



**ATEGAL**  
Asociación Cultural Galega  
de Formación Permanente de Adultos

**Aulas Senior de Galicia**  
Entidade colaboradora da Xunta de Galicia

---

# MEMORIA ACTIVIDADES 2018

---

*SANTIAGO DE COMPOSTELA*

*A CORUÑA, FERROL, PADRÓN*

*MONTERROSO, VILALBA*

*OURENSE, VIGO*



**40 AÑOS DE  
FORMACIÓN EN GALICIA**



# ÍNDICE



|   |           |
|---|-----------|
| <b>Carta do Presidente .....</b>                | <b>5</b>  |
| <b>Quenes Somos.....</b>                        | <b>7</b>  |
| <b>Obxectivos.....</b>                          | <b>8</b>  |
| <b>Actividades permanentes .....</b>            | <b>9</b>  |
| <b>Perfil dos usuarios .....</b>                | <b>11</b> |
| <b>Metodoloxía .....</b>                        | <b>12</b> |
| <b>Proxectos desenvolvidos .....</b>            | <b>16</b> |
| <b>Participación en outros eventos .....</b>    | <b>19</b> |
| <br>  |           |
| <b>As Aulas de Santiago de Compostela .....</b> | <b>23</b> |
| <br>  |           |
| <b>Horario .....</b>                            | <b>26</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>        | <b>29</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b>     | <b>31</b> |
| <br>  |           |
| <b>As Aulas de A Coruña .....</b>               | <b>33</b> |
| <br>  |           |
| <b>Horario .....</b>                            | <b>36</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>        | <b>39</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b>     | <b>42</b> |
| <br>  |           |
| <b>As Aulas de Ferrol .....</b>                 | <b>45</b> |
| <br>  |           |
| <b>Horario .....</b>                            | <b>47</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>        | <b>49</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b>     | <b>50</b> |
| <br>  |           |
| <b>As Aulas de Padrón .....</b>                 | <b>51</b> |
| <br>  |           |
| <b>Horario .....</b>                            | <b>54</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>        | <b>56</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b>     | <b>57</b> |
| <br>  |           |
| <b>As Aulas de Monterroso .....</b>             | <b>59</b> |
| <br>  |           |
| <b>Horario .....</b>                            | <b>61</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>        | <b>63</b> |



|   |           |
|---|-----------|
| <b>As Aulas de Vilalba .....</b>            | <b>65</b> |
| <b>Horario .....</b>                        | <b>67</b> |
| <b>As Aulas de Ourense .....</b>            | <b>69</b> |
| <b>Horario .....</b>                        | <b>72</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>    | <b>74</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b> | <b>75</b> |
| <b>As Aulas de Vigo .....</b>               | <b>77</b> |
| <b>Horario .....</b>                        | <b>79</b> |
| <b>Actividades complementarias .....</b>    | <b>82</b> |
| <b>Excursións e visitas Culturais .....</b> | <b>83</b> |
| <b>Colaboradores .....</b>                  | <b>85</b> |

# CARTA DO PRESIDENTE HONORÍFICO

## FINIS CORONAT OPUS

Con esta MEMORIA ponemos punto final al curso 2017-2018 y los comienzos del curso 2018-2019. En siglos pasados al final de toda buena obra literaria se escribía el “Finis coronat opus”, como expresión victoriosa de muchos esfuerzos coronados por el éxito. Nosotros también nos sentimos orgullosos de coronar exitosamente un curso más en nuestras AULAS, en ATEGAL; por eso ponemos nuestro “Finis coronat opus.”

Como podéis ver ha sido un año de gran acción en ATEGAL. Además de nuestra increíble actividad ordinaria, este curso pasado hemos celebrado nuestros primeros 40 años juntamente con las demás Aulas fundadoras del resto de España. Intervinimos en varios proyectos europeos; y acabamos el curso con un estupendo viaje por el sur de Italia del 14 al 20 de junio.

Todo esto lo debemos a vuestro entusiasmo y cariño por las AULAS, a la entrega permanente de nuestros Profesores, de los Jefes de las diversas AULAS de Galicia ... y ¡cómo no! del primer responsable de todo: Angel Fagilde y su equipo. Tantos años de entrega e ilusión.

Sabéis que desde hace más de un año soy Presidente Honorario de ATEGAL, es decir, son otros los que afrontan el peso y el trabajo, aunque es mucha verdad que a todos os llevo muy en el corazón. He estado casi 20 años como Presidente.

Con todo cariño os digo lo de siempre. Enhorabuena y gracias por todo lo hecho en este curso que ahora acaba. Mucho ánimo para seguir empujando el carro de todos. Solemos decir aquello de “renovarse o morir”. Y por eso nuestras AULAS han estado y siguen estando siempre vivas, porque siempre han estado en perenne renovación.

Algunos de Vigo suelen decirme: tenemos juventud acumulada. Y de otros muchos he oído muchas veces: Cumplir años es bonito, pero saber envejecer depende de mí. Así que mucho ánimo y siempre adelante.

Con un cariñoso saludo,

Rafael Romero Valencia s.j.

Presidente de Honor

## 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 pioneras 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.

ATEGAL é, 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 son Membros Fundadores da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE). E dende xuño de 2014 somos membros de EAEA: European Association for the Education of Adults (Asociación Europea para a Educación de Adultos)

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 os últimos anos, 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 novedosos e de interese para as persoas maiores.

En marzo do ano 2017 renívase 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.

Na actualidade teñen sede en oito cidades: Santiago, A Coruña, Padrón, Ferrol, 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 funciones 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 da terceira idade.
- 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 relacions 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 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 en catro grandes áreas de coñecemento, nas oito 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 que sirvan para que as persoas maiores poidan seguir activas, participativas e útiles á 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.



Idiomas, historia da arte e de Galicia, xeografía, historia viva, literatura española e galega, cultura xeral, cine, ...



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

ÁREA  
DA SAÚDE



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

ÁREA  
DE LECER



Celebración de magosto, Nadal, Entroido, letras galegas, vías 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 hasta finais de maio. Ademais das actividades que teñen carácter permanente, xa mencionadas anteriormente, ofértanse outras actividades complementarias, diferentes en cada sede, como algunas que detallamos a continuación:

- Conferencias sobre Saúde e Benestar para os nosos maiores, con periodicidade quincenal, 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 maña ou de tarde.
- Actividade física na auga. Programa Awasan.
- Actividades Interxeneracionais, levadas a cabo con alumnos de Ategal e alumnos das Universidade galegas.
- Vixas culturais de fin de curso ao estranxeiro.
- Encontro Rexional das Aulas de Galicia, unha vez ao ano.

## 5. PERFIL DOS USUARIOS

ATEGAL está aberto a todas as persoas de 50 ou máis anos, da Comunidade Autónoma de Galicia. Actualmente os nosos alumnos ascenden a 1008 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 é polo xeral en setembro e outubro.

Os alumnos de ATEGAL son principalmente as mulleres, mentres que ano tras ano aumenta o número de homes, atraídos por actividades como as lingua modernas, pintura ou internet.

Os alumnos de ATEGAL definen 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, co que nos máis traballamos. Pero se falamos en termos xerais si podemos dicir que cada vez son más 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.

## 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.



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 e nas tres grandes áreas descritas: **cultural, ocupacional e da saúde**.

Para a matrícula se cumplimentan 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.

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 as 18h a Pilates e os luns a Literatura as 19h. Cada alumno abona unha taxa de matrícula, para gastos xerais da entidade, e logo abona o costo aproximado, que está subvencionado, das actividades nas que está matriculado.

A maiores cada alumno de ATEGAL matriculado ten dereito a :

- Carné identificativo de alumnos como membro 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.

Impártense 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 más breves, 2 meses más ou menos, sobre temas que vemos que poden ser demandados e que poden ser abordados en menos tempo. Así mesmo, intentamos introducir cada vez más as TIC 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 e desenvolvemos unha **APP propia** para xestión dos usuarios, información e posta ao día das novidades da Aula.

## ATEGAL. Aulas Senior de Galicia

1

| Actividades   |             |       | Actividades  |             |       |
|---|-------------|-------|--|-------------|-------|
| Cultural  | Ocupacional | Salud | Cultural   | Ocupacional | Salud |
| Todas las sedes   |             |       | Sede central: Santiago de Compostela   |             |       |
|  <b>Antropología</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 03/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual                     |             |       |  <b>Educación para la salud</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 07/09/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual   |             |       |
|  <b>Ciencias Sociales</b><br>Lugar: A Coruña<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual                |             |       |  <b>Escuela de Espalda</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual una hora semanal   |             |       |
|  <b>Cine</b><br>Lugar: Ferrol<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual                               |             |       |  <b>Estimulación cognitiva</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual  |             |       |
|  <b>Cine-Forum</b><br>Lugar: Vigo<br>Fechas: 17/10/2017 - 22/05/2018<br>Horario: Anual una vez al mes los martes |             |       |  <b>Gimnasia de mantenimiento</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual   |             |       |
|  <b>Cine-Fórum</b><br>Lugar: A Coruña<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual                       |             |       |  <b>Pilates</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual   |             |       |
|  <b>Cuentacuentos</b>  |             |       |  <b>Taichi</b><br>Lugar: Santiago<br>Fechas: 02/10/2017 - 31/05/2018<br>Horario: Anual  |             |       |
| <a href="#">Lista</a> <a href="#">Calendario</a>  |             |       | <a href="#">Escuela de Espa...</a> <a href="#">Noticias</a>  |             |       |
|   |             |       |    |             |       |
| <b>Escuela de Espalda</b><br>Actividad física- terapéutica de educación y corrección postural. Conciencia e higiene postural  |             |       | <b>Ategal Vigo Homenaje a Miguel Hernández</b><br>El próximo 20 de noviembre a las 18:30h tendremos una lectura de textos y dramatización para recordar su figura ya que el 2017 ha sido declarado su año.   |             |       |
| <b>Dirigido a</b><br>Personas de 50 o más años  |             |       | <b>Ategal Vigo Charla con la psicóloga Isabel Borrego</b><br>El próximo 15 de noviembre a las 18:45 horas tendremos en nuestro local una interesante charla sobre salud y psicología con nuestra psicóloga de cabecera Isabel Borrego.   |             |       |
| <b>Lugar</b><br>Ategal Santiago<br>Santiago, Coruña   |             |       | <b>Ategal Vigo Participación en el Programa de Gadis Consumo Responsable y Alimentación Saludable</b><br>El próximo 1 de Noviembre a las 12h. en la Cl del Príncipe participaremos en el programa que Gadis lleva por toda Galicia de un Consumo responsable y Alimentación saludable. |             |       |
| <b>Fechas</b><br>02/10/2017 - 31/05/2018  |             |       | <b>Inauguración oficial del curso 2017/2018</b><br>El próximo viernes 20 de octubre inauguraremos de manera oficial el curso 2017/2018, juntos en Santiago todos los amigos de Galicia.  |             |       |
| <b>Horario</b><br>Anual una hora semanal  |             |       |  |             |       |
| <b>Precio</b><br>50,00 €  |             |       |  |             |       |
| <a href="#">Lista</a> <a href="#">Calendario</a>  |             |       |  |             |       |



