

**ASOCIACIÓN CULTURAL GALEGA DE
FORMACIÓN PERMANENTE DE ADULTOS**

Aulas de Terceira Idade de Galicia (ATEGAL) - 2012

SANTIAGO DE COMPOSTELA

A CORUÑA

VIGO

FERROL

OURENSE

LUGO

PADRÓN

VILALBA

MONTERROSO



ÍNDICE

A Filosofía	4
Os Obxectivos	5
Os Programas	7
As novidades	9
As Aulas de Santiago de Compostela	10
Actividades destinadas aos alumnos	13
Horarios	18
Actividades de carácter xeral	22
Outras Actividades	26
As Aulas de A Coruña	27
Actividades destinadas aos alumnos	28
Horarios	31
Actividades de carácter xeral	35
Outras Actividades	37
As Aulas de Vigo	38
Actividades destinadas ós alumnos	40
Horarios	43
Actividades de carácter xeral	42
Outras Actividades	46
As Aulas de Ferrol	51
Actividades destinadas ós alumnos	53
Horarios	55
Actividades de carácter xeral	58
Outras Actividades	59
As Aulas de Ourense	60
Actividades destinadas ós alumnos	61
Horarios	65
Actividades de carácter xeral	67
Outras Actividades	69
As Aulas de Lugo	70
Actividades destinadas ós alumnos	71
Horarios	74
Actividades de carácter xeral	75
Outras Actividades	78

As Aulas de Padrón	79
Actividades destinadas ós alumnos.....	80
Horarios	84
Actividades de carácter xeral.....	85
Outras Actividades	85
As Aulas de Monterroso	89
Actividades destinadas ós alumnos.....	90
Horarios	92
Actividades de carácter xeral.....	94
As Aulas de Vilalba	96
Actividades destinadas ós alumnos.....	97
Colaboradores	99

FILOSOFÍA

"O envellecemento positivo é un proceso natural no marco dun proxecto vital de desenvolvemento persoal, solidario e compartido".
(Pierre VELLAS¹)

Esta frase, que resume a filosofía que inspira a creación e o funcionamento das Aulas e Universidades da Terceira Idade, sintetiza o espírito co que a dirección, os responsables e os monitores das mesmas traballan **CON** e non **PARA** o colectivo denominado "Terceira Idade", desenvolvendo un amplo programa de actividades de formación permanente e de animación sociocultural. En efecto:

- **Proceso** significa continuidade, non ruptura, non desconexión, non indefensión ante unha nova etapa da vida, aludindo, polo tanto, á necesidade de abordar esta coa "bagaxe" de experiencias e recursos acumulados nas etapas anteriores.
- **Natural** porque o envellecemento non é unha enfermidade, senón unha "oportunidade" de vivir e contemplar a vida desde novas perspectivas.
- **Desenvolvemento** implica cambio, dinamismo, adaptación, enriquecemento, aprendizaxe, incorporación de novos elementos e recursos que permiten facer fronte con éxito aos conflitos existenciais.
- **Persoal** significa individual, propio, conforme cos desexos e expectativas de cada un e tamén marcado polas propias circunstancias, que ten lugar nunha sociedade concreta e nunha realidade cambiante.
- **Solidario** fai referencia á necesidade de toda as persoas de calquera idade de sentir socialmente útiles, capaces de contribuír á felicidade allea e de manter un equilibrio entre o **DAR** e o **RECIBIR**.
- **Compartido** porque a persoa de idade avanzada é un membro máis dunha familia, dun grupo, dunha comunidade, dunha sociedade, nos que debe e ten dereito a desenvolver unha función persoal e socialmente enriquecedora.

OS OBXECTIVOS

O programa de animación sociocultural e formación permanente de adultos **AULAS DA TERCEIRA IDADE** se desenvolve en Galicia de xeito ininterrompido desde o curso 1978-79.

O longo destes trinta anos, os obxectivos fundamentais mantivéronse, pero a experiencia e a vocación das Aulas de adaptarse continuamente á realidade social e cultural das persoas maiores, así como a incorporación das correntes de pensamento máis avanzadas no que se refire ás políticas de intervención e ao aprendizaxe da Terceira Idade, fixeron que se foran reformulando pouco a pouco.

Hoxe podemos resumilos nos seguintes:

- **Promover a cultura**, entre tódalas persoas maiores facilitándolles a adquisición de novos coñecementos e a actualización dos que xa posúen.
- **Facilitar o coñecemento** da historia, a literatura, a xeografía, a arte e o patrimonio cultural de Galicia, así como dos cambios económicos, sociais e culturais que teñen lugar na nosa sociedade.
- **Motivar o interese e facilitar a participación** en todas aquelas iniciativas e acontecementos cívicos de carácter cultural, artístico e social promovidos en beneficio das persoas maiores.
- **Concienciar** á sociedade no seu conxunto dos problemas que afectan a este colectivo, fomentando a participación das propias persoas maiores na busca de alternativas e solucións.
- **Facilitar a posibilidade** de que as persoas maiores empreguen o seu tempo de lecer en actividades de carácter creativo e artístico continuando o seu proceso de desenvolvemento e formación persoal, así como en programas de animación e voluntariado.
- **Facilitar a convivencia** entre as propias persoas da Terceira Idade e cos máis xoves a través dos intercambios e debates interxeracionais, así como a adaptación á situación de xubilación.
- **Promocionar a saúde integral** mediante a información, a educación sanitaria, o exercicio físico axeitado e o desenvolvemento psíquico e intelectual acordo coas posibilidades persoais.

- **Promover os intercambios** con outros colectivos de Terceira Idade e cos programas similares levados a cabo a nivel rexional, nacional e internacional, tanto polas Universidades da Terceira Idade como por outras institucións públicas e privadas coios obxectivos e metodoloxía correspondan á filosofía das Aulas.
- **Fomentar a investigación** de calquera temática vinculada coa problemática da Terceira Idade e divulgar proxectos e iniciativas novedosas neste eido.
- **Dar a coñecer a problemática** da Terceira Idade aos colectivos máis xoves, especialmente nos centros de ensinanza secundaria e superior.
- **Facilitar a incorporación** das persoas maiores a programas e proxectos de solidariedade interxeracional, formándoos especificamente para realizar tarefas de voluntariado cultural e social nas que se poñan de manifesto os novos roles que as persoas maiores poden representar na nosa sociedade.

