido por Da. Uxía González Ferreiro



- 3,10,17 de novembro de 2022: Charlas de participación cidadán, impartidas pola Asociación Educación solidariedade de Galicia



- 16 de novembro de 2022: Inauguración Oficial do curso, misa do peregrino e comida de confraternidade e visitas culturais.





- Participación no Proxecto Europeo Celia, unha aplicación móbil para detectar o deterioro colectivo en persoas maiores que viven soas, mediante un asistente de voz virtual.

VISITAS E SAÍDAS CULTURAIS

- 20 xaneiro: Visita a exposición “Esculturas de Jorge Castillo” no museo Gaías na cidade da cultura.
- 27 xaneiro: Visita a exposición “Fotografía do camiño portugués” no Gaia, na cidade da cultura.
- 2 de febreiro: Visita guiada ao Museo do Pobo Galego.
- 16 de febreiro: Visita guiada ao Museo das Peregrinación.
- 7 de abril: Visita a exposición “O camiño portugués. Memoria de mar e pedra” no museo Gaías na cidade da cultura.
- 28 de abril: Visita guiada “As pegadas do camiño” no museo Gaías na cidade da cultura
- 23 de maio: Charla “Las dos urracas” impartida por Victoria Tizón
- 25 de maio: visita a exposición, “Obxecto de desexo, Surrealismo e deseño” no museo Gaías na cidade da cultura
- 15 de xuño: Saída cultural as murallas de Santiago
- 27 ao 30 de xuño: Viaxe fin de curso a Coimbra e Aveiro



- 5 de xullo: Exposición “ Cidades do Tempo” na Fundación Abanca
- 11 de xullo: Charla “Berenguela a grande, princesa de Castela e raíña de León por Victoria Tizón.
- 15 de setembro: Visita Pazo de San Lorenzo



- 18-25 de setembro: Viaxe Internacional Ategal Galicia París-Normandía
- 22 de setembro: Visita Colexiata de Sar
- 28 de setembro: Visita á exposición “ Arte de comezar, arte de rematar” na fundación Abanca
- 29 de setembro Actividade Interxeracional de Cerámica.
- 24 de novembro: Visita á exposición Imaxinaria mostra internacional de Ilustración Contemporánea



- 29 de novembro: Visita á exposición “ Pánico no museo” de María Meijide no museo Eugenio Granell.



Aulas Senior

ATEGAL A CORUÑA

Rúa Fonseca 8
15004-A Coruña
Tfno. 981 21 68 63
coruna@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE A CORUÑA

As Aulas da Senior de Coruña, a través da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos, forman parte da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE) como membros asociados.

Forman parte do Programa de Voluntariado Dixital de Galicia impulsando un novo modelo de inclusión dixital, que integre as accións para a alfabetización dixital con outras que permitan aos nosos alumnos, avanzar, madurar e acceder a maiores niveis de coñecemento e uso das TIC, camiñando cara a innovación social dixital, posibilitando a súa autonomía, participación, colaboración e mellora na súa xestión diaria.

No curso 2022-23 quedaron inscritos como alumnos nas Aulas Senior de A Coruña 75 persoas (homes e mulleres) de máis de 55 anos, de diferentes niveis culturais e socioeconómicos que participaron de maneira asidua nas actividades de carácter permanente da programación. As actividades de carácter xeral están abertas ao público de todas as idades.

No curso 2022/23 están matriculados 75 alumnos/as.

Curso 2022/2023

Comezamos este curso el día 3 de outubro del 2022 de forma presencial e a través da plataforma on-line.

HORARIO ATEGAL A CORUÑA

CURSO 2022-2023

A CORUÑA				
 ATEGAL Formación permanente e ocio para persoas adultas				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGA - PILATES 11:30 - 12:30h	RONDALLA 10:00 - 11:00h 11:00 - 12:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 11:00 - 12:00h	RONDALLA 10:00 - 11:00h 11:00 - 12:00h	GIMNASIA SUAVE 11:30 - 12:30h
PINTURA 17:00 - 18:00h 18:00 - 19:00h	TAICHÍ 10:00 - 11:00h 12:00 - 13:00h	YOGA - PILATES 11:30 - 12:30h	TAICHÍ 10:00 - 11:00h 12:00 - 13:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 11:00 - 12:00h
NUEVAS TECNOLOGÍAS 18:00 - 19:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 11:00 - 12:00h	MEMORIA 17:00 - 18:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 11:00 - 12:00h	TALLER DE INNOVACIÓN 11:00 - 13:00h
CLUB DE LECTURA	FRANCÉS (online) 11:30 - 12:30h	PINTURA 17:00 - 18:00h 18:00 - 19:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 18:00 - 19:00h	MEMORIA 17:00 - 18:00h
	NUEVAS TECNOLOGÍAS 18:00 - 19:00h	NUEVAS TECNOLOGÍAS 18:00 - 19:00h	CIENCIAS SOCIALES 19:00 - 20:00h	CINE FORUM 18:00 - 19:30h
	CIENCIAS SOCIALES 19:00 - 20:00h			CONOCE TU CIUDAD

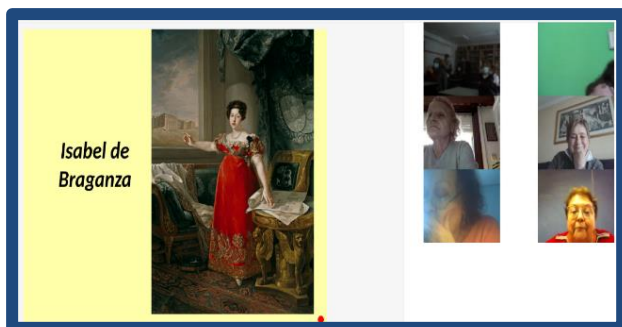
PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 2022/2023

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
15	50	35

ACTIVIDADES FORMATIVAS OU OBRADOIROS BREVES

- 8 de marzo: Mulleres pintoras. Impartida por Victoria Tizón o 8 de marzo, día da muller.