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

Foméntase:

- O intercambio de experiencias entre os participantes, crea grupo.
- As actividades interxeneracionais puntuais e permanentes, os profesores cos alumnos, os alumnos cos alumnos de prácticas.
- Actividades interdisciplinarias, para a convivencia de todos os alumnos 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 a nosos maiores actuais.

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

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

## 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 primeiro semestre do ano 2018 os seguintes proxectos, a maiores do proxecto de envellecemento activo de Aulas que desenvolvemos con carácter permanente nas nosas sedes..

- Proxecto “Smart ATEGAL Ageing On way” en colaboración coa **Fundación Vodafone España**.



**Vodafone España.** O proxecto desenvolveuse dende o mes de decembro de 2017 e rematou en marzo de 2018. Os destinatarios foron persoas de 50 ou máis anos da comunidade de Galicia que teñen o interese en estar ao día no uso e manexo das novas tecnoloxías e desexen entender e sacarlle o máximo partido aos teléfonos intelixentes e/ou as tabletas dixitais. Este proxecto desenvolveuse no seu comezo nas diferentes sedes de ATEGAL pero tamén o estendemos a concellos de Galicia, a rede de centros sociocomunitarios da Xunta de Galicia, centros de día e residencias. Formamos a máis de 500 maiores en 40 seminarios distintos.

- Proxecto “Neuronup e estimulación cognitiva on line” en Ategal Padrón, Ategal



Vigo e Ategal Santiago en colaboración coa **Obra Social “La Caixa”**. Impártense obradoiros de estimulación cognitiva e desenvolvemento persoal, con carácter presencial complementados cos dispositivos de Estimulación Cognitiva a través do ordenador, nesta ocasión usando de xeito pioneiro en estimulación cognitiva a ferramenta innovadora NEURON UP. Conseguimos

integrar as Tics na actividade diaria nos noso centros así como para introducir unha ferramenta útil de promoción da autonomía persoal e evitar o illamento social.



### ▪ ATEGAL Senior Lab

**#SeniorLabAtegal** é un laboratorio de innovación que nace baixo a necesidade de

abordar as oportunidades e/os desafíos que o fenómeno da vellez e o envellecemento trae consigo desde un punto de vista diferente, dándolle todo o protagonismo ás persoas maiores e que sexan eles 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.

É un primeiro espazo físico de referencia, como centro de innovación social, que se nutre e medra gracias a tecer redes sólidas de coñecemento entre persoas e empresas.

- Proxecto “**Nesplora**”, co-financiado polo programa para a innovación e investigación H2020 da Unión Europea. Os nosos alumnos testaron un prototipo en realidade virtual para a detección de problemas de atención. É innovador e pode dar un perfil cognitivo atencional e de movemento completo gracias a realidade virtual. Participaron máis de 200 alumnos de Ategal (A Coruña, Santiago, Ferrol , Padrón e Ourense, Ferrol )
  
- Proxecto Simpático. (SIMPATICO. SIMplifying the interaction with Public Administration Through Information technology for Citizens and cOmpañies) no que participan a Comunidade de Trento (Italia), o Concello de Sheffield (Reino Unido) e a Xunta de Galicia como socios representantes das administracións públicas. O obxectivo do proxecto SIMPATICO é acercar as administracións públicas á ciudadanía a través de servicios online amigables (e-administration).



ATEGAL, como entidade galega representativas do ámbito das persoas maiores, é unha das responsables de testar os resultados e impactos das ferramentas desenvolvidas no marco do proxecto SIMPATICO. Máis información en <http://www.simpatico-project.eu/>

- Xornada experimental de Robótica interxeneracional. Celebramos en Santiago a primeira experiencia ROBOBO interxeneracional entre maiores e nenos de primaria, algo novedoso tanto para os rapaces como os adultos, a complicidade do e o traballo en equipo, reforzan o interese neste tipo de actividades. ROBOBO EDUCATIVO, é un proxecto educativo para enriquecer a educación introducindo a robótica, e foi o gañador da Primeira convocatoria a emprendedores da Fundación Vodafone España no marco do convenio coa Xunta de Galicia, Connecting for Good Galicia.



- **ATEGAL más social.** En colaboración coa Fundación José Otero-Carmela Martínez

**aula+social**  
aprendiendo juntos

**ATEGAL Más Social** púxose en marcha de forma experimental na cidade de Santiago e será o xerme dun futuro, dun proxecto de maior envergadura no que se vencellen todas as sedes de ATEGAL. Préstase unha atención bidireccional, no só ao alumnado que xa no acude ás nosas sedes por fraxilidade física, social ou cognitiva senón tamén ao que acude a diario e participa das actividades na actualidade, uns serán emisores e outros receptores, tendo en conta que todos necesitamos de axuda en temas concretos. Así mesmo potenciamos as actividades interxeracionais.

Queremos consolidar un grupo de maiores voluntarios na área social e cultural, e segundo se aproba en reunión do equipo directivo solicitar no 2019 se Entidade de Acción Voluntaria.

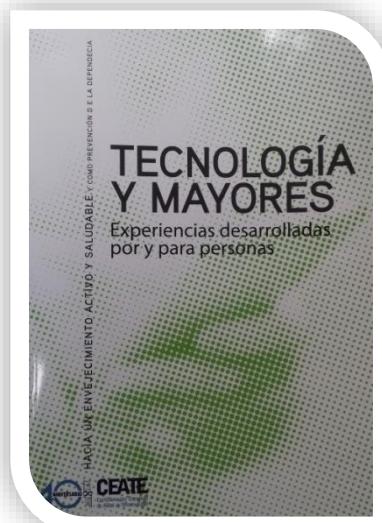
Algúns dos resultados acadados foron:

- Atender os máis fráxiles
- Empoderar a unhas usuarias que por temas persoais estaban nun mal momento
- Paliar a soildade
- Ser referente de apoio e atención aos nosos socios/alumnos. Crear unha rede de apoio non formal
- Poñer en marcha un espazo-interxeneracional con voluntariado senior

## 8. PARTICIPACIÓN DE ATEGAL EN EVENTOS

ATEGAL participou nas seguintes actividades durante o ano 2018

- **25 de xaneiro:** Participación en DICO Summit celebrado na Cidade da Cultura.
- **26 de xaneiro:** Participación na *9ª Edición do Programa "Envellecemento activo e saudable/ Cuidar aos cuidadores*, no Centro de Saude de Vite
- **23 e 24 de febreiro. Organización do curso,** Novas tecnoloxías aplicadas ao envellecemento activo en colaboración co Imserso e CEATE
- **20 de abril:** Asistencia ao curso sobre novas tendencias en envellecemento organizado por CEATE en colaboración coas **Aulas de Valencia** e co dirixido por Dona Sacramento Pinazo
- **4 e 5 maio :** Asistencia á Asemblea Xeral de CEATE en Madrid.
- **9 maio:** Participación e stand propio en Galisenior en Ourense
- **17 de setembro.** Congreso en Vitoria sobre un envellecemento saudable, organizado por Fundación Matia
- **Elaboración do libro.** “**Tecnología y Mayores**”, en colaboración con CEATE
- **5 outubro:** Reunión do Programa Simpático na EGAP
- **Do 16 ao 20 outubro:** Probas de avaliación do Programa Simpático en A Coruña e Santiago
- **23 de outubro.** Asínase convenio de colaboración coa Obra Social La Caixa