OS PROGRAMAS

Os programas das Aulas da Terceira Idade de Galicia comprenden unha serie de actividades de índole diversa que se desenvolven a nivel local, rexional, nacional e internacional e que agrupamos nos seguintes apartados:

I Actividades destinadas aos alumnos	II Actividades de servizo á comunidade	III Actividades de investigación	IV Actividades institucionais
<p>Actividades permanentes en catro grandes áreas: cultural, ocupacional da saúde e de lecer</p> <p>Actividades xerais Visitas culturais, conferencias, congresos</p> <p>Outras actividades de contido e periodicidade variable: cursos breves, etc.</p>	<p>Voluntariado: . Proxectos concretos de voluntariado social e cultural</p> <p>Formación de monitores que prestarán os seus servizos noutras entidades</p> <p>Programa “Contacontos” e actividades interxeracionais</p> <p>Asesoramento a institucións e profesionais</p>	<p>Colaboración con institucións e profesionais: estudio das problemáticas relacionadas coa Terceira Idade</p> <p>Investigación realizada polas propias Aulas: . Técnicas pedagóxicas novidosas . Investigación socioantropolóxica</p> <p>Publicacións e actividades de recuperación cultural</p> <p>Elaboración de unidades didácticas específicas e proxectos novidosos</p>	<p>Programas de colaboración coa Xunta de Galicia</p> <p>Colaboración coas Universidades galegas: alumnos en prácticas.</p> <p>Organización e participación en seminarios, congresos e xornadas</p> <p>Xestións encamiñadas á obtención de axudas financeiras complementarias</p>

ACTIVIDADES DESTINADAS AOS ALUMNOS

As actividades destinadas aos alumnos se desenvolven habitualmente ao longo do curso escolar, de outubro a xuño, e ocasionalmente en períodos vacacionais.

Agrupamos as actividades destinadas aos alumnos en tres grandes apartados: actividades permanentes, actividades xerais e outro tipo de actividades.

ACTIVIDADES PERMANENTES

Se desenvolven de luns a venres en horarios de mañá e tarde. As horas lectivas adicadas a este grupo de actividades varían, sobre todo en función do número de alumnos de cada Aula, pero tamén a causa das características particulares de cada unha delas (aulas dispoñibles, tipo de local, tempo de funcionamento, nivel de participación dos alumnos, existencia ou non de monitores voluntarios, etc.).

Estas actividades, seminarios e obradoiros, clasifícanse en catro grandes áreas:

- **área cultural:** seminarios de linguas modernas, historia viva, historia de Galicia, historia da arte, xeografía, literatura española e galega, lingua galega, etnografía, historia da música, etc
- **área de dinámica ocupacional:** obradoiros de debuxo, pintura, manualidades, expresión creativa, teatro, música, coral, informática e internete, etc.
- **área de saúde integral:** ximnasia de mantemento, ioga, tai-chi, pilates, obradoiros de memoria, desenvolvemento persoal, natación, etc
- **área de lecer:** viaxes de fin de curso, visitas culturais a museos e exposicións, asistencia a concertos, sendeirismo, etc.

ACTIVIDADES XERAIS

Son actividades de periodicidade variable, xeralmente abertas ao público de toda as idades, de xeito que a participación nas mesmas non está suxeita á condición de ser alumno das Aulas, polo que é a sociedade no seu conxunto é a beneficiaria das mesmas. Comprenden:

- conferencias sobre temas diversos,
- charlas-coloquio, mesas redondas.
- proxeccións, cinefórum.
- actuacións de grupos musicais e teatrais. actividades interxeracionais, etc.
- Congresos e encontros de diferentes Aulas

OUTRAS ACTIVIDADES

Englobamos neste concepto todas aquelas actividades levadas a cabo non contempladas nos apartados anteriores:

- exposicións
- servizo de biblioteca.
- actividades realizadas polos alumnos universitarios en prácticas, etc.
- Cursos breves de temática específica e con carácter esporádico complementarios das actividades de carácter permanente.

AS NOVAS DO ANO 2012

Este ano 2012 comezou con grandes esperanzas e grandes retos ao mesmo tempo. Nun momento de crise económica, cambios sociais e políticos e de inqueda en toda a poboación continuamos a ofertar un amplo abano de actividades e a realizar novos proxectos. O colectivo de persoas maiores medra día a día e detectamos que cada vez son máis e máis novos os que queren permanecer activos e informados fronte os cambios da sociedade. Por iso temos a esperanza para que se todas estas actividades se poidan levar a cabo, cada ano é un novo reto, unha nova ilusión e un novo esforzo e ao mesmo tempo unha satisfacción por poder estar aquí.

Neste novo curso 2012/13 que comezamos aumentamos un ano máis no número de horas impartidas, no número de materias ofertadas e no número de alumnos matriculados, nun 5%, e en todas as Aulas.

Neste ano unha sede (Monterroso) estrea local, as novas instalacións ofrecen máis comodidades e máis aulas para as actividades, cunha aula de informática e novas tecnoloxías

A pesares que, cos recortes da crise económica, moitas entidades e obras sociais que apoiaban proxectos a entidades como a nosa reduciron o orzamento nós estamos preparando novas actividades para adaptarnos as necesidades detectadas e completar a oferta impartida nas Aulas. Os alumnos un ano máis e a pesar da subida de cuotas anuais seguen a matricularse nas Aulas coma sempre e seguimos aumentando o número de alumnos

Segundo a Estratexia Mundial da Saúde da OMS do ano 2004 sobre Réxime Alimentario, Actividade Física e Saúde no artigo 40, apartado 2 dise que hai que traballar en mellorar a condición física e a alimentación das persoas adultas. Dentro da área da saúde todo o referente á actividade física está cuberta con actividades como ioga, pilates, taichí, ximnasia, etc que se están impartindo de forma permanente en ATEGAL dende hai tempo e no que fomos pioneiros.

A importancia e seriedade do traballo realizado ten a súa recompensa en todas e cada unha das persoas que ano tras ano confía e recomenda ATEGAL para mellorar a súa calidade de vida. Pola nosa parte, só temos como ambición o benestar de todos e cada un dos nosos alumnos e así temos que seguir para que esta entidade destaque polo bo facer en prol das persoas maiores e que sexan eles mesmos as testemuñas e portavoces deste traballo e nos acompañen neste andaina que comezou hai máis de 30 anos.

Aulas 3ª Idade -ATEGAL
Santiago de Compostela

Rúa Virxe da Cerca, 31

15703-SANTIAGO DE COMPOSTELA

Tfno.-FAX: 981 58 15 33

coordinacion@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

As Aulas da Terceira Idade de Santiago de Compostela son, 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). Son membros do Consello Municipal de Servizos Sociais.

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 novidosas no eido da formación e da intervención sociocultural coa Terceira Idade.

OS ALUMNOS

No curso 2011-2012 estiveron inscritos como alumnos nas Aulas da Terceira Idade de Santiago de Compostela 312 persoas (homes e mulleres) de máis de 50 anos, de diferentes niveis culturais e socioeconómicos, que participaron de maneira asidua nas actividades de carácter permanente da programación. Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse como alumno, xa que estas están abertas ao público de todas as idades.