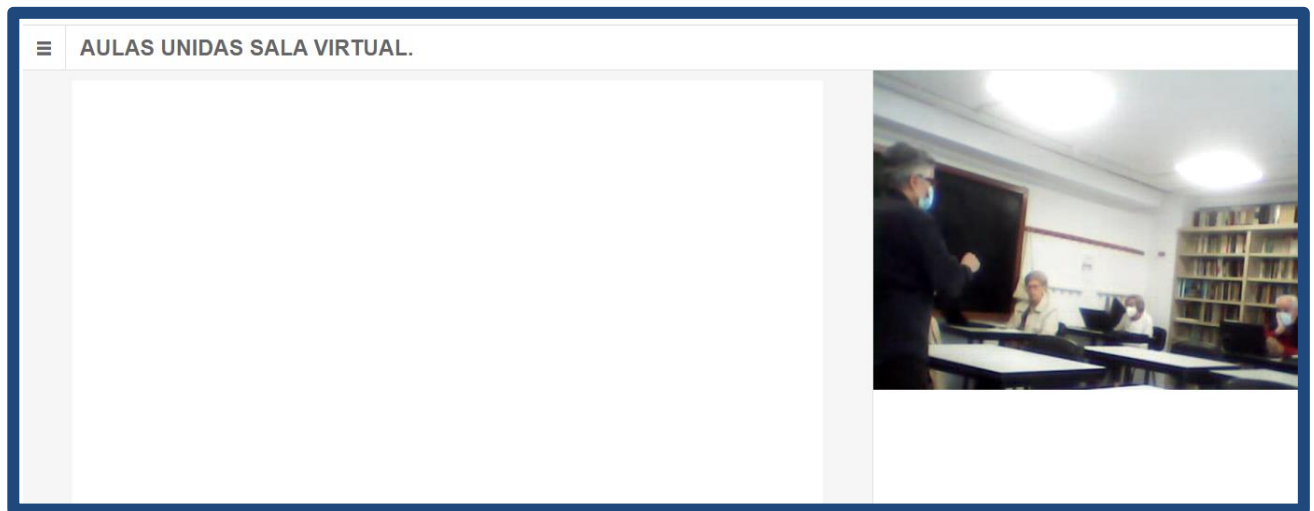


por

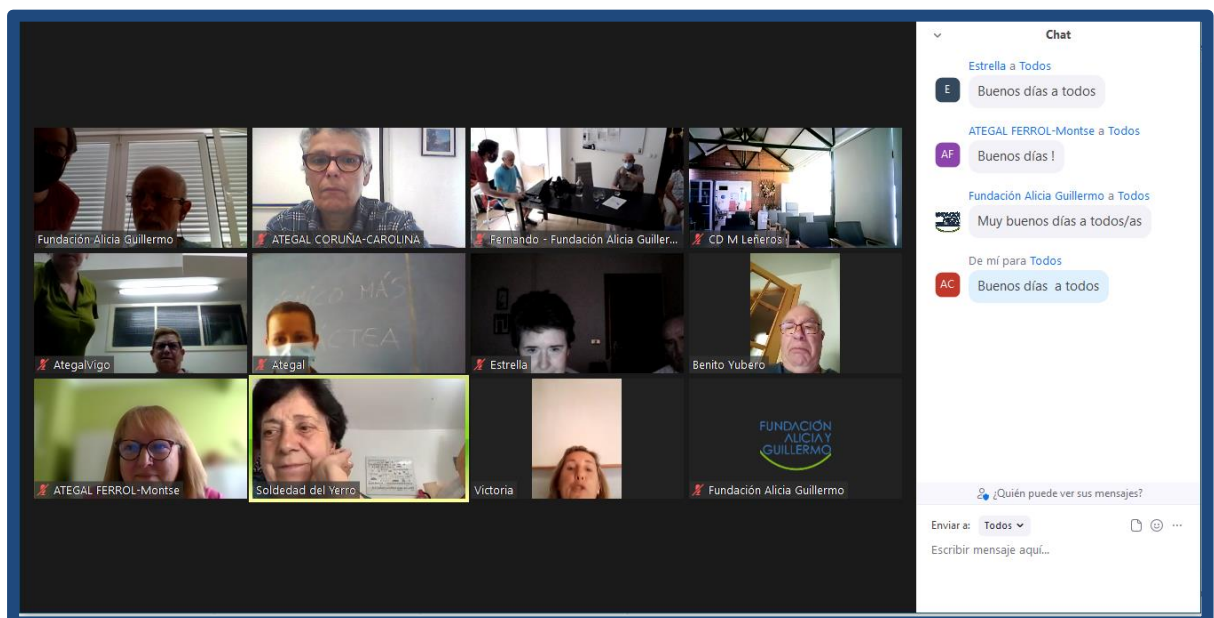
- 30 de marzo: Informática en streaming. Plataforma Mobile: uso plataforma ATEGAL.
- 23 de maio: Charla: As dúas Urracas. Impartida por Victoria.



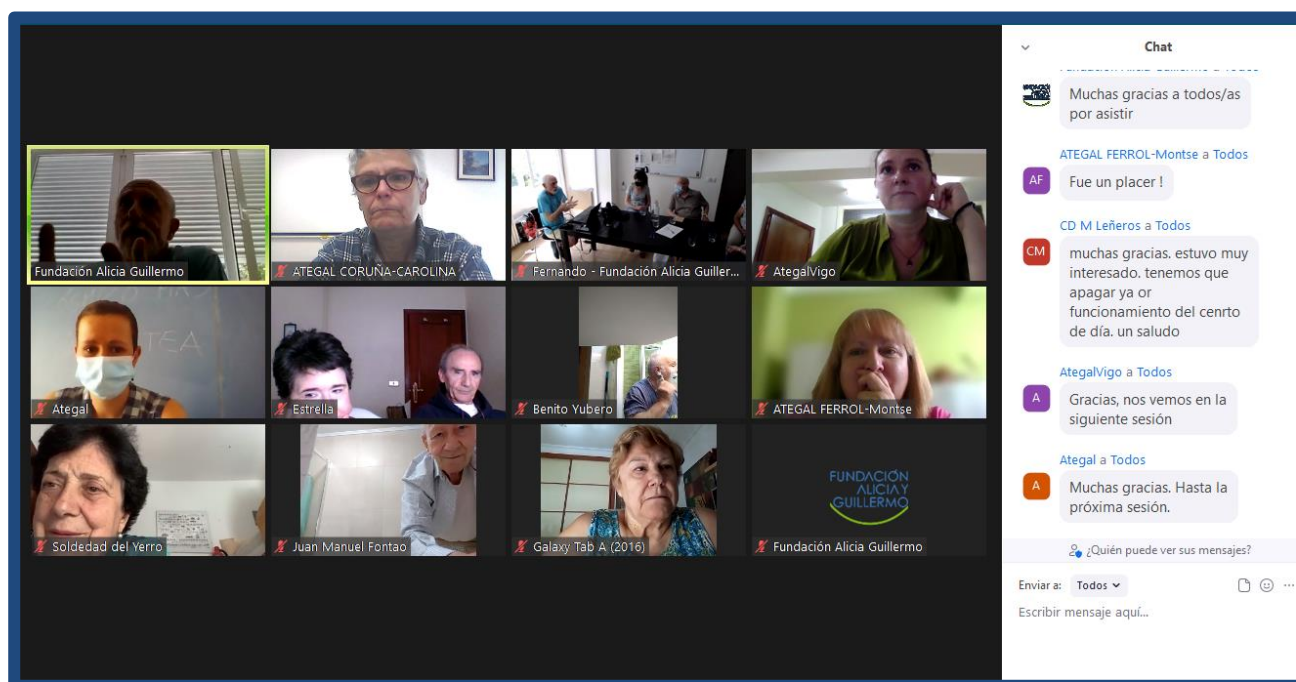
- 25 de maio: Informática en streaming coa plataforma móbiles: aplicación SERGAS.



- 6 de xuño: Charla astronomía: Coñecendo o Sistema Solar coas misión espaciais da Axencia Espacial Europea (ESA). Colaboración coa Fundación Alicia e Guillermo.



- 13 de xuño: Charla astronomía: Un viaxe cósmico máis alá da Vía Láctea. Colaboración coa Fundación Alicia e Guillermo.



VISITAS E SAÍDAS CULTURAIS

- 15 de xaneiro: “Coñece a miña cidade”. Tapas pola cidade da Coruña.



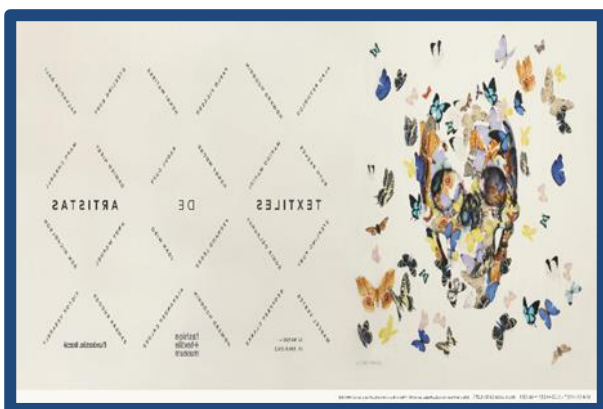
- 9 de febreiro: Visita guiada no Museo de Velas Artes da Coruña. Alejandro González Pascual (1930 – 1993).