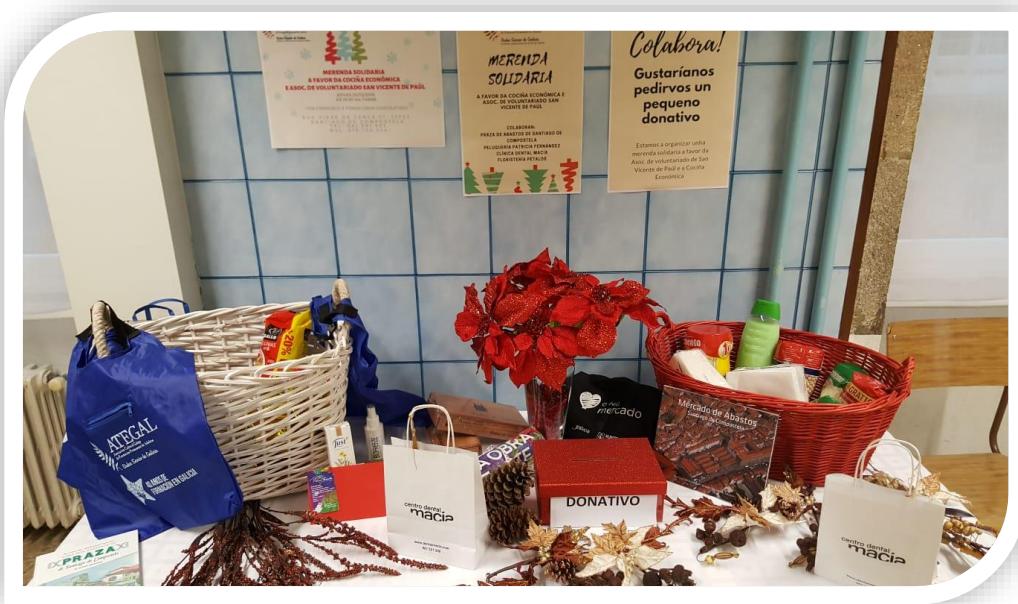




- **25 outubro:** Asistencia ao Foro RIESS, organizado polo Cluster da Saúde en Pontevedra
- **26 outubro:** Asistencia á xornada de Cidades Amigables do Imserso en Vigo
- **30/31 outubro:** Participación como ponente no III Congreso Internacional de Universitarios Seniors
- **8 de novembro.** Conmemoración en Santiago dos LX Anos de ATEGAL



- **15 novembro:** Presentación en Padrón do proxecto: “Estimulación cognitiva a través do ordenador. Neuronup”, coa participación da Obra Social La Caixa
- **21 novembro:** Participación como poñentes no I Foro de Actividade e Saúde sobre Envellecemento Saudable
- **24 e 25 de novembro.** ATEGAL participa como membro activo na MAKE FAIRE Galicia
- **27 de novembro:** Participación no Giving Tuesday, coa presentación do proxecto “Juntos más y mejor”
- **19 de decembro.** A Coral de Vigo participou no certame de panxoliñas de Ourense
- **20 de decembro.** Organización da I Merenda Solidaria de ATEGAL a favor da Cociña Económica e da Asociación de San Vicente de Paúl





*ATEGAL*  
*SANTIAGO DE COMPOSTELA*

Rúa Virxe da Cerca, 31  
15703-SANTIAGO DE COMPOSTELA  
Tfno. 981 58 15 33  
[coordinacion@ategal.com](mailto:coordinacion@ategal.com)



## AS AULAS SENIOR DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

As Aulas de Santiago de Compostela ocúpanse da Coordinación das Actividades e da Administración do conxunto das Aulas Galegas e funcionan como centro-piloto rexional co deseño e posta en práctica de proxectos e iniciativas novedosas no eido da formación e da intervención sociocultural coas persoas maiores.

As Aulas de Santiago firman convenios coa Universidade de Santiago para ter alumnos en prácticas das facultades de Psicoloxía, Traballo Social, Pedagoxía e Educación Social. tamén hai convenio asinado co Instituto de Ensinanza Secundaria Rosalía de Castro para as prácticas dos alumnos do Ciclo Superior de Animación Sociocultural. Neste curso realizaron prácticas no centro un total de 4 alumnos. 1 alumno de Pedagoxía, 1 alumno de Traballo Social, 1 alumna de Educación Social do Practicum I e 1 alumno do Ciclo Formativo de Animación Sociocultural e Turística

Formamos 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.

Este ultimo trimestre do curso, temos convenio co Concello de Santiago para levar a cabo o Proxecto “Compostela Pasos de Saúde” nos distintos

No curso 2017/18 estiveron matriculados 215 alumnos.

No curso 2018/19 están matriculados 185 alumnos.

## HORARIO AULAS SANTIAGO

### CURSO 2017/2018

#### LUNS

- 10,30-12,30 Pintura grupo 1
- 10,30-11,30 Informática grupo 1
- 11,30-12,30 Informática grupo II
- 17,00-20,00 Pintura grupo II
- 17,00-18,00 Inglés intermedio
- 18,00-19,00 Inglés perfeccionamento
- 17,00-18,00 Informática grupo III
- 17,00-18,00 Música Instrumental
- 18,00-19,00 Coro
- 19,00-20,00 Inglés básico
- 19,00-20,00 Literatura

#### MARTES

- 10,30-11,30 Ximnasia I
- 10,30-11,30 Informática grupo IV
- 11,30-12,30 Informática grupo V
- 17,00-18,00 Informática grupo VI
- 18,00-19,00 Informática grupo VII
- 19,00-20,00 Pilates
- 19,00-20,00 Historia da arte

#### MÉRCORES

- 10,30-11,30 Informática grupo 1
- 10,30-11,30 Ioga
- 11,30-12,30 Informática grupo II
- 17,00-18,00 Inglés Intermedio
- 17,00-18,00 Música Instrumental
- 18,00-19,00 Coro
- 17,00-18,00 Informática grupo III
- 18,00-19,00 Inglés perfeccionamento
- 19,00-20,00 Inglés básico

## XOVES

- 10,30-11,30 Informática grupo IV
- 10,30-11,30 Ximnasia I
- 11,30-12,30 Informática grupo V
- 11,30-13,00 Francés Avanzado
- 12,00-13,00 Educación para a saúde
- 17,00-18,00 Informática grupo VI
- 17,30-19,00 Memoria
- 18,00-19,00 Informática grupo VII
- 19,00-20,00 Etnografía
- 19,00-20,00 Pilates

## VENRES

- 10,30-11,30 Ioga
- 11,30-13,00 Smartphone
- 10:30-12:30 Actividades na auga- Awasan

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 35 horas semanais

## HORARIO AULAS SANTIAGO CURSO 2018/2019

## LUNS

- 10,30-12,30 Pintura grupo I
- 10,30-11,30 Meditación
- 10,30-11,30 Informática grupo I
- 11,30-12,30 Informática grupo II
- 17,00-20,00 Pintura grupo II
- 17,00-18,00 Inglés intermedio
- 18,00-19,00 Inglés perfeccionamento
- 18,00-19,00 Actividades interxeracionais. Gratuitas.
- 17,00-18,00 Música Instrumental
- 18,00-19,00 Coro
- 19,00-20,00 Pilates
- 19,00-20,00 Literatura

## MARTES

10,30-11,30 Ximnasia I  
10,30-11,30 Informática grupo III  
11,30-12,30 Informática grupo IV  
18,00-19,00 Informática grupo V  
19,00-20,00 Historia da arte

## MÉRCORES

10,30-11,30 Informática grupo I  
10,30-11,30 Ioga  
11,30-12,30 Informática grupo II  
17,00-18,00 Inglés Intermedio  
17,00-18,00 Música Instrumental  
18,00-19,00 Coro  
17,00-18,00 Informática grupo III  
17,00-18,30 Memoria  
18,00-19,00 Inglés perfeccionamento  
19,00-20,00 Pilates

## XOVES

10,30-11,30 Informática grupo III  
10,30-11,30 Ximnasia I  
11,30-12,30 Informática grupo IV  
11,30-13,00 Francés Avanzado  
12,00-13,00 Educación para a saúde  
18,00-19,00 Informática grupo V  
19,00-20,00 Etnografía

## VENRES

10,30-11,30 Ioga  
10:30-12:30 Actividades na auga- Awasan  
10.30-11.30 Reunión grupo Aulas +Social. Gratuita

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 34 horas semanais

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 17-18

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 101           | 131              | 65            |

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 18-19

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 120           | 101              | 85            |

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

### ACTIVIDADES FORMATIVAS OU TALLERES BREVES

- **23 xaneiro a 22 de febreiro** “ Curso Manexo do móvil”
- **25 xaneiro:** Participación en DICO Summit celebrado na Cidade da Cultura.
- **26 xaneiro :** participación na 9ª Edición do Programa " Envellecemento activo e saudable/ Coidar aos coidadores, no Centro de Saude de Vite
- **18 xaneiro :** Conferencia “ O cerebro da muller” impartida por Dr Raimundo López Vázquez

- **24 xaneiro :** Conferencia “ Seguridade en Internet e redes sociais” impartida por la policía Nacional
- **8 marzo:** Conferencia “**Emilia Pardo Bazán** ” impartida por Victoria Tizón
- **4 abril:** “Compras seguras por internet” en colaboración co Instituto Galego de Consumo
- **5 abril:** “Red de Apoyo Mutuo con persoas Maiores con Dano Cerebral Adquirido ” impartida por María José Hermida responsable de voluntariado de Sarela
- **19 abril :** “A imaxe dos maiores nos medios de comunicación”, impartida por Victor Sariego
- **20 abril:** “Consumo Responsable” retransmitida vía streaming. Aprenderemos a como coñecer as características de cada producto e servizo para poder actuar no mercado como
- **25 abril:** “Pasos para un bo envellecemento”, traballaremos xuntos para detectar necesidades e oportunidades das persoas maiores, en colaboración co IMSERSO
- **26 abril:** Xornada Interxeracional , alumnos de Ategal Santiago e alumnos da USC
- **7 maio:** participación dun grupo de alumnos de Ategal no programa europeo Simpático
- **14 maio:** Celebración do día das Letras Galegas adicado a Victoria Moreno, coa intervención de Hector Cajaraville
- **22 maio:** Conferencia “Tratado de Tordesillas” impartida por Victoria Tizón
- **29 maio:** Conferencia sobre Nápoles para preparar a viaxe fin de curso de Ategal
- **300 maio:** Taller sobre “Emociones y Salud” a cargo de la psicóloga, Estefanía Zardoya
- **6 xuño:** Conferencia sobre Temas legais de actualidade
- **7 xuño:** Experiencia de Realidade Virtual
- **8 xuño:** Visita a exposición de Gaudí no museo de San Martín Pinario
- **12 xuño: Clausura do curso 2017-18,** ca lectura da memoria do curso por Da. Paula Sande Coordinadora Xeral de Ategal Galicia, unha conferencia “ Conquistando etapas vitais” impartida pola Dra. Sara Marsillas ( Fundación Matía)
- **24 setembro: comezo do curso de Meditación**
- **12 outubro :** Actividade Interxeracional de debuxo con nenos de primaria e alumnos de Ategal
- **16 novembro:** Actividade Interxeracional de debuxo con nenos de primaria e alumnos de Ategal
- **21 novembro:** Conferencia “ O Machismo Tolerado” por Mar Bernal psicóloga da USC, con motivo da semana pola eliminación da Violencia de Xénero
- **24-25 novembro:** participamos na Feria Make Faire, na cidade da cultura