Para o curso 2012- 2013 a inscrición está aínda aberta, sendo xa máis de 290 os alumnos matriculados. As cotas para este curso son de 90 € para as inscricións individuais e de 160 € para os matrimonios, coa posibilidade de pago fraccionado e de inscricións gratuítas para os alumnos de escasos recursos

Neste curso, mantivemos entre os nosos programas de actuacións un dirixido a realizar accións educativas e de sensibilización ambiental, ligadas ao medio urbano e natural do noso municipio. O planeamento xeral do programa foi o de proporcionar, por medio de actividades didácticas o de sensibilización, conciencia e información ambiental, á poboación maior da nosa cidade. Esta actividade está consolidada e ten moito arraigo entre os nosos alumnos, coa infraestrutura xa creada e financiada pola aportación do Concello Santiago

Dende a Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos queremos responder ás necesidades sociais que detectamos, e cremos importante realizar novos obradoiros que están a funcionar con éxito en outras sedes da entidade con bos resultados para o aumento do benestar dos nosos alumnos.

A proposta de actividades para este ano é incidir en actividades da área da saúde como yoga, pilates, yogailates, ximnasia, estimulación cognitiva e desenvolvemento persoal, todas están en funcionamento na actualidade e teñen continuidade no curso 2013.

A actividade de Música e movemento, levada a cabo polas niñas de prácticas de Traballo Social e o ciclo formativo de Animación Sociocultural, ten como obxectivo principal descubrir potencialidades que aumenten a seguridade en si mesmos e eleven a autoestima, estimular permanentemente para lograr unha promoción persoal e unha maior actividade comunitaria

Proxecto de Animación Solidaria, vaise a integrar no Programa de envellecemento activo que temos nas Aulas de 3ª Idade de Santiago

Realizamos actividades en semanas temáticas para a celebración de días culturais y época de festividades... tendo en contala participación activa das personas a hora de elixir estos temas en encontros interxeneracionais,

A Animación Sociocultural e un elemento de integración do ciudadano que permite organizar o ocio dos maiores en función das súas preferencias.

E por elo que eliximos a Animación Sociocultural como metodoloxía de intervención social como elemento de integración de los mayores.

O obxectivo global do programa e a mellora da calidade de vida dos maiores, facilitando espazos de comunicación, realizando actividades culturais e de ocio para todos.

Curso de Educación para a Saúde co doctor Raimundo López Ramón, unha hora os xoves pola mañá que ven a complementar as clases de Saúde e Benestar que dá Mª do Carmen Villegas os mércores pola mañá

Tivemos en visperas das vacacións de Nadal , una clase de cociña de nadal, a este curso asistiron 30 alumnas

AS ACTIVIDADES DESTINADAS ÓS ALUMNOS

SEMINARIOS

Estas actividades se desenvolven de luns a venres en horario de mañá e tarde, de outubro a xuño, seguindo o calendario escolar. Estas actividades corresponden a tres grandes apartados.

ÁREA CULTURAL

INGLÉS

Dúas sesións semanais de unha hora de duración (nivel iniciación) Dúas sesións semanais dunha de duración (perfeccionamento)

Nocións de lingua inglesa (expresión oral e escrita), tradución inglés-español, español-inglés, intercambios con alumnos de Universidades da Terceira Idade doutros países e tradución de documentos xenerados polas propias Aulas para a súa divulgación no estranxeiro.

Para o curso 2012-2013 aumentamos un curso de ingles intermedio pola gran demanda de alumnos que temos en inglés

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 35 Curso 2012-2013: 60

FRANCÉS

Dúas sesións semanais de unha hora de duración, nocións de lingua francesa (expresión oral e escrita), tradución francés-español, español-francés, intercambios e tradución de documentos xenerados polas propias Aulas para a súa divulgación no estranxeiro.

Alumnos participantes: Curso 2010-2011:15 Curso 2011-2012: 16

LITERATURA ESPAÑOLA

Unha sesión semanal dunha hora de duración, estudio dos movementos literarios máis representativos, autores, análise de textos e exercicios prácticos.

Alumnos participantes:.. Curso 2011-202:12 Curso 2012-2013: 14

HISTORIA DA ARTE

Unha sesión semanal dunha hora de duración, a actividade complementase coa realización de visitas culturais relacionadas cos temas tratados (**Ver apartado adicado a Visitas Culturais**), así como exercicios prácticos.

Alumnos participantes: . Curso 2011-2012:34 Curso 2012-2013: 38

ETNOGRAFÍA

Unha sesión semanal dunha hora de duración. Orixe de Galicia, pequena historia de Galicia a través dos mapas. O Escudo, significado do mesmo e evolución. A bandeira galega: orixe e transformación. O Himno Galego. Xeografía Física: as montañas, as rías, as eras xeolóxicas e as rocas. A Paixase de Galicia e os elementos do mesmo.

Alumnos participantes : Curso 2011/2012: 32 Curso 2012/2013: 36

AREA DA SAÚDE

IOGA

Dúas sesións semanais dunha hora de duración cada unha.Exercicios de respiración, relaxación activa e potenciación da flexibilidade corporal.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 20 Curso 2012-2013: 25

PILATES

Dous grupos, dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo. Exercicios suaves, fluidos y continuados que presididos por una respiración adecuada y una relajación dinámica, logra un mantenimiento y bienestar corporal óptimo sin esfuerzo alguno. La práctica regular del Tai-chi aporta resistencia del tejido óseo, fuerza-resistencia, flexibilidad, disminue a tensión nerviosa, mellora o rendimento e a eficacia do corazón, aumenta o rendimento e a capacidade respiratoria en xeral

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 35 Curso 2012-2013: 46

XIMNASIA

Dous grupos, dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo.Exercicios de respiración, coordinación, mobilidade e mantemento, con especial atención ao sistema locomotriz.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012:50 Curso 2012-2013: 52

IOGAILATES

No método Pilates conséguese con rapidez unha boa tonificación “ganase forza! É unha ximnasia suave ademais de forte. No Ioga é unha importante na disciplina da mente. Que nos axuda a levar unha vida mais equilibrada, corpo mente y emocións

Unindo estas dúas disciplinas que teñen en común o contacto co corpo, aportando nunha mesma sesión fortaleza e tranquilidade

O taller desenvolveuse os martes de 12.00 a 13.00 coa participación de 20 alumnos

MUSICOTERAPIA

A actividade desenvólvese os mércores en sesións de hora e media, na actividade traballase: a exploración da creatividade, da expresión corporal, da capacidade de comunicación verbal e non verbal, xestual así como a memoria visual e a conciencia sensorial.