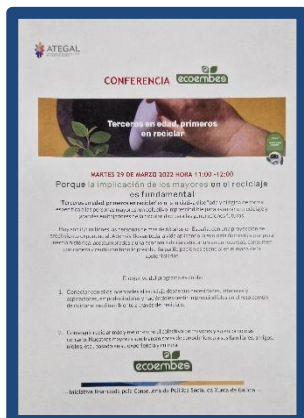
- 16 de febreiro: Visita guiada á primeira exposición en España do fotógrafo Peter Lindbergh.



- 25 de marzo: Visita guiada á exposición "Textiles de Artistas". Fundación Barriere.



- 29 de marzo: Conferencia “Terceira en idade, primeiro en reciclar”. Colaboración con ECOEMBES.
- 22 de abril: Visita guiada ao Pazo de Mariñán.





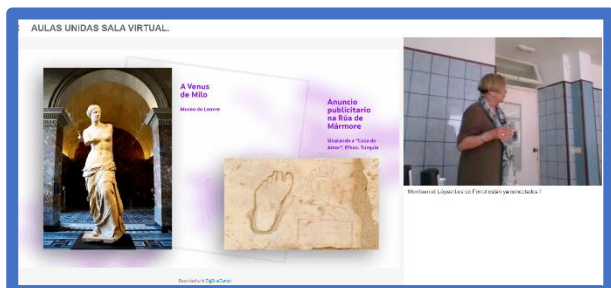
- 30 de maio: Comida de fin de curso de ATEGAL Coruña.



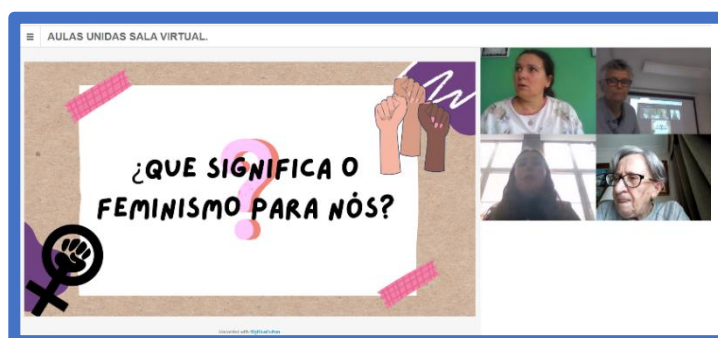
- Viaxe de fin de curso 2021/2022 das aulas: Normandía- París



- Luns 10 de outubro Conferencias en plataforma : Hoy hablamos de: "Arte y Mujer"

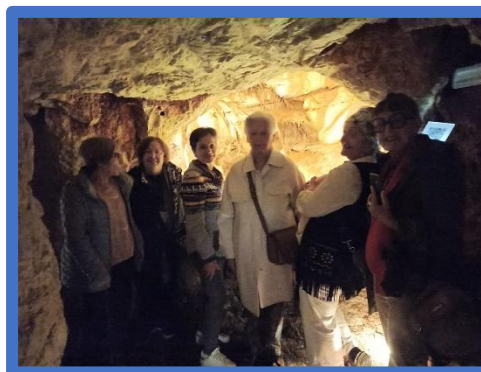
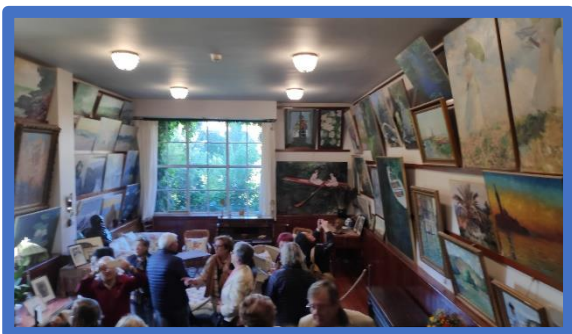


- luns 24 de outubro: Conferencias en plataforma: Café Virtual: O Feminismo.Tips para entendelo. Aulas Santiago

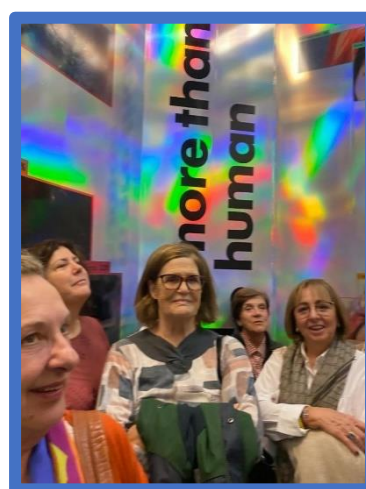


- Viaxe a Portugal coas aulas Ferrol do 24 ao 27 de outubro

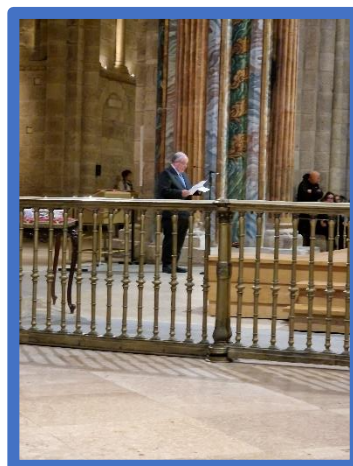
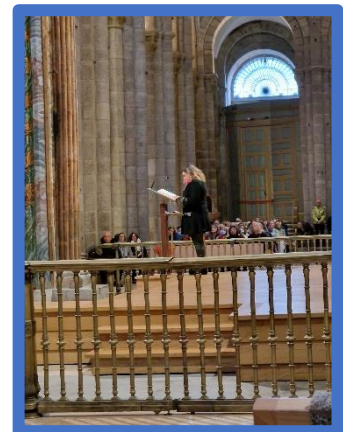




- Venres 28 de outubro: visita guiada exposición : Al More Than Human Afundacion. Abanca. Coruña .



- Mércores 16 de novembro: inauguración do curso 2022/2023.





- Venres 25 de novembro: presentación do Cine Foro: La Chica de París



- Venres 9 de decembro: presentación do Cine Foro: El milagro de Anna Sullivan



- Venres 16 de decembro: visita guiada exposición : “Steven Meisel, o visionario da fotografía que inventou as súper modelos”



- Martes 20 de decembro: visita guiada exposición: “Arte Asiática do matrimonio”
Rockefeller. Fundación Barrei



BUDA Y SHIVA LOTO Y DRAGÓN

EXPOSICIÓN

OBRAS MAESTRAS DE LA COLECCIÓN DE
MR AND MRS JOHN D. ROCKEFELLER 3rd
EN ASIA SOCIETY

20 DE OCTUBRE DE 2022
22 DE ENERO DE 2023

Fundación Barrié

 ASIA SOCIETY
MUSEUM

 AFA AMERICAN
FEDERATION
OF ARTS

Aulas Senior

ATEGAL FERROL

Rúa Galiano, 17 – 1ª
15402-FERROL
Tfno. 981 356202
ferrol@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE FERROL

As Aulas Senior de Ferrol, a través da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos, forman parte da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE) como membros asociados.