- **25 novembro:** Unímonos a campaña do concello de Santiago en contra da Violencia Machista
- **5 novembro:** actividade Interxeracional de papiroflexia
- **12 decembro:** Festival de Nadal
- **17 decembro:** Curso de formación sobre “Comunicación” impartido por Victor Sariego
- **20 decembro:** Merenda Solidaria a favor da cociña económica e voluntariado Vicenciano

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

- **31 xaneiro:** viaxe a Vigo, visita o museo Quiñones de León, para ver as exposición permanentes e os xardíns, pola tarde o museo do mar para ver o “Pergamiño Vintel”
- **14 febreiro :** Viaxe cultural a Ourense, para visitar a exposición “In Tempore Sueborun “ e a fabrica de aceites Abril, unha das principais empresas de Galicia
- **12 abril:** Exposición “ A arte no Comic”, fundación Abanca
- **31 de maio:** Excursión a Camariñas, visitando o museo do Traxe e o faro de Cabo Vilano
- **5 xuño:** saída cultural polas murallas de Santiago
- **11 xuño:** camiñata polo parque do Auditorio de Galicia, parque de Vista Alegre e paseo do Sarela
- **14 xuño o 20 xuño:** Viaxe fin de curso de Ategal Santiago, A Coruña, Vigo, Padrón e Ourense a Nápoles e costa Amalfitana
- **22 de maio:** camiñata por Belvís o bosque de Galicia ata a cidade Cultura
- **12 setembro:** Camiñada saudable pola senda de Sar, Eugenio Granel e banquete de Conxo
- **19 setembro:** camiñada con alumnado do centro sociocultural de Vite e o alumnado de Ategal, dende vite, parque de vista Alegre, auditorio de Galicia e Sarela
- **20 setembro:** visita cultural polas murallas da cidade de Santiago, guiada pola profesora Vitoria Tizón
- **8 novembro:** Peregrinación das Aulas de Galicia, misa na catedral cantada pola ródalla de Ategal A Coruña e comida no Hostal dos reis católicos, visitas culturais das distintas sedes de Ategal a Fonseca, San Martín Pinario e o museo do Pobo Galego
- **27 novembro:** visita a exposición “Castelao Ilustrado” na cidade da cultura
- **12 decembro:** Festival de Nadal, conferencia “Envellecemento Saudable” impartida por Mayán Santos, canto da coral e comida de Nadal
- **17 decembro:** Actuación da Coral de Ategal na residencia Domus Vi en Santiago



## *ATEGAL A CORUÑA*

Rúa Fonseca 8  
15004-A Coruña  
Tfno. 981 216863  
[coordinacion@ategal.com](mailto:coordinacion@ategal.com)



## AS AULAS SENIOR DE A CORUÑA

As Aulas Senior de A Coruña ocúpanse da Coordinación das Actividades da súa sede, adscritas ó centro -piloto rexional de Santiago de Compostela, a través da Sede Central das Aulas Senior de Santiago, as Aulas de A Coruña gozan de convenios coa Universidade de Santiago para ter alumnos en prácticas das facultades de Psicoloxía, Traballo Social, Pedagoxía e Educación Social., e o ciclo Formativo de Animación Sociocultural

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 2017 -2018 quedaron inscritos como alumnos nas AULAS Senior de A Coruña 188 persoas (homes e mulleres) de máis de 50 anos, de diferentes niveis culturais e socioeconómicos que participaron de maneira asídua nas actividades de carácter permanente da programación. As actividades de carácter xeral están abertas ao público de todas as idades.

No curso 2017/18 están matriculados 188 alumnos.

No curso 2018/19 estiveron matriculados 179 alumnos.

## HORARIO AULAS A CORUÑA

### CURSO 2017-2018

#### LUNS

10,00-11,00 Ioga  
11,00-12,00 Pilates/Ioga  
17,00-18,00 Pintura/Artes Decorativas  
18,00-19,00 Pintura/Artes Decorativas  
17,00-18,00 Informática  
17,00-18,00 Ensaio libre Coral Instrumental  
18,00-19,00 Ensaio libre Coral Instrumental  
19,00-20,00 Informática

#### MARTES

11,00-12,00 Informática  
10,00-11,00 Tai-Chi  
12,00-13,00 Tai-chi  
17,00-18,00 Estimulación Cognitiva  
17,00-18,00 Inglés  
17,00-18,00 Informática  
18,00-19,00 Informática  
19,00-20,00 Historia da Arte

#### MÉRCORES

11,00-12,00 Informática  
10,00-12,00 Pilates  
11,00-12,00 Solfeo  
11,30-12,30 Rondalla  
11,00-12,00 Informática  
17,00-18,00 Informática  
17,00-18,00 Estimulación Cognitiva  
17,00-18,00 Pintura/Artes Decorativas  
18,00-19,00 Pintura/Artes Decorativas  
19,00-20,00 Informática

#### XOVES

11,00-12,00 Informática  
10,00-11,00 Tai-Chi  
12,00-13,00 Tai-chi  
17,00-18,00 Informática  
17,00-18,00 Inglés  
18,00-19,00 Informática  
19,00-20,00 Xeografía e Historia

## VENRES

11,00-12,00 Informática  
10,00-11,00 Ioga  
11,00-12,00 Pilates/Ioga  
11,00-12,00 Rondalla  
12,00-13,00 Rondalla  
17:00-18:00 Estimulación Cognitiva  
18:00-20:00 Cine Forum

Total de **horas lectivas semanais** dedicadas ás actividades permanentes: 36 horas semanais.

## HORARIO AULAS A CORUÑA

### CURSO 2018-2019

#### LUNS

10,00-11,00 Ioga  
17.00-18.00 Pintura/Artes Decorativas  
18.00-19.00 Pintura/Artes Decorativas  
17,00-18,00 Ensayo libre Coral Instrumental  
18,00-19,00 Ensayo libre Coral Instrumental  
19.00-20.00 Informática

#### MARTES

11,00-12,00 Informática  
10,00-11,00 Tai-Chi  
12,00-13,00 Tai-chi  
17,00-18,00 Estimulación Cognitiva  
17,00-18,00 Inglés  
18,00-19,00 Informática  
19,00-20,00 Historia da Arte

#### MÉRCORES

11,00-12,00 Informática  
10,00-11,00 Pilates  
11,00-12,00 Solfeo  
11,30-12,30 Rondalla  
11,00-12,00 Informática  
17:00-18:00 Estimulación Cognitiva  
17.00-18.00 Pintura/Artes Decorativas  
18.00-19.00 Pintura/Artes Decorativas  
19.00-20.00 Informática

## XOVES

11,00-12,00 Informática  
 10,00-11,00 Tai-Chi  
 12,00-13,00 Tai-chi  
 17,00-18,00 Inglés  
 18,00-19,00 Informática  
 19,00-20,00 Xeografía e Historia

## VENRES

11,00-12,00 Informática  
 10,00-11,00 Ioga  
 11,00-12,00 Rondalla  
 12,00-13,00 Rondalla  
 17:00-18:00 Estimulación Cognitiva  
 18:00-20:00 Cine Forum

Total de **horas lectivas semanais** dedicadas ás actividades permanentes: 31 horas semanais.

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2017/2018

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 56            | 114              | 87            |

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2018/2019

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 38            | 98               | 65            |

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- **8 xaneiro:** Clube de Lectura de Cecilia Monllor.
- **11 xaneiro:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **12 xaneiro:** Cine forum: Todos están bien. Ciclo comedia contemporánea.
- **24 xaneiro:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo. Libro de Salmos por Juan Carlos Rguez. Herranz.
- **25 xaneiro:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **1 de febreiro:** Curso Intensivo de Smartphone impartido pola Profesora Carolina Naranjo.
- **2 de febreiro:** Cine forum: Aquí, un amigo. Ciclo comedia contemporánea.
- **7 febreiro:** celebración da tradicional *laconada* de confraternidade con motivo do Entroido.
- **9 febreiro:** Cine forum: Peregrinos. Ciclo comedia contemporánea.
- **12 febreiro:** Clube de Lectura de Cecilia Monllor.
- **14 febreiro:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo. Libro de Salmos por Juan Carlos Rguez. Herranz.
- **15 febreiro:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **20 febreiro:** Conferencia: El arte de narrar lo imposible: ilusionismo en la época del desengaño por Dani Martínez Alés.