Promover conductas e intercambios sociais, descubrir potencialidades que aumenten a seguridade en si mesmos e eleven a autoestima, Estimular permanentemente para lograr unha promoción persoal e unha maior actividade comunitaria

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 16 Curso 2012-2013: 22

OBRADOIRO DE MEMORIA

Dúas sesións semanais dunha hora de duración.

Esta actividade comprende:

- Desenvolvemento de capacidades persoais (memoria táctil, auditiva e visual), expresión verbal e non-verbal, coordinación, atención, etc.
- Xogos cooperativos. Propostas de xogos familiares e/ou interxeracionais.
- Recuperación de xogos populares
- Fomento do espírito grupal e da capacidade expresiva.
- Creación ou “recreación” de xogos e exercicios adaptados ás condicións dos alumnos para ser incorporados noutras Aulas ou noutros programas para persoas maiores. Neste apartado participan activamente os alumnos.
- Recompilación de exercicios e xogos para poñer a disposición doutros monitores. O traballo deste ano estivo adicado ós acertixos e ós xogos de palabras.

Alumnos participantes. Curso 2011-2012: 18 Curso 2012-2013: 25

Conferencia “ Internet Móbil para as Persoas Maiores” Este curso organizado pola Axencia para a Modernización Tecnolóxica de Galicia a través do Voluntariado Dixital.

Obxectivo: Favorecela inclusión dixital de persoas maiores , intentando facilitarlles o acceso as aplicacións de internet a través de dispositivos móbiles

Temario: Presentación Iniciativa Voldíx, Internet móbil, Uso responsable das Tics

OBRADOIRO DE SAÚDE E BENESTAR

Neste obradoiro vense implicados varios dos obxectivos plantexados no noso programa, concretamente nos que fai referencia ás cuestións sanitarias, atención social e saúde pública comprendidas todas elas de algún xeito en dito proxecto. A alimentación san e equilibrada nutricionalmente, é básica para manter un estado de saúde razoable, influíndo nas constantes esenciais do estado xeral dunha persoa mais si esta é un neno o unha persoa maior.

Unha sesión semanal dunha hora de duración.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 28 Curso 2012-2013: 36

PROGRAMA DE ANIMACIÓN SOLIDARIA

A Área de Animación Solidaria nas Aulas da Terceira Idade teñen como misión a promoción dunha cultura solidaria de derechos dirixidos a persoas e grupos en situación de vulneración, así como o envellecemento activo e a potenciación da solidariedade interxeneracional.

Esto a través de:

Xeración de axentes solidarios: Informar dunha realidade alonxada o cercana a de cada persoa.

Promover la participación activa interxeneracional: alumnos San Francisco Javier, Universidade de Santiago e alumnos das Aulas de Terceira Idade

Realización de talleres de desinhibición e autoestima: iniciarse na interpretación e aprender a liberar nuestras emociones, traballando en equipo, mellorando a expresión e potenciando a creatividade.

Visitas da alegría: tratase de asistir unha vez o mes a un centro de persoas maiores, gente discapacitada... e conseguir sacarles un sorriso coas actividades e dinámicas que prepararemos no taller.

Colectivo o que se dirixe este proxecto:

Este Proxecto no foi só para os alumnos das Aulas, senon para toda a cidade, xa que os usuarios dos centros socioculturais, residencias, colexios foron beneficiarios das actividades que levaron a cabo dos maiores: contacontos, teatro, coro, talleres temáticos

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 90

ÁREA OCUPACIONAL

MÚSICA

Dúas sesións semanais de unha hora de duración (**Ver apartado adicado ás actuacións musicais e teatrais**).

Iniciación á música, técnicas vocais, exercicios de respiración, canto coral e utilización de pequenos instrumentos de percusión, algúns construídos polo propio grupo.

Alumnos participantes: Curso 2011 –2012: 18 Curso 2012-2013: 28

DEBUXO E PINTURA

Tres grupos. Unha sesión semanal de dúas horas de duración cada grupo. Emprego de diversas técnicas: carbón, pastel, acuarela, alleo e acrílico. O traballo no obradoiro complétase coa realización de visitas culturais a exposicións celebradas na nosa cidade.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012:52 Curso 2012-2013: 6

INFORMÁTICA

Nove grupos, dúas sesións semanais dunha hora de duración de outubro a maio.

Coñecemento de Windows Vista , procesamento de textos e Internet.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012:42 Curso 2012-2013: 56

**HORARIO AULAS SANTIAGO
CURSO 2011/12**

Luns

10,30-12,30	Pintura grupo I
10,30-11,30	Informática grupo I
11,30-12,30	Informática grupo II
16,30-18,30	Pintura grupo II
17,00-17,45	Inglés iniciación
17,45-18,30	Inglés perfeccionamento
18,30-20,30	Pintura grupo III
18,30-19,30	Literatura

Martes

10,30-11,30	Informática grupo III
11,30-12,30	Informática grupo IV
11,30-13,00	Manualidades
17,00-18,00	Informática grupo V
17,00-18,00	Memoria
17,00-18,00	Ximnasia
18,00-19,00	Música
18,00-19,00	Informática grupo VI
19,00-20,00	Informática grupo VII
19,15-20,15	Taichí-pilates
19,00-20,00	Historia da arte

Mércores

10,30-11,30	Informática grupo I
11,30-12,30	Informática grupo II
10,30-11,30	Ioga
17,00-18,00	Inglés iniciación
18,00-19,30	Conciencia Corporal
18,00-19,00	Inglés perfeccionamento

Xoves

10,30-11,30	Informática grupo III
11,30-12,30	Informática grupo IV
10,30-11,30	Ximnasia I
17,00-18,00	Informática grupo V
17,00-18,00	Memoria
17,00-18,00	Ximnasia
18,00-19,00	Informática grupo VI
19,00-20,00	Informática grupo VII
18,00-19,00	Música
18,00-19,00	Etnografía
19,15-20,15	Taichí – pilates

Venres

10,30-11,30	Ioga
10,30-12,30	Informática

Total de horas lectivas adicadas ás actividades permanentes: 40,30 horas semanais

**HORARIO AULAS SANTIAGO
CURSO 2012/2013**

Luns

10,30-12,30	Pintura grupo I
10,30-11,30	Informática grupo I
11,30-12,30	Informática grupo II
16,30-18,30	Pintura grupo II
17:00-18:00	Inglés iniciación
18:00-19:00	Inglés perfeccionamiento
18,30-20,30	Pintura grupo III
18,30-19,30	Literatura
19,30-20,30	Literatura Gallega

Martes

10:30/11:30	Ximnasia I
10,30-11,30	Informática grupo III
11,30-12,30	Informática grupo IV
11,00-13,00	Manualidades
17,00-18,00	Informática
18,00-19,00	Música
18,00-19,00	Informática grupo VI
19,00-20,00	Informática grupo VII
19,15-20,15	Pilates
19,00-20,00	Historia da arte

Mércores

10,30-11,30	Informática grupo I
11,30-12,30	Informática grupo II
10,30-11,30	Ioga
17,00-18,00	Inglés iniciación
18,00-19,00	Inglés perfeccionamento
17:00-18:00	Informática grupo VIII
18,30-20,00	Música e movemento

Xoves

10,30-11,30	Informática grupo III
11,30-12,30	Informática grupo IV
10,30-11,30	Ximnasia I
17,00-18,00	Informática grupo V
11,30-13,00	Francés
18,00-19,00	Informática grupo VI
19,00-20,00	Informática grupo VII
18,00-19,00	Música
19,00-20,00	Etnografía
19,00-20,00	Pilates

Venres

10,30-11,30	Ioga
17,00-18,30	Memoria

Total de horas lectivas adicadas ás actividades permanentes: 40,30 horas semanais.