CURSO 2022 / 2023

COMENZAMOS ESTE CURSO O 3 DE OCTUBRE 2022 COAS AULAS PRESENCIAIS E A PLATAFORMA.

HORARIO AULAS FERROL

No curso 22/23 están matriculados 66 alumnos (presenciais e plataforma).

Total de horas lectivas dedicadas ás actividades permanentes: 16 horas semanais

HORARIO AULAS FERROL

CURSO 2022/2023



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Novas Tecnoloxías on line 17:00-19:00h	Francés on line 11:30-12:30h	Historia 17:00- 18:30 h	Francés on line 10:00-11:00h	Historia Arte I 16.45-18.15 Historia Arte II 18:30- 20.00 h
Informatica 17:00- 19:00h	Francés 18:00 - 19:00h	Taller de memoria on line 17:00- 18:00h	Historia da Arte 17:00- 19:00h	
Ximnasia cerebral on line 18:00 - 19:00h		Taller de Memoria 18:00- 19:00 h		
Club de lectura 19:00- 20:00h				

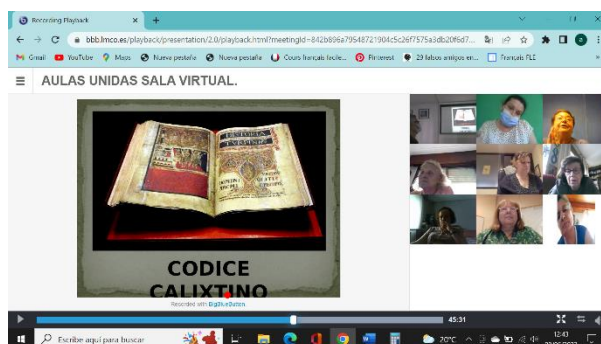
PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 2022/23

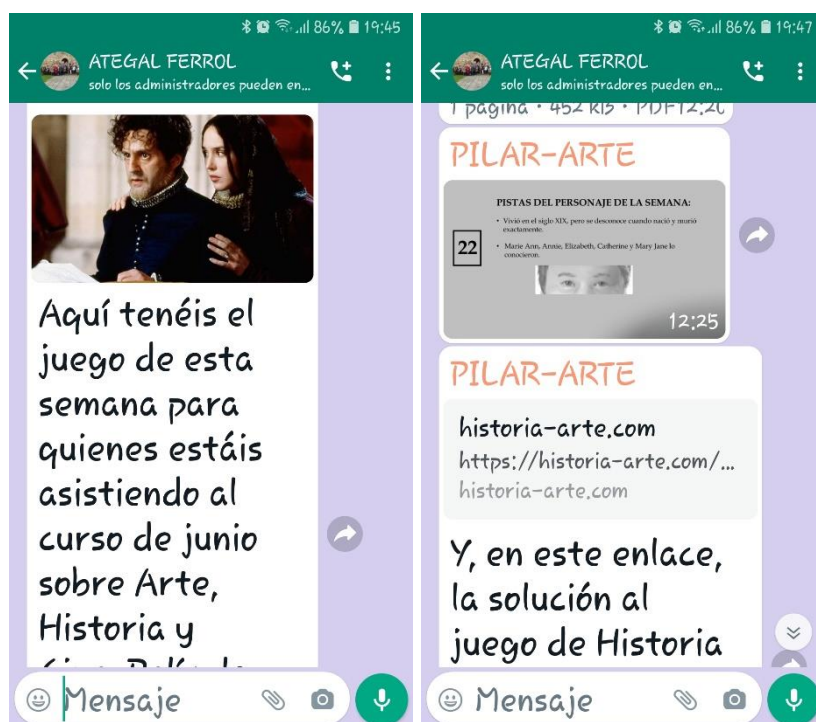
ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
41	7	10

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- Conferencias ONLINE 1 vez ao mes na plataforma os lun ás 18h.



- Xogo semanal de Arte e de Historia vía WhatsApp durante todo o curso.



- Curso curto de habilidades dixitais : “ O uso da aplicación do SERGAS”.



- Os vernos de xuño 2022. Cursillo de verán : “A historia e a Arte a través do Cine” .



- 9 e 21 de novembro: Curso curto de habilidades dixitais impartido pola fundación ESPLAI :



VISITAS E SAÍDAS CULTURAIS

- 2 de febreiro: Visita á exposición: “Facendo historia”. Ferrol



- 28 de marzo: Visita ás exposicións: “ Textiles ” e “ Peter Lindbergh ” . A Coruña



- 13 de maio: Visita á Fábrica de Castro-Sargadelos e Pazo de Meirás en Sada e ao Museo arqueolóxico da Coruña



- 1 de xuño 2022 comida de fin de curso 2021-22:



do

- **24 ao 27 de outubro 2022** excursión a Portugal:

Visita a : Vila Real - palacio Mateus – Tomar - Castillo de Almourol - convento de Cristo + castillo de Tomar - grutas da Moeda - Monasterio de Batalha - Monasterio de Alcobaça - Aveiro



- **16 de novembro 2022** Inauguración do curso 2022-2023 en Santiago

Aulas Senior

ATEGAL LALÍN

INTRODUCCIÓN

Este é o primeiro ano que se asina un convenio de colaboración entre o Concello de Lalín e a Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos. Este convenio é froito de varios anos de colaboración e comunicación entre ambas entidades, e puido materializarse en 2022.

Ao ser o primeiro ano presentouse unha oferta formativa segundo as actividades máis demandadas en ATEGAL noutras sedes, resultando un éxito en participación e en satisfacción dos asistentes

As alumnas e alumnos deben matricularse previamente no Concello, e asisten gratuitamente as actividades escollidas sempre e cando haxa dispoñibilidade de praza. Estas prazas están limitadas ao aforo da sala, da Aula Cemit, no caso da clase de informática, pero sobre todo neste obradoiro para que resulte práctico e útil para os participantes.

As actividades permanente ofertadas complétanse con actividades esporádicas, ben ofertadas dende o propio concello como propostas por ATEGAL

2. ACTIVIDADES DESENVOLTAS

Calendario Lalín 22

Charlas Saúde:

Comezaron o 30 de marzo, distintos profesionais do equipo de Da. Estefanía Zardoya

Mércores de 16:30h a 18:30h

Concello de Lalín e Aula Lalín Arena

Periodicidade cada 15 días, segundo calendario axunto.

Estimulación cognitiva:

Comezo o xoves 7 de abril, ata o 9 de xuño de 2022. Impartido por Da. Majo Fares, psicóloga de ATEGAL especialista en xerontoloxía

Comezamos en outubro o 20 de outubro e remataremos o 22 de decembro. Impartido por Da. Uxía González Ferreiro, Educadora Social e Máster en Igualdade

Xoves de 17:30h a 19h

Aula en Lalín Arena

Periodicidade semanal.

Nº alumnos: 45

Historia da Arte:

Comezo o martes 5 de abril, ata o 7 de xuño de 2022. Impartidos por Da. Cristina Carballado, Licenciada en Historia da Arte e colaboradora de ATEGAL

Comezamos o 18 de outubro ata o 20 de decembro de 2022,

Martes de 17:30h a 19h

Aula en Lalín Arena

Periodicidade semanal.

Nº alumnos: 51

Móbiles e Tecnoloxía:

Comezo o mércores 19 de outubro ata o 23 de decembro de 2022. Impartidos por Da. Noelia Rey, traballadora social, docente de TICs e colaboradora de ATEGAL

Mércores e venres de 10:30h a 12:30h, en dous grupos

Aula en Lalín Arena

Periodicidade semanal.