- **21 febreiro:** Conferencia: En defensa de lo inútil. Una apología argumentada de la proyección social y emocional de las artes por Dani Martínez Alés.
- **22 febreiro:** Conferencia: Nueva actividad ESPACIO TAIZÉ coordinada por Alabaz al María Barcea y Borja Iturbe.
- **28 febreiro:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo. Libro de Salmos por Juan Carlos Rguez. Herranz.
- **2 marzo:** Clase Especial de Memoria dedicada a Ramón y Cajal dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **7 marzo:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo. Libro de Salmos por Juan Carlos Rguez. Herranz.
- **9 marzo:** Cine forum Documental de la vida y obra de Ramón y Cajal dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **12 marzo:** Clube de Lectura de Cecilia Monllor.
- **15 marzo:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **16 marzo:** Cine forum Documental de la vida y obra de Camilo José Cela dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **22 marzo:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **23 marzo:** Cine forum La Colmena dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **5 abril:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **6 abril:** Clase Especial de Memoria dedicada a Severo Ochoa dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **6 abril:** Cine forum Documental de la vida y obra de Severo Ochoa dentro del Ciclo Premios Nóveles españoles.
- **9 abril:** Clube de Lectura de Cecilia Monllor.
- **12 abril:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **13 abril:** Cine forum Dos Pillos y una Herencia.
- **18 abril:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo.
- **20 abril:** Cine forum Lo que de verdad importa.
- **25 abril:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo.
- **27 abril:** Cine forum 100 metros.
- **2 maio:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **4 maio:** Cine Forum. El Olivo.

- **9 de maio:** Aula de Teoloxía: Una pedagogía oracional: la experiencia orante de un pueblo.
- **11 maio:** *Cine Forum* La Reina de España
- **16 maio:** Clube de Lectura de Cecilia Monllor
- **16 de maio:** Reunión previa *Viaje a Madrid Aranjuez*
- **16 maio:** Conferencia: Steps for senior ageing. Pautas para envejecer, por María José Fares Varela.
- **18 maio :** Cine Forum Es por tu bien.
- **22 maio:** Charla coloquio sobre María Victoria Moreno en conmemoración da festividade das Letras Galegas.
- **29 maio:** Comida de confraternidade de Fin de Curso.
- **31 maio:** Aula Blanco Vega: “Un mes un libro”. Coordinou: Sergio Gómez Parra.
- **1 xuño:** comezo Curso de Verán de Smartphone
- **4 xuño:** Comezo Curso Verán de Ioga
- **5 xuño:** Comezo Curso Verán de Xeografía e Historia
- **5 xuño:** Comezo Curso Verán de Taichí
- **6 xuño:** Comezo Curso Verán de Pilates
- **7 xuño:** Comezo Curso Verán de Historia da Arte, Especial Grandes Compositores Clásicos.
- **7 xuño:** Visionado das actuacións de la Coral Instrumental en el Viaje a Madrid-Aranjuez
- **12 xuño:** reunión preparación da viaxe de fin de curso a Costa Amalfitana-Nápoles
- **14 xuño:** Viaxe de Fin de Curso a Costa Amalfitana-Nápoles
- **26 Septiembre:** Excursión a Combarro, Mosteiro de Poio, Museo Masso (Bueu), Cabo Home ....(51 personas)
- **9 Octubre:** Apoio á Asociación contra o cancro, depositamos un agasallo na cápsula do tempo, na entidade, fomos varios alumnos e persoal docente das Aulas.
- **24 Octubre:** Visita á exposición “El Ártico se rompe” ( La Caixa)
- **27 Octubre:** Asistimos ao programa da TVG “Bamboleo” para falar das Aulas e facerlle unha pequena homenaxe a nosa alumna máis veterana.
- **7 Novembro:** Visita á exposición da finada pintora MEBORAT, no Museo Municipal de Ourense, explicada polos nosos mestres: Antonio González e Manuel Araujo (El Chileno)
- **8 Novembro:** “ 40 Aniversario ATEGAL” en Santiago de Compostela, recepción no Pazo de Raxoi , Misa do Peregrino, Xantar de Confraternidade no Hostal dos Reis Católicos e visita ao Museo de Terra Santa, de Ourense participaron 50 persoas.

- **14 Novembro:** Magosto en Castro de Beiro (63 persoas)
- **28 Novembro:** Cine-forum, o tema a tratar a discapacidade, a superación....
- **30 Novembro:** Coloquio “Quiérete y diviertete” (19 persoas) impartido por alumnas de Educación Social (Campus)
- **4 Decembro:** Visita dos alumnos do Máster en Diversidade, que asistiron ás nosas actividades de tarde
- **5/6/7 de Decembro:** Víaxe a Castillo de la Mota, Arévalo, Avila , Rueda e Tordesillas
- **19 de Decembro:** Misa en lembranza dos alumnos fallecidos en M<sup>a</sup> Auxiliadora e Xantar de Nadal no Liceo Recreo Ourensán

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

- **31 xaneiro:** Visita á Casa Museo de María Pita con motivo da exposición de Sir Francis Drake dos alumnos de Xeografía e Historia.
- **20 febreiro:** El Lago de los Cisnes no Teatro Colón.
- **13 marzo:** La Bella Durmiente no Teatro Colón.
- **17 abril:** El Cascanueces no Teatro Colón.
- **4 maio:** XXIII Encontro de Música Coral Fonseca co Coro Asubio (Santiago de Compostela), a Coral Polifónica Follas Novas e a Escolanía de la Catedral de Santiago. Presentado por Joaquín García de Dios SX
- **8 maio:** Visita á Exposición del Titanic no Porto do Parrote.
- **11 maio:** XXIII Encontro de Música Coral Fonseca co Coro Cardenal Quiroga, El Acorde Secreto e Coro y Camerata de la Escuela Municipal de Música. Presentado por Joaquín García de Dios SJ
- **15 maio:** Visita guiada ó Arquivo do Reino de Galicia e ao xardín de San Carlos coa tumba de Sir John Moore.
- **18 maio:** XXIII Encuentro de Música Coral Fonseca con Coro EntrEllas – Grupo Vocal, a Coral Polifónica El Eco e o Coro Gaos. Presentado por Joaquín García de Dios SX
- **25 maio:** XXIII Encontro de Música Coral Fonseca coa Polifónica Coruñesa Canticorum, o Coro Sancta María Maris e o Coro Cantabile. Presentado por Joaquín García de Dios SX
- **25 maio:** Visita ó Palacio Real de Aranjuez e ós seus Reais Jardínes

- **25 maio:** Concerto da Coral Instrumental no Centro Cultural Isabel de Farnesio
- **26 maio:** Visita a la Iglesia de los Alemanes
- **26 maio:** Visita ao Museo do Prado, exposición permanente
- **26 maio:** Visita ao Museo Reina Sofía, exposición Sorolla e a Moda
- **26 maio:** Visita e actuación na Casa Museo de Cantabria de Madrid
- **27 maio:** Visita á Igrexa de San Francisco de Borja Xesuitas. Celebración do Concerto ás 11 horas nos salóns sociais de Maldonado.
- **30 maio:** asistencia al Acto de Fin de Curso del Círculo de Artesanos de A Coruña
- **6 xuño:** *Misa - Concierto final de Curso* coa presenza da Meiga das Fogueiras de San Xoan. Dirixido polo Profesor Alfonso Delgado e oficiado:por Rafael Romero Valencia dentro da Xornada Interxeracional cos alumnos do Colexio Plurilingüe Santa María do Mar Xesuitas.
- **15 xuño:** Visita á exposición da Obra Social "la Caixa" e o Museo Reina Sofía *Picasso El viaje del Guernica*, nos Xardíns de Méndez Núñez de A Coruña.
- **14 ao 20 xuño,** viaxe cultural a Napolés e Costa Amalfitana , de alumnos de Padrón, Ourense, Vigo, A Coruña e Santiago,
- **19 xuño:** Visita á Exposición fotográfica *Bailamos bajo la lluvia* de Ana Amado e Rober Amado, Down Coruña na Sede Afundación A Coruña.



## ***ATEGAL FERROL***

Rúa Galiano, 17 – 1<sup>a</sup>  
15402-FERROL  
Tfno. 981 356202  
[ferrol@ategal.com](mailto: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 Asociación Internacional de Universidades da Terceira Idade (A.I.U.T.A.) e da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE) como membros asociados. Son membros así mesmo do Consello Sectorial Municipal das Persoas Maiores.

As Aulas de Ferrol firma un convenio coa Concellería de Benestar Social do Concello de Ferrol co proxecto: “ saúde activa. Desenvolvemento persoal: Ioga”.

As Aulas de Ferrol reciben una subvención **para a promoción e fomento da cultura do Concello de Ferrol** co proxecto: “ Historia da Arte”

No curso 2017/18 estiveron matriculados 110 alumnos.

No curso 2018/19 están matriculados 120 alumnos

### HORARIO AULAS FERROL CURSO 2017/2018

#### LUNS

18,00-20,00 Informática

#### MARTES

19,00-20,30 Cine

#### MÉRCORES

10,30-11,30 Ioga

11,30-12,30 Ioga

17,00-18,00 Taller de Memoria

18,00-19,00 Taller de Memoria

#### XOVES

11,00-12,00 Pilates

18,00-19,00 Francés

18,00-20,00 Historia del Arte

#### VENRES

10,30-11,30 Ioga

11,30-12,30 Ioga

17:30-19:30 Historia del arte

**Total de horas lectivas** adicadas ás actividades permanentes: 17h30 horas semanais

## HORARIO AULAS FERROL

### CURSO 2018/2019

#### LUNS

16,30-18,00 Redes Sociales-Informática  
18,00-20,00 Informática

#### MARTES

18,00-19,00 Francés  
18,00-19,30 Cine

#### MÉRCORES

10,30-11,30 Ioga  
11,30-12,30 Ioga  
18,00-19,00 Taller de Memoria

#### XOVES

18,00-19,00 Francés  
18,00-20,00 Historia del Arte

#### VENRES

10,30-11,30 Ioga  
11,30-12,30 Ioga  
17:30-19:30 Historia del arte

**Total de horas lectivas** adicadas ás actividades permanentes: 15h horas semanais

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2017/18

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 60            | 10               | 53            |

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2018/19

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 66            | 17               | 41            |

## OUTRAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

### ACTIVIDADES FORMATIVAS OU TALLERES BREVES

8 de marzo: Conferencia : “ o rol da muller na arte” impartido por Pilar Freire

16 de maio: Conferencia : “ STEPS FOR SENIOR AGEING” 11h a 12h30 impartido por Mª Jose Fares Varela

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

**20 outubro:** Inauguración oficial del curso 2017-18 en Santiago.

**24 xaneiro:** visita a la exposición : “LITA CABELLUT” en A Coruña.

**2, 3 marzo:** Excursión a Ourense 2 días, incluíndo a visita a exposición : “IN TEMPORE SUEBORUM”...

**18 abril:** visita a exposición : “GALICIA UNIVERSAL” en Santiago.

**8 maio:** excursión a Padrón para visitar : “ PADRÓN LITERARIO “, a Casa de Rosalía de Castro e a fundación Camilo José Cela.