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

CLAUSURA DO CURSO 2011-2012

Celebrouse o día 21 de xuño no Salón de Actos de San Agostiño coa lectura da Memoria das Actividades realizadas ao longo do curso pola Coordinadora Xeral das Aulas de 3ª Idade de Galicia Paula Sande Nieto.

Proxecto Redes sociais e periodismo pola profesora das Aulas, Gloria Rico Galán.

Intervención das autoridades. Sr. Don Francisco Ramón Durán Villa, Vicerreitor de Estudantes e Formación Continua.

D. Modesto Rouco Vilar Subdirector Xeral de Promoción de Autonomía Persoal da Consellería de Traballo e Benestar.

D. Xosé Sánchez Bugallo, Alcalde de Santiago de Compostela

Verbas do Director das Aulas, Rafael Romero Valencia S.J.

Conferencia a cargo de D Alfredo Conde, co título “Novela e Realidad”

Unhas verbas do Director das Aulas Rvdo. P.Rafael Romero Valencia é a actuación do Coro do Seminario de Música.

INAUGURACIÓN DO CURSO 2012-2013

Celebrouse o día 11 de outubro no Salón de Actos de San Agostiño. Presentación do novo curso por Paula Sande, Coordinadora Xeral das Aulas de Terceira Idade de Galicia e impartíuse unha conferencia “O labor do Xacobeo no camiño de Santiago” a cargo de D. Xoxé Paz Gestoso. O acto estivo presidido polo Director das Aulas de Terceira Idade de Galicia, R.P. Rafael Romero Valencia, o subdirector xeral de Promoción da Autonomía Persoal e dependencia Dª Patricia Toubes e a Concelleira de Benestar Social do Exmo Concello de Santiago Dª Paula Prado-

FESTIVAL DE NADAL 2012 : Presentación do Acto por parte de Paula Sande, Coordinadora Xeral das Aulas de 3ª Idade de Galicia e unhas verbas do Director das Aulas de Galicia R:P. Rafael Romero Valencia, Houbo unha charla sobre “ Orixe dos nacimentos” a cargo de D. Francisco Castro Miramontes. O Acto rematou coa actuación da Coral das Aulas de Santiago e unha comida de confraternidade no Ruta Jacobea

XXIII ENCONTRO DAS AULAS DE GALICIA en Lugo el 17 de marzo de 2012, Os actos tiveron lugar No Salón de Actos da Facultade de Veterinaria. Asistiron o acto o director das Aulas de Terceira Idade de Galicia. Rafael Romero Valencia S.J., o Alcalde de Lugo D. José López Orozco, Presidente da Deputación D. José Ramón Gómez Besteiro, Subdirectora Xeral de Autonomía Persoal e Dependencia Dª Patricia Toubes, Concelleira de S.S Dª Carmen Basadre, a Coordinadora das Aulas de Terceira Idade de Galicia Dª Paula Sande Nieto e a Coordinadora das Aulas de Terceira Idade de Lugo Dª Concepción Pintos Pernas

Unha comida de confraternidade de todas as Aulas

VISITAS CULTURAIAS

Durante o primeiro trimestre do ano 2012 visitamos a exposición Colección de Zanchi, Grandes Maestros, integrada por 40 Obras de 27 grandes artistas europeos dos séculos XV ao XIX en Caixanova, pza de Cervantes en Santiago

Viaxe Cultural a Madrid, para ver a exposición do” Hermitage en el Prado “no museo do Prado, visita o museo Thyssen de Berthe Morisot. A pintora impresionista. En Caixaforum a Deñacroix (1978-1863) e mais lugares de interese en Madrid, as visitas foron guiadas polas profesoras de arte, Mª Isabel Velíz e a profesora de etnografía Mª Victoria Tizón, esta viaxe a fixemos cos alumnos de Santiago e Ferrol co Director das Aulas RP Rafael Romero Valencia

Visita Guiada a Catedral de Santiago para ver as luces da Consagración, guiada pola profesora de etnografía Mª Victoria Tizón

Dúas visitas guiadas a Cidade da Cultura

Visita do museo do Pobo Galego en Santiago para ver a exposición Exposición De Domingo de Andrade”

Visita guiada a exposición “ El paisaje nórdico en el Prado”.Fundación Caixa Galicia en Santiago Guiadas

Dúas visitas guiadas a Casa do Cabildo

Celebramos o día das Letras Galega, adicado a Valentín Paz Andrade o acto foi preparado pola profesora de literatura Gloria Rico Galán e os seus alumnos, o final do acto, a coral das Aulas catou varias cancións en galego e finalizou o acto, cantando o Himno Galego

VIAXE FIN DE CURSO. CRUCERO POLAS CAPITALES BALTICAS

Un grupo de 40 alumnos das Aulas de Santiago fixemos un cruceiro polas capitais Bálticas: Estocolmo, Riga, Tallín , San Petesburgo e Helsinki esta viaxe realizouse do 19 ao 26 de maio. Visitamos os lugares mais emblemáticos destas cidades, cabe salientar as visitas o museo do Hermitage, un paseo polos canles en San Petesburgo e unha visita ao bar de xeo de Estocolmo

ACTUACIÓNS MUSICAIS

Actuacións do Coro do Seminario de Música

Actuación do Coro do das Aulas de Santiago de Compostela, na Residencia de 3ª Idade Mapfre Quavitae na festividade de Nadal en Santiago de Compostela 2011

Actuación do Coro das Aulas de Santiago de Compostela, no Festival de Nadal 2012

Celebración das letras galegas en colaboración cos alumnos de literatura española e galega

OUTRAS ACTIVIDADES

BIBLIOTECA

Os alumnos das Aulas poden beneficiarse dun servizo de biblioteca e lectura de prensa e revistas de actualidade. Os fondos dispoñibles víronse este ano amplamente incrementados polas dotacións da Consellería de Cultura por mor da nosa participación na Campaña de Fomento da Lectura dos Maiores e da Editorial Galaxia, así como polas apartacións dos propios alumnos das Aulas. A tarefa de rexistro das publicacións foi levada a cabo por alumnos voluntarios.