Nº alumnos: 15 en iniciación e 21 en perfeccionamento.

En total temos 85 alumnos matriculados.

Organizáronse xa dúas saídas culturais dentro do obradoiro de Arte e asistiron á inauguración oficial do curso en Santiago.

ACTOS, EXCURSIÓNS VISITAS CULTURAIS

✓ **30 de marzo de 2022.**

Inauguración oficial e comezo do Ciclo de Saúde



TALLER DE SALUD

**Sumando
calidad a la vida**

MUSEO RAMÓN MARÍA ALLER ULLOA

30 MARZO | ESTEFANÍA ZARDOYA
SALUD SENIOR

6 ABRIL | ESTEFANÍA ZARDOYA
LA NUTRICIÓN

20 ABRIL | SILVIA MÉNDEZ
NEUROALIMENTACIÓN

4 MAYO | JAVIER AMESTOY
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

18 MAYO | CAROL STRATE
MENOPAUSA Y RELACIONES

**Sumando
calidad a la vida**

MUSEO RAMÓN MARÍA ALLER ULLOA

25 MAYO | ESTEFANÍA ZARDOYA
SALUD EMOCIONAL

1 JUNIO | VANESA TABOADA
**ALIMENTACIÓN EN LA EDAD
DE ORO**



CONCELLO DE LALÍN



ATEGAL



CONCELLO DE LALÍN



ATEGAL

https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/deza/lalin/2022/05/15/aulas-senior-lalin-cuentan-centenar-alumnos-55-anos/0003_202205D15C2993.htm

Asistiu Da. Paz Pérez Concelleira de Política Social e D. Fernando González Abeijón, Director Xeral de Maiores



✓ **3 de maio de 2022:**

Visita a San Martín Pinario, Fonseca e Fundación Eugenio Granell





✓ **O 8 de xuño de 2022.**

Clausura oficial con la asistencia de D.. José Crespo

AULAS
LALÍN
SENIOR

ACTO FIN DE CURSO

Valoración, despedida, consellos para o verán e
espazo en común

Lalín Arena
8 XUÑO | 17:30

Coa participación de D. José Crespo

✓ **O 8 de novembro de 2022.**

Visita ao Pórtico da Gloria, Fundación Granell



✓ **16 de novembro de 2022.**

Asistencia acto inauguración oficial en Santiago e pola tarde visita aos claustros do Hostal dos Reis Católicos e Biblioteca América do Patrimonio da USC

✓ **18 de novembro de 2022**

Obradoiro ECOEMBES

https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/deza/2022/11/13/medio-ambiente-charla-sobre-reciclaje-mayores-lalin-ategal-ecoembes/0003_202211D13C4993.htm

✓ **20 de decembro.**

Remate do trimestre e merenda solidaria ao rematar a clase de Historia da Arte.

Aulas Senior

ATEGAL PADRÓN

Rúa Campo do Souto nº2

15900-PADRÓN

Tfno.: 981 81 13 29

padron@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE PADRÓN

No curso 2021-2022 están matriculados no programa das Aulas Senior de Padrón un total de 212 alumnos/as da comarca do Sar, no centro Social e pavillóns de deportes do Concello de Padrón que están situados na vila e na zona rural impártense clases no centro social de Extramundi, Centro cultural de Carcacía, Centro cultural de Extramundi e centro cultural de Angueira de Suso.

As aulas de Padrón colaboramos con proxectos universitarios ao longo deste curso, colexios e IES de Padrón así como coa entidade bancaria CaixaBank co programa relacionado ca estimulación cognitiva a través do ordenador con programa Neuronup, xunta de Galicia, Cruz Vermella, Universidades Galegas, Deputación Provincial da Coruña e outros Organismos públicos.

Participación nas reunións de programación e coordinación das Aulas Senior de Galicia ATEGAL celebradas en Santiago de Compostela.

HORARIO ATEGAL PADRÓN CURSO 2021/2022



LUNES	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Ximnasia mantemento I 9:30-10:30h	Neuronup 9:00- 14:00h	Neuronup 9:00- 14:00h	Neuronup 9:00- 14:00h	Neuronup 9:00- 14:00h
Ximnasia mantemento II 9:30-10:30h	Pilates I 9:30- 10:30 h	Ximnasia mantemento I 9:30-10:30h	Pilates I 9:30- 10:30 h	Camiñatas Saudables 9:30- 12:03h
Neuronup 9:00- 14:00h	Pilates II 9:30- 10:30 h	Ximnasia mantemento II 9:30-10:30h	Pilates II 9:30- 10:30 h	
	Ximnasia Carcacia I 9:30-10:30h		Ximnasia Carcacia I 9:30-10:30h	
	Ximnasia Carcacia II 9:30-10:30h		Ximnasia Carcacia II 9:30-10:30h	

HORARIO ATEGAL PADRÓN CURSO 2022/2023



LUNES	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Ximnasia mantemento 16:30-17:30h	Manualidades 16:0- 18:00 h	Ximnasia mantemento 16:30-17:30h	Pintura tela 16:00- 18:00h	
Escola Espalda Padrón 17:30-18:30h	Tai- chi 16:45- 18:30 h	Historia do Arte 17:00- 18:30 h	Tai- chi 16:45- 18:30 h	
Escola Espalda Extramundi 19:00-20:00h	Ximnasia Extramundi 19:00- 20:00 h	Escola Espalda Padrón 17:30-18:30h	Ximnasia Mantemento Extramundi 19:00-20:00h	
Memoria Padrón 17:30-19:00h	Pilates Extramundi 17:00- 18:00 h	Escola Espalda Extramundi 19:00-20:00h	Pilates Extramundi 17:00- 18:00 h	
Memoria Angueira 19:15-20:45h	Ximnasia Mantemento Extramundi 19:00-20:00h	Informática I 17:00-18:30 h		
loga - Relaxación 18:00- 19:00 h	Pintura Óleo I 16:00-18:00h	Informática II 18:30- 20:00h		
	Pintura Óleo II 18:00- 20:00h			

Total de horas lectivas, 48 horas semanais adicadas ás actividades permanentes

PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 22/23

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
10	53	205

NeuronUp: é unha aplicación na que se traballa o reforzo de memoria por ordenador na sala de ordenadores do Centro Social de Padrón todos os días de luns a venres de 09.00 a 14:00 horas (aula aberta dispoñible para realizar as actividades personalizadas cada alumno).

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- 26 de marzo: Ruta de Sendeirismo “Tras os pasos do Río Xestas”.



- Sábado 22 de outubro.: VIAXE CULTURAL A PORTUGAL CON VISITA A OPORTO E CRUCEIRO DO DUERO POLAS 6 PONTES. Participación: 107 persoas
- Xoves, 3 novembro: BALNEARIO DE CUNTIS. Participación 37 persoas
- Venres 4,11,18,25 novembro,2 e 16 decembro
- CURSO “SUMANDO CALIDADE Á VIDA”
- 16 Novembro. PEREGRINACIÓN A SANTIAGO. INUGURACIÓN OFICIAL ATEGAL CURSO 2022-2023. Participación: 22 alumnos.
- 23 novembro. VISITA GUIADA AO PORTICO DA GLORIA DA CATADRAL DE SANTIAGO E MUSEO DE PEREGRINACIÓNS.
- Xoves, 15 decembro. BALNEARIO DE CUNTIS.
- Xoves, 22 decembro. VISITA CULTURAL AO MONASTERIO DE POIO E VIGO NADAL.