---

## *ATEGAL PADRÓN*

Rúa Campo do Souto nº2  
15900-PADRÓN  
Tfno.: 981 81 13 29  
[padron@ategal.com](mailto:padron@ategal.com)



## AS AULAS SENIOR DE PADRÓN

No curso 2017-2018 matriculáronse e participaron no programa das AULAS SENIOR DE Padrón 230 alumnos da comarca do Sar (dos 230 alumnos, 18 alumnos están participando no taller de memoria no lugar de Angueira de Suso parroquia de Cruces).

Coas actividades de carácter xeral sobrepasaron as 350 persoas, as actividades como encontros, conferencias, víasx culturais, sempre que non se ocupen a totalidade das prazas co alumnado das Aulas, están abertas ao público adulto en xeral.

As aulas de Padrón colaboramos con proxectos universitarios ao longo deste curso, colexios e IES de Padrón así como coa entidade bancaria La Caixa cun novo programa relacionado ca estimulación cognitiva a través do ordenador con programa Neuron upp e a Xunta de Galicia.

Participación nas reunións de programación e coordinación das AULAS SENIOR DE Galicia celebradas en Santiago de Compostela.

Festa Institucional da Terceira Idade San Xoán de Raio organizada polo Concello de Padrón.

No curso 2017/18 están matriculados 230 alumnos

No curso 2018/19 están matriculados 217 alumnos

## HORARIO AULAS DE PADRÓN

### CURSO 17/18

#### LUNS

09:30-10:30 Ximnasio  
19:00-20:30 Música coral  
17:30-19:00 Memoria en Padrón  
19:15 -20:45 Memoria en Angueira

#### MARTES

09:30-11:30 Pilates (2 grupos)  
10:30-11:30 Ximnasia de Mantemento  
16:30-17:30 Ximnasia Mantemento  
16:30 -18:30 Tai-Chi (2 grupos)  
16:30-17:30 Ximnasia en Carcacía

16:30-18:30 Pintura en Tela  
17:30-20:30 Inglés (2 grupos)  
19:00-20:30 Musicoterapia-Risoterapia  
18:00 -19:30 Memoria en Carcacía

#### MÉRCORES

09,30-10,30 Ximnasio  
17:00-20:00 Informática (2 grupo )  
16:00-20:00 Pintura al óleo

#### XOVES

09:30-12:00 Camiñas por Padrón  
09:30-11:30 Pilates (2 grupos)  
16:30-17:30 Ximnasia Mantemento  
16:30-18:30 manualidades  
16:30 -18:30 Tai-Chi (2 grupos)  
16:30-18:00 Informática  
16:30-17:30 Ximnasia en Carcacía  
17:00-19;00 Calceta de roupa de bebé  
19:30-20:30 Coral

#### VENRES

09:30-11:30 Pilates (2 grupos)  
10:30-11:30 Ximnasia de Mantemento

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 36.5 horas semanais

## HORARIO AULAS DE PADRÓN

### CURSO 18/19

#### LUNS

09:30-10:30 Ximnasio  
19:00-20:30 Música coral  
17:30-19:00 Memoria en Padrón  
19:15 -20:45 Memoria en Angueira

#### MARTES

09:30-11:30 Pilates (2 grupos)  
10:30-11:30 Ximnasia de Mantemento  
16:30-17:30 Ximnasia Mantemento  
16:30 -18:30 Tai-Chi (2 grupos)  
16:30-17:30 Ximnasia en Carcacía  
16:30-18:30 Pintura en Tela  
17:30-20:30 Inglés (2 grupos)  
19:00-20:30 Musicoterapia-Risoterapia  
18:00 -19:30 Memoria en Carcacía

#### MÉRCORES

09,30-10,30 Ximnasio  
17:00-20:00 Informática (2 grupo )  
16:00-20:00 Pintura al óleo

#### XOVES

09:30-12:00 Camiñas por Padrón  
09:30-11:30 Pilates (2 grupos)  
16:30-17:30 Ximnasia Mantemento  
16:30-18:30 manualidades  
16:30 -18:30 Tai-Chi (2 grupos)  
16:30-18:00 Informática  
16:30-17:30 Ximnasia en Carcacía  
17:00-19:00 Calceta de roupa de bebé  
19:30-20:30 Coral

#### VENRES

09:30-11:30 Pilates (2 grupos)

10:30-11:30 Ximnasia de Mantemento

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 36.5 horas semanais

### PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

#### CURSO 17/18

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 110           | 70               | 243           |

### PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

#### CURSO 18/19

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 35            | 62               | 349           |

### ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- **27 outubro:** Conferencia- coloquio “A educación financeira” charla-coloquio onde a asociación de consumidores críticos, responsables e solidarios mostrou conceptos e información sobre os bancos, finanzas, os intereses e cobros por parte das entidades financeiras, etc.
- **15 de decembro:** Conferencia. coloquio “Ponlle a luz a túa factura” a través dun programa de información da Xunta de Galicia, Instituto Galego do Consumo resolveu dúbidas sobre a factura da luz e informou sobre como entender mellor a factura da electricidades e como aforrar nesta.
- **Actividade de mantemento físico,** no pavillón do souto de 09:30 a 10:30 h. os luns e mércores.
- **Ximnasio de aparellos** no pavillón do souto de 09:30 a 10:30 h. os martes e xoves.

- **Camiñatas Saudables** os venres as 09:30, realizando distintas rutas polo concello de Padrón, Rois e Dodro. Impartido por monitores deportivos do Concello
- **Escuela Terapia de Espalda**, no pavillón do souto de 10:30 a 1 h. os luns e mércores.
- **7 maio:** Actuación na celebración de San Xoán do Raio, festa institucional de 3ª idade no Concello de Padrón
- Actuacions con motivo de diversos actos das Aulas de 3ª idade de Padrón
- Cantos de misas, funerais.
- **Participación no programa Activage de teleasistencia avanzada de Cruz Roja.** 6 alumnos de Ategal están participando en este proxecto de teleasistencia.
- **De outubro a decembro:** Curso de manexo de teléfonos móbiles os martes de 10:00 a 11:30 horas.
- **Curso de realización de flores con medias** de cores en Angueira de Suso os martes de 18:00 a 20:00 horas.
- **Curso de manexo de redes sociais:** os xoves de 10:00 a 12:00 h.
- **Visita termal cultural a Arnoia- Balneario e Ribadavia** o 4 de outubro de 2018
- **participación nos 40 anos ATEGAL en Santiago de Compostela** con un grupo de 49 persoas
- **1ª Ruta de Sendeirismo polas Fragas do Eume** o sábado 10 de novembro de 2018.
- **Programa Termal. Desfrute das Termas de Cuntis** o xoves 29 de novembro de 2018 cun grupo de 37 persoas.

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

- Participación na Ruta de Sendeirismo “Segredos do Ulla-Sar”, organizada pola Concellería de Deportes.
- **11 de febreiro:** Visita cultural a Salvaterra do Miño e Portugal e Palacio de Brejoeira: con visitas guiadas
- **11 e 12 de marzo:** Visita cultural a Médulas, León Castrillo de Polvazares e Ponferrada.
- **17 de xuño:** visita os Ancares de Lugo e Ancares de León, visitando as pallozas do Piornedo, Balboa, Pedrafita do Cebreiro e Lugo
- Visita cultural de fin de curso a Ávila e Segovia, con visitas guiadas por estas cidades, visita a Sepulvedra, Pedraza e Castillo de Coca.
- **Tarde de Nadal en Vigo** o xoves 20 de decembro con visita ao Monte Castro, 53ª edición de

concurso de beléns “A Fundación”, visita a exposición de pintura e escultura galega do espazo da colección A Fundación e visionado e desfrute do tan famoso alumeadoo navideño de Vigo.

## ***ATEGAL MONTERROSO***

Espazo Cultural Lorenzo Varela  
Rúa Poeta Lorenzo Varela  
27560 - Monterroso  
Tfno. 982 377814  
[monterroso-info@monterroso.es](mailto:monterroso-info@monterroso.es)



## AULAS SENIOR DE MONTERROSO

As Aulas Seniors de Monterroso, se desenvolven entre os meses de xaneiro e maio de 2017 e outubro e decembro de 2018, fináncianse coa subvención concedida polo Concello de Monterroso e as actividades son xestionadas polas Aulas Senior de Galicia.

No curso 2017/2018 matriculáronse 38 alumnos

No curso 2018/2019 matriculáronse 38 alumnos

### HORARIO AULAS DE MONTERROSO CURSO 2017/2018

#### LUNS

16,00-18,30 Manualidades e pintura

#### MARTES

16,30-17,30 Obradoiro de Memoria  
17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

#### XOVES

16,30-17,30 Obradoiro de Memoria  
17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: seis horas e media semanais

## **HORARIO AULAS DE MONTERROSO**

### **CURSO 2018/2019**

#### **LUNS**

16,00-18,30 Manualidades e pintura

#### **MARTES**

16,30-17,30 Obradoiro de Memoria  
17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

#### **XOVES**

16,30-17,30 Obradoiro de Memoria  
17,30-18,30 Ximnasia de Mantemento

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: seis horas e media semanais

#### **PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS**

**CURSO 2017/18**

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
|               | 30               | 30            |

#### **PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS**

**CURSO 2018/19**

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
|               | 30               | 30            |

As AULAS senior de Monterroso, se desenvolven entre os meses de xaneiro e maio de 2018 e outubro e decembro de 2019, fináncianse coa subvención concedida polo Concello de Monterroso e as actividades son xestionadas por Ategal.