PROGRAMA “CONTACONTOS”

Tamén consideramos como unha actividade de servizo á comunidade, o Programa “Contacontos”, creado en 1993 con motivo da celebración do Ano Europeo da Solidariedade Interxeracional e que ten como obxectivo a formación de narradores e recuperación do conto popular para dar a coñecer a nosa tradición oral nos centros escolares. Formación de narradores e recompilación do conto popular para dar a coñecer a nosa tradición oral nos centros escolares.

INFORMACIÓN E ASESORAMENTO

As Aulas da Terceira Idade proporcionan información e prestan asesoramento a todas aquelas persoas e institucións que o demandan, especialmente a aqueles profesionais relacionados coa intervención sociocultural na Terceira Idade.

Tamén recibimos visitas ou mantemos correspondencia con responsables de programas similares tanto a nivel nacional como internacional.

Por outra parte, as Aulas son visitadas con frecuencia por estudantes universitarios de distintas especialidades que demandan información, tanto sobre o funcionamento e os programas, como sobre as características dos alumnos.

ACTIVIDADES DE INVESTIGACIÓN

Sendo a investigación un dos obxectivos propios das Aulas da Terceira Idade dende a súa fundación, ademais de colaborar con todos aqueles investigadores que o solicitan, mantense un equipo permanente adicado á realización de estudos de diversa índole, no que participan o persoal permanente das Aulas, os monitores que o desexan e un grupo de alumnos e colaboradores interesados por esta cuestión.

ASISTENCIA A CONCERTOS

Asistencia asidua ós concertos da programación estable do Auditorio de Galicia, grazas á colaboración entre esta entidade e as Aulas da Terceira Idade.

Asistencia ós concertos da programación estable do Auditorio de Caixanova en Santiago

Prometio de alumnos participantes: 30 por concerto.

REUNIÓNS DE CONFRATENIDADE

Celebráronse reunións de confraternidade nas que participaron alumnos, monitores e responsables das Aulas con motivo de Nadal, Antroido e festas de fin de curso

INTERCAMBIO CON OUTRAS AULAS

O intercambio de programas, publicacións, material didáctico e o contacto telefónico é permanente, tanto coas Aulas e Universidade da Terceira Idade españolas, como coas entidades estranxeiras, especialmente coas Universidades da Terceira Idade de Portugal.

Elaboración da Revista “Ategal”, en colaboración con todas as Aulas de Galicia e da Revista Dixital “ Rumorosos”

Asistencia das Aulas de Galicia as Reunións da Asamblea Xeral e de Comisiones de Traballo en Madrid con Ceate.

ACTIVIDADES INSTITUCIONAIS

COLABORACIÓN COAS UNIVERSIDADES GALEGAS

ALUMNOS EN PRÁCTICAS

As Aulas da Terceira Idade de Santiago de Compostela teñen asinados convenios de colaboración coas tres Universidades galegas. En virtude do convenio coa universidade compostelán, un grupo de alumnos das diplomaturas de Educación Social, Traballo Social e da licenciatura de Psicoloxía realizan nas aulas as súas prácticas profesionais Tamén unha alumna do ciclo formativo de Animación Sociocultural

ORGANIZACIÓN DAS REUNIÓN DE PROGRAMACIÓN E COORDINACIÓN DAS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE GALICIA:

Laboura de orientación e asesoramento ós distintos coordinadores e monitores das Aulas de Terceira Idade de Galicia; recopilación e distribución de material didáctico entre as distintas Aulas.

CONSELLO MUNICIPAL DE SERVIZOS SOCIAIS:

Participación da coordinadora Xeral das Aulas de Terceira Idade de Galicia , nas reunións da Comisión de Terceira Idade do Consello Municipal de Servizos Sociais, como voceira da Comisión.

Aulas 3ª Idade ATEGAL

A Coruña

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

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE A CORUÑA

As Aulas da Terceira Idade de A Coruña son, desde a súa fundación a comezos do ano 1979, 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).

OS ALUMNOS

No curso 2011 -2012 estiveron inscritos como alumnos nas Aulas da Terceira Idade de A Coruña 323 persoas (homes e mulleres) de máis de 50 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.

Para o curso 2012-2013 a inscrición está aínda aberta, sendo xa máis de 272 os alumnos matriculados. A cota de inscrición anual é, de 90 € a inscrición individual, é de 160 € a inscrición por matrimonio, coa posibilidade de inscrición gratuíta ou semigratuíta para os alumnos de escasos recursos. Tamén aqueles alumnos que o desexen poden optar pola modalidade de pago fraccionado.

AS ACTIVIDADES DESTINADAS ÓS ALUMNOS

AREA CULTURAL

INGLÉS

Un grupo. Dúas sesións semanais de 60 minutos de duración
Nocións de lingua inglesa, tanto oral como escrita, tradución español-inglés, inglés-español, exercicios diversos e prácticas TIC.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 18 2012-2013: 16

XEOGRAFÍA E HISTORIA

Unha sesión semanal de unha hora de duración, estúdanse os países do Mundo Hispano a súa economía e a súa xeografía, as súas costumes, folclore e historia en común con Galicia e España.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 22 2012-2013: 18

HISTORIA DA ARTE

Un grupo, unha sesión semanal de unha hora de duración a semán, analízase a vida e obra dos grandes artistas da escultura, da pintura e da arquitectura, expoñense fotografías e láminas en xeral da vida dos grandes artistas das épocas do renacemento e do barroco, ademais de tratar o entorno político, económico e social da súa época.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 26 2012-2013: 24

ÁREA DA SAÚDE

IOGA

Dous grupos de Ioga , dúas sesións a semán de unha hora de duración
Exercicios de respiración, relaxación activa e potenciación da flexibilidade corporal.
Ademais os alumnos reciben asesoramento bibliográfico sobre o tratamento do estrés, da fatiga e da convivencia co corpo na etapa de envellecemento da vida.