VALORACIÓN DO CURSO

A valoración deste curso foi moi positiva e seguiu sendo un pouco atípica debido á pandemia e a utilización de máscaras. Unha gran parte do alumnado non se matriculou neste curso por medo aos contaxios, e ao ter que utilizar as máscaras

no interior foron bastantes os que preferiron non vir ás aulas.

Valoración Positiva por seguir sendo as Aulas Senior de Padrón un programa cunha grande participación, pese a seguir azoutando a pandemia tal como o fixo. O que sí, soamente se realizaron os cursos e talleres fixos ao longo do ano, algúns deles polas restricións do Covid-19 tivéronse que acomodar en outros espazos e incluso dobregar quendas para grupos máis pequenos. Actuando sempre con moita prudencia e non realizando actividades con moito alumnado, sempre grupos moi reducidos.

Non tivemos saídas nin actividades complementarias como conferencias, viaxes... xa que non se cría prudente tal como azoutou a pandemia neste Concello e incluso houbo actividades que non se realizaron por falta de alumnado.

Pese a todo isto, creo que foi unha das aulas de Galicia que máis alumnado tivemos, chegando a un total de 172 alumnos e alumnas participando nas distintas actividades ofertadas

En xeral pódese dicir que o entusiasmo e a participación do alumnado foi moi bo ao longo deste curso, pero con moita precaución polo Covid-19.

ATEGAL MONTERROSO

Espazo Cultural Lorenzo Varela
Rúa Poeta Lorenzo Varela
27560 - Monterroso
Tfno. 982 377814
monterroso-info@monterroso.es

AULAS SENIOR DE MONTERROSO

As Aulas Senior de Monterroso, se desenvolven entre os meses de xaneiro e maio de 2022 e outubro e decembro de 2022, fináncianse coa subvención concedida polo Concello de Monterroso e as actividades son xestionadas polas Aulas Senior de Galicia.

No curso 2021/2022 matricularóonse 34 alumnas/os

No curso 2022/2023 matricularóonse 45 alumnas/os

HORARIO AULAS DE MONTERROSO

CURSO 2021/2022

MARTES

17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

XOVES

17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

Total de horas lectivas dedicadas ás actividades permanentes: dúas horas semanais

PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 2019/20

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
	45	45

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

ACTIVIDADES FORMATIVAS OU OBRADOIROS BREVES

- **xaneiro:** participación na cabalgata de reis
- **febreiro:** xantar e baile de entroido
- **marzo:** conferencias de “Seguridade no fogar”

ATEGAL VILALBA

CONCELLO DE VILALBA

Praza da Constitución 1

27800 VILALBA

Tfno.: 982 510305

aulas@vilalba.org

AULAS SENIOR DE VILALBA

A Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos do Concello de Vilalba é unha entidade que pretende fomentar a dinamización de actividades culturais e de ocio en persoas de 55 ou máis anos.

No curso 2021/22 están matriculados 35 alumnos/as

Os obxectivos destas actividades, son os que a continuación se detallan:

- Divertirse practicando actividade física adaptada, de mantemento e recreación
- Minimizar os riscos inherente á práctica da actividade física
- Mellorar ou manter o nivel de condición física saudable, adaptada á súa idade, respecto á valoración inicial.
- Mellorar ou manter a estabilización e a hixiene postural
- Proporcionar ós alumnos as ferramentas básicas metodolóxicas para que podan practicar exercicios de forma autóctona na súas casas
- Adaptar o exercicio, na medida do posible, ás características individuais dos alumnos e as súas patoloxías
- Realizar exercicios compensatorios para reequilibrar funcionalmente o organismo
- Fomentar e motivar ós alumnos/as para que practiquen outras actividades físico recreativas ó marxe das aulas.

HORARIO AULAS VILALBA CURSO 2021/2022



Total de horas lectivas dedicadas ás actividades permanentes: 6 horas semanais

PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 2021/2022

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
		35

Aulas Senior

ATEGAL OURENSE

Rúa Progreso nº 66 , Entrechán A

32005-OURENSE

Tfno. 988 21 50 77

ourense@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE OURENSE

As Aulas de Ourense levan funcionando ininterrumpidamente máis de 30 anos. Ocúpanse da formación e da intervención sociocultural coas persoas maiores.

As ATEGAL Ourense firma convenios coa Universidade de Vigo para ter alumnado en prácticas das facultades de Psicoloxía, Traballo Social , Educación Social, Maxisterio e estudantes do Máster en “ Intervención Multidisciplinar na diversidade en contextos educativos “ da Facultade de Ciencias da Educación de Ourense.

Ademais tamén teñen convenios de Colaboración con Expourense e coa CEO (Confederación de Empresarios Ourensanos), así mesmo están presentes, no Concello , pertencendo ao Consello de Maiores.

ATEGAL Ourense colabora con Cruz Vermella e a Asociación Española Contra o Cancro, Liceo Recreo Ourensán, Afaor, etc.

No curso 2022/2023 están matriculados 123 alumnos.

En total impártense 18 horas semanais , a estas horas hai que engadir as da Plataforma virtual.

HORARIO AULAS OURENSE

CURSO 2022/2023



LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Ximasia Mantemento 11:00-12:00h	Ioga: I. 10:00-11:0h II. 11:00- 12:00h	Ximasia Mantemento 11:00-12:00h	Ioga: I. 10:00-11:0h	Camiñatas Saudables* 10:00- 11:00h
Historia do Arte 18:00- 19:00h	Antropoloxía 11:30 - 12:30h	Francés 11:30- 12:30h	Literatura Universal 12:00- 13:00h	Iniciación Artes Plásticas 11:00-12:00h
	Memoria I 17:00- 18:00h	Novas tecnoloxías 18:00- 19:30 h	Memoria II 18:00- 19:00h	Memoria II 17:30- 18:30h
	Galego 18:00- 19:00h		Historia de Ourense 18:30- 19:30h	Memoria III 18:30- 19:30h

*Unha vez ao mes

PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO POR ÁREAS

CURSO 2022/2023

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
42	25	88

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- 18 de xaneiro: Roteiro e visita guiada polas esculturas literarias de ás Esculturas Literarias : Otero Pedrayo, Ferro Couselo ,Saco e Arce con percorrido polas rúas ourensáns.



- 9 de febreiro: Visita guiada á Exposición “ A vida lenta” en Afundación Ourense.



- 11 e 18 de febreiro: Curso breve “O Comercio Xusto e solidario.
- 14 de febreiro charla “Diferenzas culturais entre os países de fala portuguesa” impartido por Noemia vía streaming e en directo ategal ourense.
- 25 de febreiro: Excursión a Porriño, Viho e Panxon para ver a obra de Antonio Palacios.