No curso 2018/2019 matriculáronse 42 alumnos

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- **xaneiro:** participación na cabalgata de reis
- **febreiro:** xantar e baile de entroido
- **marzo:** conferencias de “Seguridade no fogar”
- **abril:** Obradoiro musical interxeneracional. Concerto de música
- **maio:** acto de clausura 2017/18
- **outubro:** comezo das clases, curso 2018/19
- **novembro:** participación na Feira de Santos. Magosto Popular
- **decembro:** xuntanza de nadal. Colaboración na elaboración das carrozas de reis



## *ATEGAL VILALBA*

CONCELLO DE VILALBA  
Praza da Constitución 1  
27800 VILALBA  
Tfno.: 982 510305  
[aulas@vilalba.org](mailto:aulas@vilalba.org)



## AULAS SENIOR DE VILALBA

A Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos é unha entidade que pretende fomentar a dinamización de actividades culturais e de ocio en persoas maiores de 50 anos tamén no Concello de Vilalba.

As clases desenvolvéronse os luns e mércores en horario de 5 a 8 da tarde, dividindo ós 54 alumnos/as en tres grupos. Os luns as clases impartíanse no Pavillón Municipal e os mércores no ximnasio do Concello.

No curso 2018/19 estiveron matriculados 42 alumnos

As clases son dous días á semana, e están divididas en dous grupos en función da idade e capacidade física das persoas, previo estudio, así como das preferencias horarias de cada un.

### **HORARIO AULAS VILALBA CURSO 2018/2019**

#### **MARTES**

17, 00-18,00 Ximnasia de Mantemento  
18,00-19,00 Ximnasia de Mantemento

#### **XOVES**

17,00-18,00 Ximnasia de Rehabilitación  
18,00-19,00 Ximnasia de Rehabilitación

## **HORARIO AULAS VILALBA**

### **CURSO 2018/2019**

#### **MARTES**

17, 15-18,45 Ximnasia de Mantemento  
 18,45-20,15 Ximnasia de Mantemento

#### **XOVES**

17,15-18,45 Ximnasia de Rehabilitación  
 18,45-20,15 Ximnasia de Rehabilitación

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 5 horas semanais

#### **PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS**

**CURSO17/18**

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
|               |                  | 54            |

#### **PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS**

**CURSO 2018/2019**

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
|               |                  | 42            |

## ***ATEGAL OURENSE***

Rúa Progreso nº 66 , Entrecán A  
32005-OURENSE  
Tfno. 988 21 50 77  
[ourense@ategal.com](mailto:ourense@ategal.com)



## AULAS SENIOR DE OURENSE

As Aulas de Ourense levan funcionando ininterrumpidamente 29 anos. Ocúpanse da formación e da intervención sociocultural coa Terceira Idade.

As Aulas de Ourense firman convenios coa Universidade de Vigo para ter alumnos en prácticas das facultades de Psicoloxía, Traballo Social , Educación Social e estudiantes do Master en “ Intervención multidisciplinar na diversidade en contextos educativos ” da Facultade de Ciencias da Educación de Ourense.Neste curso realizaron prácticas no centro un total de 1 alumno.

Ademais tamén teñen convenios de Colaboración con Expourense e coa CEO (Confederación de Empresarios Ourensáns), están presentes asimesmo, no Concello , pertencendo o Consello de Maiores.

ATEGAL Ourense colabora con Cruz Roja e a Asociación Española Contra el Cáncer, Liceo Recreo Ourensán, Afaor ...etc

Neste curso 2017/2018 están anotados 220 alumnos

No curso 2018/2019 están matriculados 150 alumnos, quedando áinda aberta a matrícula en algunas actividades.

## HORARIO AULAS OURENSE

### CURSO 2017/2018

#### LUNS

10,00-11,00 Ioga I  
11,00-12,00 Ioga II  
12,00-13,00 Inglés  
17,00-18,30 Manualidades I  
19,00-20,00 Historia Arte

#### MARTES

10,00-11,00 Ximnasia mantemento  
17,00-18,00 Memoria I  
18,00-19,00 Galego  
19,00-20,00 literatura I

#### MIERCOLES

11,00-12,00 Francés  
11,00-12,00 Ioga II  
12,00-13,00 Ioga III  
17,00-18,00 Manualidades II  
18,30-19,30 Actividades con Música

#### XOVES

10,00-11,00 Ximnasia mantemento  
11,00-12,00 Historias de Ourense  
12,00-13,00 Literatura II  
18,00-19,00 Memoria II

#### VENRES

10,00-11,00 Ioga I  
11,00-12,00 Ioga III  
12,00-13,00 grupo novel Ioga  
17,30-18,30 Memoria III  
18,30-19,30 Memoria IV  
18,30-20,00 Nuevas Tecnologías

## HORARIO AULAS OURENSE

### CURSO 2018/2019

#### LUNS

10,00 -11,00 Ioga I  
11,00-12,00 Ioga II  
12,00-13,00 Inglés  
16,30-18,30 Manualidades  
19,00-20,00 Historia del Arte

#### MARTES

11,30-12,30 Antropoloxía  
17,00-18,00 Memoria I  
18,00-19,00 Galego  
19,00-20,00 Literatura I  
Un martes ó mes, Camiñatas saudables

#### MIÉRCORES

10,00-11,00 Hipopresivos  
11,00-12,00 Ioga II  
11,00-12,00 Francés  
11,00-12,00 Pintura  
12,00-13,00 Ioga III  
18,00-20,00 Cine-Forum (un mércores ó mes)

#### XOVES

11,00-12,00 Historia de Ourense  
12,00-13,00 Literatura II  
18,00-19,00 Memoria II

#### VENRES

10,00-11,00 Ioga I  
11,00-12,00 Ioga III  
17,30-18,30 Memoria III  
18,30-19,30 Memoria IV  
18,30- 20,00 Tablets y Móbiles

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2017/2018

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 110           | 33               | 187           |

## PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2018/2019

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 109           | 35               | 156           |

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

### ACTIVIDADES FORMATIVAS OU TALLERES BREVES

- **19 Xaneiro:** visita guiada “ In tempore sueborum”
- **26 xaneiro:** visita guiada “In tempore sueborum”
- **30 xaneiro** Visita a Aceites ABRIL
- **31 Xaneiro ,** Xantar , Expórense (
- **2 febreiro:** Comeza novo curso de Móbiles e Tablets
- **7 febreiro:** Comeza curso Hipopresivos
- **15 febreiro :** Visita Colexio Calasancio “Sto Angel”, fondos de Angelita Varela
- 16 febreiro, curso breve, como manexar correctamente un Smartphone nas aulas (curso aberto )
- **28 febreiro:** visita guiada “Xaime Quessada, sociedade e represión” en Abanca Ourense

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

- **8,9 y 10 de marzo:** Excursión Norte de Portugal (Ponte da Lima. Porto, Pinhao....), alumnos e coordinadora de Vigo tamén.
- **9 de abril:** 4 alumnos participan nun programa de radio falando das Aulas (Radio Fedello, universidade de Ourense)
- **11 de abril;** viaxe a Ribadavia, Carballiño e Castro de San Ciprián de Las viñas
- **19 abril:** XV Xornadas Interxeracionais (Campus Ourense/Ategal Ourense)
- **8 de maio:** Xornada de Autoestima e Motivación, “Estás a cargo de ti mesmo” a cargo de Dna. Marcela Parga
- **9 e 10 de maio:** Galisenior, O salón dos nosos maiores en Expórense, participaron:
  - -Victor Sariego.....charla “Los mayores nos medios de comunicación”
  - -Mª José Fares.....Neuronup
  - -Mº Rosario Rguez.....clase Ioga
  - -Aurora Prada.....Hipopresivos
- **22 de maio** “Pautas para envilecer correctamente” a cargo de Mª José Fares (
- **24 de maio :** visita guiada por ourense dende Praza Maior ata concordia para ver obra arquitectónica de Vázquez Guías , a cargo del Profesor de arte D. Antonio González
- **Do 4 ao 10 de xuño :** Viaxe “Coñece España” este ano Albacete e Murcia
- **11 de xuño :** inauguración Exposición traballos feitos nos talleres de Manualidades por Ana Mº Aguiar e alumnos (ata o 15 de xuño puidéronse visitar)
- **13 xuño :** Clausura Oficial Curso académico 2017-2018 con Xantar de Confraternidade ao remate no Restaurante Liceo Recreo Ourensán (85 persoas), con asistencia ao acto de numerosas autoridades e conferencia “Aprendendo a coidarnos” de Dna Mercedes Hernández (médico de familia)
- **Do 14 ao 20 de xuño,** viaxe fin de curso de todas as Aulas á Costa amalfitana e Nápoles
- **25 xuño:** II Andaina “Avós, netos e demais familia” con xantar campreste
- **Do 4 ao 10 de xuño:** Viaxe “Coñece españa” este ano Albacete e Murcia (37 persoas)
- **11 de xuño:** inauguración Exposición traballos feitos nos talleres de Manualidades por Ana Mº Aguiar e alumnos (ata o 15 de xuño poideronse visitar)