Alumnos participantes:. Curso 2011-2012: 57 2012-2013: 34

TAI-CHI

Tres grupos, dúas sesións semanais de unha hora de duración cada grupo
Exercicios suaves, fluidos y continuados que presididos por una respiración adecuada y una relaxación dinámica, logra un mantemento e benestar corporal óptimo sin esfuerzo algún. A práctica regular do Tai-chi aporta resistencia do tecido óseo, forza-resistencia, flexibilidade, disminue a tensión nervosa, mellora o rendemento e a eficacia do corazón, aumenta o rendemento e a capacidade respiratoria en xenar

Alumnos participantes:. Curso 2011-2012: 51 2012-2013: 48

PILATES

Dous grupos, dúas sesións semanais de unha hora de duración cada grupo
Exercicios de respiración, relaxación activa e potenciación da flexibilidade corporal.
Cunha predominancia dos exercicios corporais por enriba dos exercicios de respiración e as técnicas de relaxación.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 38 2012-2013: 32

OBRADOIRO DE MEMORIA

Un grupo. Duas sesións semanais de sesenta minutos de duración.
Estimular e manter con exercicios deseñados, múltiples funcións cognitivas e cada unha con diferentes exercicios que ademais manterán en uso outras áreas implicadas.
Potenciación da memoria visual e auditiva a corto e medio prazo grazas a utilización da sala de informática do centro.

Alumnos participantes: 2011-2012: 23 Curso 2012-2013: 17

ÁREA OCUPACIONAL

DEBUXO, PINTURA E MANUALIDADES

Dous grupos. Unha sesión semanal dunha hora e media de duración cada unha.

Diversas técnicas: debuxo, pastel, acuarela, alleo, etc.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 30 Curso 2012-2013: 28

CORO

Unha sesión semanal de sesenta minutos de duración.

Iniciación a música, técnicas vocais, exercicios de respiración e canto coral. **(Ver apartado adicado ás actuacións musicais).**

Alumnos participantes: Curso. 2011-2012: 15 2012-2013 : 16

SOLFEO

Duas sesións semanais de sesenta minutos de duración cada unha.

Iniciación a linguaxe musical, técnicas vocais, exercicios de respiración e canto coral a partir da lectura de partituras a unha e dúas voces. **(Ver apartado adicado ás actuacións musicais e teatrais).**

Alumnos participantes: Curso. 2011-2012: 16 2012-2013 : 17

RONDALLA

Tres sesións semanais de cuarenta e cinco minutos de duración cada unha. **(Ver apartado adicado ás actuacións musicais e teatrais).** Existe nivel principiante e nivel intermedio.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 32 2012-2013: 34

INFORMÁTICA

Oito grupos, dúas clases semanais de sesenta minutos de duración cada unha de outubro a maio. Existe nivel principiante e nivel intermedio.

Coñecemento de Windows Vista, procesamento de textos e Internet. Formación de monitores voluntarios que se ocuparán da aprendizaxe dos novos alumnos (autoformación).

Alumnos participantes: Curso 2012-2013:92 2011-212: 88

AULAS DE CORUÑA
HORARIO CURSO 2012-2013

LUNS

11,30-12,30 Ioga
12,30-13,30 Ioga
17.00-18.30 Pintura e Manualidades
18.30-20.00 Pintura e Manualidades
17,00-18,00 Informática
18,00-19,00 Informatica
17,00-18,00 Solfeo
18,00-19,00 Coro

MARTES

11,30-12,30 Informática
12,30-13,30 Informática
10,30-11,30 Tai-Chi
11,30-12,30 Tai-Chi
12,30-13,30 Tai-chi
17,00-18,00 Inglés
17,00-18.00 Informática
18,00-19,00 Informática
19,00- 20,00 Historia da Arte

MÉRCORES

10,30-11,30 Informática
11,30-12,30 Informática
11,30-12,30 Pilates
12,30-13,30 Pilates
10,30-11,30 Solfeo
11,30-12,30 Rondalla
10,30-11,30 Informática
11,30-12,30 Informática
17,00-18,00 Estimulación Cognitiva
17,00-18.00 Informática
18,00-19,00 Informática

XOVES

11,30-12,30 Informática
12,30-13,30 Informática
10,30-11,30 Tai-Chi
11,30-12,30 Tai-Chi
12,30-13,30 Tai-chi
17,00-18,00 Inglés
17,00-18.00 Informática
18,00-19,00 Informática
19,00-20,00 Xeografía e Historia

VENRES

10,30-11,30 Informática
11,30-12,30 Informática
11,30-12,30 Ioga
12,30-13,30 Ioga
11,00-12,00 Rondalla
12,00-13,00 Rondalla
17.00-18.30 Pintura
19.00-20.00 Pintura
17:00-20:00 Cine Forum

Nº de alumnos matriculados 272

Total de horas lectivas semanais adicadas ás actividades permanentes: 49 horas semanais.

AULAS DE CORUÑA
HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
17.00-18.30 Pintura
18.30-20.00 Pintura
17,00-18,00 Informática
18,00-19,00 Informatica
17,00-18,00 Solfeo
18,00-19,00 Coro

MARTES

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

MÉRCORES

10,00-11,00 Informática
11,00-12,00 Informática
10.00-11,00 Pilates
11,00-12,00 Pilates
12,00-13,00 Pilates
11,00-12,00 Solfeo
11,30-12,30 Rondalla
10,00-11,00 Informática
11,00-12,00 Informática
17,00-18,00 Estimulación Cognitiva
17,00-18,00 Informática
18,00-19,00 Informática
18,00-20,00 Artes Decorativas

XOVES

11,00-12,00 Informática
12,00-13,00 Informática
10,00-11,00 Tai-Chi
11,00-12,00 Tai-Chi
12,00-13,00 Tai-chi
17,00-18,00 Inglés
18,00-19,00 Francés
17,00-18.00 Informática
18,00-19,00 Informática
19,00-20,00 Xeografía e Historia

VENRES

10,00-11,00 Informática
11,00-12,00 Informática
10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
11,00-12,00 Rondalla
12,00-13,00 Rondalla
17.00-18.30 Pintura
19.00-20.00 Pintura
17:00-20:00 Cine Forum

Nº de alumnos matriculados 323

Total de horas lectivas semanais adicadas ás actividades permanentes: 55 horas semanais.