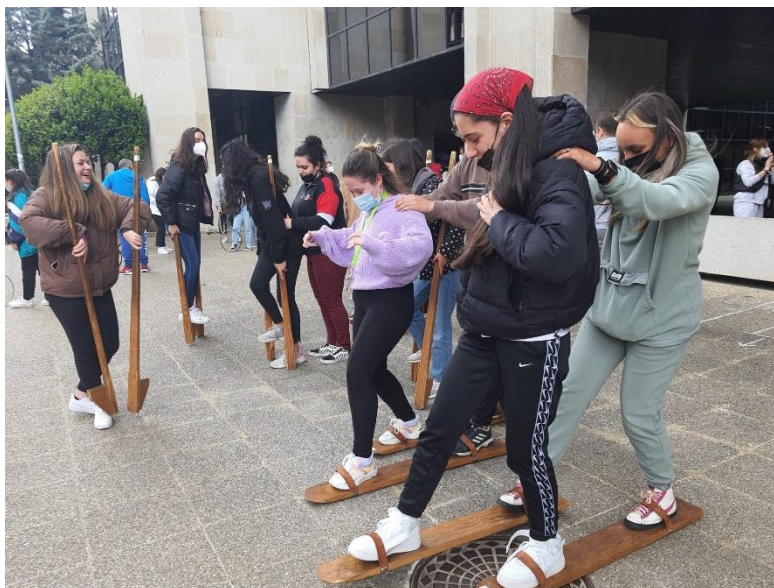
- 25 de febreiro: Comida de Entroido cos/as compañeiros/as de Ategal Vigo.



- 7 de marzo: Charla de Victoria Tizon, na Plataforma ATEGAL, “Mulleres na pintura”.
- 8 de marzo: Charla :“Mulleres galegas pioneiras” impartida na clase de galego.
- 10 de marzo: Proxección do documental “Nosoutras” , reportaxe dobre mulleres rurais de Galicia, feito en Sober.
- 29 de marzo segunda visita á Afundacion “A vida lenta”.



- 1 de abril : Charla de Ecoembes “Terceiros en Idade, primeiros en reciclar”.
- 21 de abril: XIX Xornadas Interxeracionais de Ategal Ourense e UVIGO.



- 17 de maio: Día das Letras Galegas , charla sobre a vida e obra de Florencio Delgado Gurriarán.



- Excursión a Oleiros (Illa de Sta Cruz) , Cambre (visita guiada Igrexa e Museo Arqueolóxico) e A Coruña (Fundación Barrié).



- Do 18 ao 25 de setembro Viaxe ao estranxeiro de ATEGAL a Normandía e París (40 persoas)



- 30 de setembro ,I Camiñata Saudable do Curso (Mende, A Lonia)



- 3 de outubro: Comezo das Actividades
- 7 outubro comeza o Curso “Iniciación ás Artes Plásticas”



- 19 de outubro: comeza o curso “ Falemos en Francés”.
- 19 de outubro: Día do cancro de mama, dende Ategasl Ourense contribuímos facendo fotografías co lazo.

- 5 Novembro, viaxamos a Madrid para recoller o premio ao Voluntariado Senior, outorgado a D. Manuel Araujo Friz (Ategal Ourense).



- Asistencia ao Foro de Saúde Mental (Fundación Esplai „en Esplai, en Villaverde, Madrid).
- 9 novembro : asistencia ao Salón Gastronómico de XANTAR en Expourense e posterior comida de confraternidade.



- 16 de novembro : Xuntanza en Santiago de Compostela , Misa do Peregrino, Xantar e posterior visita ao Pazo de Raxoi (de Ourense participaron 37 persoas).



- 22 e 29 de novembro: Curso “Sácalle partido ao teu Smartphone” , aplicación SERGAS, dúbidas, etc. Impartida pola Fundación Esplai.
- 28 de novembro: visita guiada á Biblioteca NÓS. (Grupo I).



- 30 de novembro: asistimos ao Comercio Xusto , Solidariedade Internacional de Galicia en Ourense para escoitar as vivencias de 3 mulleres bolivianas, a súa vida, etc. (actividade realizada en conmemoración ao día da eliminación da violencia de xénero).



- 6 e 7 de decembro: Viaxe a Bragança e Mirandela xunto ao alumnado de Ategal Vigo.
- 12 de decembro: visita guiada á Biblioteca NÓS. (Grupo II).
- 20 de decembro: comida de Nadal.
- 23 de decembro: Misa en lembranza dos alumnos falecidos de Ategal Ourense.

VISITAS E SAIDAS CULTURAIS

- Do 30 de maio ao 4 de xuño: Viaxe fin de curso , destino Cantabria (Santander, Laredo, Cuevas Soplao, Castro Urdiales).



- 9 de xuño: colaboración coa Asociación Española contra o Cáncer (A.E.C.C.) na Captación .
- 15 de xuño: Roteiro polas esculturas do parque Miño en Ourense (Failde, Cid, Quesada).



- 16 de Xuño: Clausura Curso 2021-22 e Xubilación da Profesora máis veterana.



- Participación nas Xornadas de Voluntariado no Pazo de Sober.
- Do 27 ao 30 de Xuño: Viaxe fin de Curso de Ategal a Coimbra e Aveiro.



Aulas Senior

ATEGAL VIGO

Travesía do Pino,2 entrechán

36205-Vigo

Tfno. 986 481600

vigo@ategal.com

AS AULAS SENIOR DE VIGO

As Aulas Senior de Vigo, a través da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos, forman parte da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE) como membros asociados. Está en contacto e colaboración con outras entidades e organismo da cidade como poden ser a Oficina de Voluntariado do Concello de Vigo, a Cruz Vermella, a Fundación Esplai, Afaga, coas que participamos e colaboramos activamente. Neste Outono de 2022 retomouse a colaboración coas bibliotecas da cidade B.P. Xóse Neiras Vilas e a B.P. Juan Compañel e as donacións de libros para a ampliación da nosa biblioteca por parte de alumnos. Tamén se retomou a colaboración co Banco de alimentos de Vigo coa participación na X Gran Recollida.

CLASE ONLINE NA PLATAFORMA DE ATEGAL TODAS AS SEDES EN COMÚN DE CURSO 22/23

CURSO PRESENCIAL no que están matriculados actualmente 96 alumnos/as de Vigo. Asistindo de outubro a setembro a un total de 27 horas de clases presenciais semanais repartidas do seguinte xeito:

**3 OUTUBRO COMEZAN
AS ACTIVIDADES**


Tlf: 986481600/
634910119
vigo@ategal.com

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Ximnasia 11:30 - 12:30h	Tai-Chí 10:00-11:00h	Ximnasia 11:30 - 12:30h	Tai-Chí 10:00-11:00h	
	Francés (online) 11:30 - 12:30h		Memoria 17:15 - 18:15h	
Móvil-Tablet (oct-nov-dic) 17:00 - 18:30h	Inglés 17:00 - 18:00h	Hª do Arte 17:30- 18:30h	Cine Forum 17:30 - 20:00h	Musicoterapia 17:30-19:30h
Móvil-Tablet (oct-nov-dic) 18:30 - 20:00h	Pintura 17:00 - 19:00h	Literatura 18:30 - 19:30h	Música-Audiciones 19:00 - 20:00h	
Canto 18:30 - 19:30h	Teatro 19:00 - 20:00h			Ximnasia Cerebral 18:30- 19:30hh

PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS 2022/23

ÁREA CULTURAL	ÁREA OCUPACIONAL	ÁREA DA SAÚDE
46	39	58

ACTIVIDADES FORMATIVAS OU TALLERES BREVES

- 24 de febreiro e 4 de abril: Obradoiros de “Nutrición e alimentación saudables”. Impartidos por Dionisio Comesaña en Ategal Vigo.
- 23 de febreiro: Celebración Día de Rosalía coa proxección “Camiño branco” e lectura de textos en colaboración co Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 7,17 e 23 de marzo: Charlas-Obradoiros “Comercio Xusto e Responsable”. Impartidos por Solidaridade Internacional en Ategal Vigo.
- 9 de marzo: Celebración Día da Muller charla “Mulleres do Renacemento nas Artes e nas Letras” por Jorge Rodríguez e Macarena Alonso.
- 22 de abril: Obradoiro formación dixital Tic. Aparatos que nos fan a vida máis fácil e como úsalos: ALEXA. En colaboración coa Fundación Esplai.
- Participación na Revista Dixital Ategal N° 3 mes de Maio 2022.
- 13 de maio: Obradoiro igualdade “Fem-edúcate+” por Sabela Montorio alumna en prácticas Ategal Vigo.
- 18 de maio: Celebración das Letras Galegas a Florencio Delgado Gurriarán en colaboración co Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 6,13, e 20 de xuño: Charlas de Introducción á Astronomía, organiza Fundación Alicia e Guillermo en streaming.
- 27 de xaneiro, 7 de febreiro, 17 de marzo, 21 de abril e 7 de xuño: Cine -forum “O cine das grandes actrices”.
- 3 Novembro Obradoiro de reciclaxe Ecoembes.
- 24 a 30 de Novembro Ategal Vigo colabora na Gran Recollida Banco de Alimentos
- 24 Novembro Proxección documental “España a primeira globalización”
- 25 Novembro Ategal Comparte Cultura, Actividade especial na clase de musicoterapia tecendo redes coa música, motivo de Día Internacional da Eliminación da Violencia contra a Muller.
- 2 Decembro Degustación recetas participantes no concurso “A receta da tua vida”
- 22 Decembro Festa Nadal en Ategal “Letras e Notas” en colaboración co voluntariado cultural do concello, coro e alumnas de clube de lectura e literatura

onde se farán lecturas, recitados e cantos, además de brindar polo Nadal e desexarnos un bo ano novo.

- 29 outubro, 18 novembro, 9 decembro: Cineforum “Cine e Natureza”

Fotos actividades presenciais



Charla-Obradoiro Ecoembes



Obradoiro Musicoterapia e Clube de Lectura



Participación Gran Recollida Banco de Alimentos



25 Novembro

Ategal Comparte Cultura Tecendo redes Eliminando a Violencia Contra a Muller



Clase de Ximnasia

VISITAS E SAÍDAS CULTURAIS

- 19 de xaneiro :Visita guiada as novas instalación da Cidade da Xuntiza de Vigo.Xunta.
- 22 de febreiro: Visita guiada ó MARCO Vigo. Exposición Teresa Moro e Alfredo Alcaín.
- 25 de febreiro: Celebración Entroido, comida con Ategal Ourense no Hotel Coia
- 17 de marzo :Visita guiada ó Museo Liste. Exposición Senlleiros e os seus roteiros.
- 24 de marzo: Ruta Urbana Coñecendo a arquitectura de Michel Pacewic en colaboración có Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 7 de abril :Visita guiada á Exposición A Palma.Volcán e Vida. Afundación.
- 7 de abril : Visita guiada Colección Pinacoteca Fernandez del Riego.
- 23 de abril : Celebración Día do Libro, lecturas na Casa da Cultura en colaboración co Voluntariado Cultural do Concello.
- 29 de abril : Actividade Interxeracional co alumnado do IES Chapela. Ruta de sendeirismo por Nigrán (Ruta do Río Muiños)+ Actividade Ximnasia Cerebral e Actividade de Convivencia.
- 18-25 de setembro: Viaxe Internacional Ategal Galicia París-Normandía
- 27 de setembro: Ruta Urbana Coñece a túa cidade de Catealao a Balaidos en colaboración có Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 29 de setembro: Excursión Inico Curso En Ruta coa Depo comarca Pontevedra, Mosteiro Poio, Igrexa Augas Santas e Ponte Caldelas.
- 19 outubro: Visita guiada exposición Afundación “Soño do Navegante”
- 16 novembro:Peregrinación a Santiago Misa Peregrino, comida Hostal RR.CC e visita ao Pazo de San Lorenzo
- 6-7 decembro:Viaxe a Braganza Ategal Vigo e Ourense
- 13 decembro: Celebración Nadal -Comida Baile de Confraternidade alumnado Ategal Vigo Hotel Coia e posible percorrido no Nadal Bus para ver as luces de Nadal(pendente confirmación)

- 15 decembro: Festival de Nadal actuación do Coro Ategal e Teatro Ategal en Auditorio Fillas de M^a Inmaculada.
- 20 decembro Visita a exposición de Beléns no Museo Liste (pendente de confirmación)



- 26 de maio : Visita guiada a Exposición Francisco Leiro O antropomórfico 1986-2022, no MARCO.
- 30 de maio a 3 de xuño: Viaxe a Cantabria organizado por Ategal Ourense, asisten 4 alumnas de Ategal Vigo.
- 10 de xuño : Comida-baile de fin de curso alumnos e profesores Hotel Coia.

- 14 de xuño : Paseo Cultural Ruta Urbana polo Castro-Couto San Honorato- Praza España da cidade de Vigo en colaboración co Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 27 ao 30 de xuño: Viaxe fin de curso a Ponte de Lima, Coimbra e Aveiro



- 1 de xullo: Visita guiada ás instalacións de Zona Franca Vigo. Areal, Bouzas, Balaidos e Valadares. Ruta en bus.



- 18-25 de setembro: Viaxe Internacional Ategal Galicia París-Normandía
- 27 de setembro: Ruta Urbana Coñece a túa cidade de Catealao a Balaidos en colaboración có Voluntariado Cultural do Concello de Vigo.
- 29 de setembro: Excursión Inico Curso En Ruta coa Depo comarca Pontevedra, Mosteiro Poio, Igrexa Augas Santas e Ponte Caldelas.
- 19 outubro: Visita guiada exposición Afundación “Soño do Navegante”
- 16 novembro: Peregrinación a Santiago Misa Peregrino, comida Hostal RR.CC e visita ao Pazo de San Lorenzo
- 6-7 decembro: Viaxe a Braganza Ategal Vigo e Ourense

- 13 decembro: Celebración Nadal -Comida Baile de Confraternidade alumnado Ategal Vigo Hotel Coia e posible percorrido no Nadal Bus para ver as luces de Nadal(pendente confirmación)
- 15 decembro: Festival de Nadal actuación do Coro Ategal e Teatro Ategal en Auditorio Fillas de M^a Inmaculada.
- 20 decembro Visita a exposición de Beléns no Museo Liste (pendente de confirmación)





Vista a Pazo de San Lorenzo, Santiago de Compostela



Excursión En Ruta coa Depo

OS NOSOS COLABORADORES

A Consellería de Política Social da Xunta de Galicia

A Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE)

A European Association for the Education of Adults (EAEA)

A Escola Universitaria de Traballo Social de Santiago de Compostela

As Universidades de Santiago de Compostela, A Coruña e Vigo

**As Comunidades de PP. Xesuítas de Santiago de Compostela, A Coruña e
Vigo**

A Excma. Deputación de Pontevedra

**Os Concellos de Santiago de Compostela, A Coruña, Ferrol, Ourense, Vigo,
Padrón, Vilalba e Monterroso**

A Fundación Pedro Barrié de la Maza

A AFundación

A KUTXABANK e a súa Obra Social

O Auditorio de Galicia

O Colexio Maior “Santo Agostiño”

O Colexio Salesiano de Ourense

O Liceo Ourensán

A Cruz Vermella

A Fundación Vodafone España

A Obra Social “La Caixa”

A Banco Sabadell Gallego

NeuronUp

Saraiva
Fundación Botín
FEGAUS, Federación Galega de Universitarios Seniors
Televés
Vermislab
Asociación Antigos Alumnos da USC