- **13 xuño :** Clausura Oficial Curso académico 2017-2018 con Xantar de Confraternidade ao remate no Restaurante Liceo Recreo Ourensán (85 persoas), con asistencia ao acto de numerosas autoridades e conferencia “Aprendiendo a cuidarnos” de Dna Mercedes Hernández (médico de familia)
- **Do 14 ao 20 de xuño:** viaxe fin de curso de todas as Aulas á Costa amalfitana e Nápoles (52 persoas)
- **25 xuño:** II Andaina “Avós, netos e demais familia” con xantar campestre, participaron máis de 50 persoas.
- **26 setembro:** Excursión a Combarro, Mosteiro de Poio, Museo Masso (Bueu), Cabo Home ....(51 persoas)
- **9 outubro:** Apoio á Asociación contra o cancro, depositamos un agasallo na cápsula do tempo, na entidade, fomos varios alumnos e persoal docente das Aulas.
- **24 outubro:** Visita á exposición “El Ártico se rompe” ( La Caixa)
- **27 outubro:** Asistimos ao programa da TVG “Bamboleo” para falar das Aulas e facerlle unha pequena homenaxe a nosa alumna máis veterana.
- **7 novembro:** Visita á exposición da finada pintora MEBORAT, no Museo Municipal de Ourense, explicada polos nosos mestres: Antonio González e Manuel Araujo (El Chileno)
- **8 novembro:** “40 Aniversario ATEGAL” en Santiago de Compostela, recepción no Pazo de Raxoi , Misa do Peregrino, Xantar de Confraternidade no Hostal dos Reis Católicos e visita ao Museo de Terra Santa, de Ourense participaron 50 persoas.
- **14 novembro:** Magosto en Castro de Beiro (63 persoas)
- **28 novembro:** Cine-forum, o tema a tratar a discapacidade, a superación....
- **30 novembro:** Coloquio “Quiérete y diviertete” (19 persoas) impartido por alumnas de Educación Social (Campus)
- **4 decembro:** visita dos alumnos do Máster en Diversidade, que asistiron ás nosas actividades de tarde
- **5/6/7 de decembro:** viaxe a Castillo de la Mota, Arévalo, Avila , Rueda e Tordesillas
- **19 de decembro:** misa en lembranza dos alumnos fallecidos en M<sup>a</sup> Auxiliadora e Xantar de Nadal no Liceo Recreo Ourensán

## *ATEGAL VIGO*

Travesía do Pino,2 entrechán  
36205-Vigo  
Tfno. 986 481600  
[vigo@ategal.com](mailto:vigo@ategal.com)



## AS AULAS SENIOR DE VIGO

As Aulas de Vigo de cara o curso 2018-2019 continúan actividades e programas de colaboración con entidades da cidade, levando a cabo diferentes talleres:

- Charla “Prevención de accidentes no fogar”
- Obradoiro de Nadal
- Charla- Obradoiro “Trucos para traballar a memoria” ( 10 –Abril )

No curso actual 2018 /19 están matriculados 74 alumnos

### HORARIO AULAS VIGO CURSO 2017/2018

#### LUNS

- 10,00-11,30 Ximnasia de mantemento (outubro-decembro)
- 17,15-18,15 H<sup>a</sup> del Ate
- 17,30-19,30 Novas tecnoloxías( Móbil e informática) (outubro-decembro)
- 17,00-18:30 Manexo de móvil (Febreiro-Marzo Iniciación) (Abril-Maio ) 2018
- 18,30-19,30 Literatura
- 18,30-19,30 Cantos de lembranza e aturuxos

#### MARTES

- 11,15-12,15 Taichi
- 17,00-18,30 Obradoiro creativo “Colorterapia”
- 18,30-19,30 Bailoteca (outubro-decembro) (febreiro-marzo)
- 19,00-20,00 Vídeo Fórum un martes de cada tres

#### MÉRCORES

- 10,00-11,30 Ximnasia de mantemento (outubro-decembro)
- 17,30-18,30 Obradoiro de Memoria
- 17,45-18,45 H da Arte

## XOVES

11,15-12,15 Taichi  
17,00-19,00 Pintura  
18,30-20,00 Música para disfrutar (Audición) un xoves de cada tres.

## VENRES

17,00-18,30 Traballos Manuais  
17,30-18,30 Historia a debate  
18,30- 19,30 Ximnasia Cerebral

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 23 horas semanais

## HORARIO AULAS VIGO

**CURSO 2018/2019**

## LUNS

17,15-18,15 H<sup>a</sup> da Arte  
18,30-19,30 Literatura  
18,30-19,30 Cantos de lembranza e aturuxos

## MARTES

10,00-11,00 Taichi  
17,00-20,00 Obradoiro Cestería (Out-Dec)  
18,00-19:30 Manexo de móvil (Out-Dec)  
17,30-20,00 Video Fórum un martes de cada tres

## MÉRCORES

17,30-18,30 Obradoiro de Memoria  
18,00-19,00 H<sup>a</sup> da Arte  
18,30-20,00 Grandes óperas e os seus compositores(Audición) un mércores de cada tres.

## XOVES

10,00-11,00 Taichi  
17,00-19,00 Pintura  
18,30-19,30 Francés de conversación.

## VENRES

- 17,00-18,30 Obradoiro creativo “Colorterapia”
- 17,30-18,30 Historia a debate
- 18,00-19,00 Bailoteca (outubro-novembro)
- 18,30- 19,30 Ximnasia Cerebral

**Total de horas lectivas** dedicadas ás actividades permanentes: 23,5 horas semanais

### PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2017/18

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 61            | 60               | 60            |

### PARTICIPACIÓN DE ALUMNOS POR ÁREAS

CURSO 2018/19

| ÁREA CULTURAL | ÁREA OCUPACIONAL | ÁREA DA SAÚDE |
|---------------|------------------|---------------|
| 63            | 61               | 49            |

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- **16 xaneiro**: 4<sup>a</sup> sesión video forúm “Las chicas del calendario”
- **25 xaneiro**: Audicións comentadas Bach, exponente do Barroco.
- **5 febreiro**: Conferencia “O Romanticismo: un invento alemán de difícil definición” Dña. Helena Cortés
- **9 febreiro**: Celebración do Entroido en Ategal Vigo
- **22 febreiro**: Audicións comentadas Clasicismo Mozart I
- **27 febreiro**: 5<sup>a</sup> sesión video forúm “A raiña de África”
- **12 marzo**: Encontro literario imaxinario e homenaxe a Emilia Pardo Bazán lectura “Las medias rojas” con motivo do 11 de marzo. Organiza seminario literatura en colaboración con voluntariado cultural do Concello de Vigo.
- **20 marzo**: 6<sup>a</sup> sesión video forúm “Figuras ocultas”.
- **22 marzo**: Audicións comentadas Clasicismo Mozart II
- **10 abril**: charla-obra doiro “Trucos para traballar a memoria” impartido por Cruz Vermella Vigo.
- **15 abril**: ballet de Moscú “Giselle” en Afundación
- **16 abril**: teatro leido “PIC-NIC” de Arrabal” organizado por seminario literatura en colaboración voluntariado cultural Concello de Vigo.
- **24 abril**: 7<sup>a</sup> sesión video forúm “Copying Beethoven”
- **26 abril**: Audicións comentadas Clasicismo Haydn
- **14 maio**: celebración da Letras Galegas con lecturas e proxección sobre M<sup>a</sup> Victoria Moreno. Organiza seminario Literatura en Colaboración voluntariado cultural Concello de Vigo.
- **15 maio**: conferencia “A imaxe dos maiores nos medios de comunicación” por D. Victor Sariego, periodista.
- **22 maio**: conferencia “Pautas para un bo avellentamento” por Dna Majo Fares, psicóloga.
- **24 maio**: Audicións comentadas Beethoven do clasicismo o romanticismo
- **26 maio**: participación no Festival “Galicia Social” en Salesianos con Microteatro Ategal representando a peza “As coleghitas” de Majo Villar.
- **29 maio**: 8<sup>a</sup> sesión video forúm “Orgullo y prejuicie”
- **31 maio**: Festival Ategal Vigo 2018 (Fin de curso) No auditorio do colexio Fillas de M<sup>a</sup>Inmaculada

- **4-8 xuño:** exposición pintura dos traballos curso 2017-2018
- **8 xuño:** comida fin de curso no Hotel Coia Alumnos e Profesores.
- **7 xullo:** ballet de Moscú “Don Quixote” Teatro Afundación.

## EXCURSIÓNS E VISITAS CULTURAIS

- **7 febreiro:** visita exposición Leonardo da Vinci
- **28 febreiro:** excursión Ourense exposición “In tempore suevorum” e Monrtederramo
- **8,9 e 10 marzo:** viaxe a Portugal (Ponte de Lima e Porto) con Ategal Ourense
- **14 marzo:** visita exposición Antonio Quesada Afundación Vigo
- **23 marzo:** excursión Santa M<sup>a</sup> de Cambre, castelo de Santa Cruz e exposición Lita Cabellut A Coruña.
- **20 abril:** excusión Pontevedra , visita exposición fotografía Ruth Matilda Anderson e casco histórico da ciedad cos seus principais monmentos.
- **9 maio:** visita exposición Xulio Verne no museo MARCO de Vigo
- **6 xuño:** excursión Xunqueira Espadañedo, Castro Caldelas e San Pedro de Roca
- **14-20 xuño:** 4 alumnas Vigo viaxe Nápoles –Costa Amalfitana



# 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  
A Fundación José Otero- Carmela Martínez  
O Auditorio de Galicia  
O Colexio Maior “Santo Agostiño”  
O Colexio Salesiano de Ourense  
O Colexio San Francisco Xavier  
O Liceo Ourensán  
A Cruz Vermella  
A Fundación Vodafone España  
A Obra Social “La Caixa”  
A Banco Sabadell Gallego  
Tesla Technologies&Software SL  
Neuronup  
Saraiva  
Fundación Botín  
FEGAUS, Federación Galega de Universitarios Seniors  
Televés