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

- O Centro mantivo o pasado Curso 2011-2012 có compromiso adquirido en setembro de 2008 de celebrar unha conferencia cada dous semanas durante os oito meses centrais do Curso, o cal nos levou a acadar a frioleira de 24 ponencias do máis alto nivel impartidas tanto en galego como en castelán.
- Na actualidade, o compromiso segue igual de firme, incrementándose a oferta de ponencias co propósito de celebrar unha media de unha conferencia semanal durante o período do curso lectivo (octubro-maio), convertíndose así nun claro referente da vida cultural coruñesa do século XXI.
- Xunto cos ciclos de conferencias, o Centro organiza un clube de lectura quincenal onde se escolle unha obra para previa lectura e para posterior debate grupal.
- Ademais no Centro celébrase cada ano desde fai catro cursos as *Xornadas das Letras Galegas* nas que se inclúen catro ponencias, unha sobre música galega, outra sobre arte, outra sobre literatura adicada o autor e unha carta sobre xeografía e historia de Galicia, ademais de unha proxección de cinema galego e unha actuación da Coral Instrumental versionando diferentes pezas musicais na lingua de Rosalía.
- Todos os venres celébrase un Cinema Forum. As películas traballadas neste curso hata a data foron de 9 largometraxes e no curso anterior, 2011-2012 chegaronse a analizar un total de 32 films. O formato acadado consiste nunha previa actualización da bibliografía existente sobre a película que vaixe a proxectar, unha posterior exposición do film en cuestión e un debate aberto con ronda de opinións incluída, concebida como unha actividade de expresión oral de carácter sociocultural.
- Cada mes faise unha visita a unha exposición artística da cidade tanto nos museos, coma no Kiosko Alfonso, coma nas Fundacións Pedro Barrié da Maza ou Nova Caixa Galicia Luis Seoane e Alexandre Bóveda.
- Este ano acadouse a celebración do *VI Ciclo de Compositores do século XXI* impartido polo Profesor Jesús Jiménez Castañeda.
- Clase Maxistral da Profesora Manoela Folgado sobre a Técnica de Pintura ó Óleo.
- Cursos de verán de Yoga, Pilates, Taichí e Informática organizados durante o mes de xunio onde participaron un total de 61 alumnas e alumnos.
- As Aulas de A Coruña realizan unha cuarta área de lecer consistente en comidas de confraternidade, xuntanzas e merendas que coinciden coas datas máis

senaladas do calendario tales como o Nada, o Entroido, o comenzo e remate de curso y a festa maior coruñesa do San Xoan.

- Participación no Encontro Rexional das Aulas de Galicia celebrado no mes de marzo n cidade de Lugo onde se reuniron catrocentos alumnos das nove sedes galegas da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos.
- Viaxe a Madrid en Xaneiro para visitar o famoso triángulo da Arte dos tres grandes museos madrileños: Raiña Sofía, Museo do Prado e o Museo Thyssen-Bornemisza.
- Semana de Portas Abertas, en outubro e en xaneiro. Coincidindo co comezo do curso e coa volta a actividade despois do parón do Nadal, o centro celebra estas xornadas nas que os máis de trescentos alumnos e alumnas poden asistir a calquera asignatura para familiarizarse coas distintas actividades a así poder elixir libremente o que máis lles satisface.
- O Centro conta cunha videoteca dotada de 265 películas, de dvd que foron doadas por un grupo de alumnos, os cales coordinan un centro de recollida e préstamo a domicilio de ditos largometrajes.
- As Aulas da Coruña dispoñen de zona WIFI na segunda planta, ademáis de laboratorio de idiomas e de prácticas TIC de estimulación cognitiva.
- Cada sábado, A Coral Instrumental leva a cabo convivencias interxeracionais cos cativos e cos mozos do Colexio Santa María do Mar de A Coruña na residencia de maiores do Pai Rubinos.

OUTRAS ACTIVIDADES

- Actuación da Coral Instrumental dirixida polo Profesor Afonso Delgado nos XI Encontros de Música no Nadal organizados polo Excelentísimo Concello de A Coruña .
- Actuación da Coral Instrumental no Acto de Apertura de Curso 2011/2012 de ATEGAL CORUÑA presidido por Rafael Romero Valencia Director Xeral da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos de Galicia.
- Participación da Coral Instrumental no Certame Musical de Outono do Sporting Clube Casino de A Coruña 2012.
- Concerto de Nadal da Coral Instrumental dirixida polo Profesor Afonso Delgado realizado no Instituto de Ensino de Secundaria Don Eusebio da Garda de A Coruña.
- Concerto de Final de Curso da Coral Instrumental dirixida polo Profesor Afonso Delgado realizado na Concatedral de Santa María do Campo de A Coruña.
- Participación da Coral Instrumental no Certame Musical das Festas das Fogueiras de San Xoan de A Coruña 2012 que organiza o Excelentísimo Concello de A Coruña .
- A Coral Instrumental, realiza un labor de voluntariado na residencia de maiores do Pai Rubinos e no complexo hospitalario de Oza, onde acuden a tocar e cantar todos os sábados ós enfermos, de forma totalmente altruista e desinteresada.

Aulas 3ª Idade ATEGAL

VIGO

Urzaiz 120, 1º
36205-Vigo
Tfno.: 986 48 16 00
vigo@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE VIGO

As Aulas da Terceira Idade de Vigo foron creadas polo Ministerio de Cultura no ano 1978. Co traspaso de competencias do Goberno Central á Xunta de Galicia, a súa xestión e dirección foille encomendada á Escola de Ensinanza Social de Galicia, pasando dende entón a formar parte do conxunto das Aulas da Terceira Idade de Galicia, actualmente xestionadas pola Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos.

As Aulas da Terceira Idade de Vigo forman parte da Asociación Internacional de Universidades da Terceira Idade (A.I.U.T.A.) como membros asociados e son membros titulares da Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE).

OS ALUMNOS

Durante o curso 2011-2012, estiveron inscritos nas Aulas da Terceira Idade de Vigo algo máis de 225 alumnos (homes e mulleres) de máis de 50 anos, de diferentes niveis socioeconómicos e culturais, residentes en Vigo ou en concellos limítrofes, que participaron asiduamente nas actividades de carácter permanente da programación. Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse como alumno, posto que están abertas ó público de tódalas idades.

Para o curso 2012-2013, a inscrición esta aínda aberta, sendo xa 170 alumnos os matriculados. A cuota de inscrición anual é de 90 € a inscrición individual, sendo de 160 € a inscrición por matrimonio, con posibilidade de inscrición gratuíta ou semigratuíta para os alumnos de escasos recursos. Tamén aqueles alumnos que o desexen poden optar pola modalidade de pago fraccionado.

AS ACTIVIDADES DESTINADAS ÓS ALUMNOS

AREA CULTURAL

INGLÉS

Un grupos, con duas horas a semana.

Nocións de lingua inglesa, tanto oral como escrita, tradución español-inglés, inglés-español, exercicios diversos. Clases prácticas con aplicación na vida cotiá.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 Curso: 2012-2013: 15

FRANCÉS

Un grupo, cunha sesión semanal dunha hora de duración.

Nocións de lingua francesa onde os alumnos lembran os coñecementos adquiridos na súa mocidade. Clases prácticas de repaso escrito e potenciando a parte oral.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 Curso 2012-2013: 7

HISTORIA A DEBATE

Unha sesión semanal dunha hora de duración.

Seminario no que os alumnos poideron achegarse dun xeito ameno e pedagóxico á historia. Debatindo sobre diferentes temas apoiándose en textos de actualidade, prensa, cometando documentais dende distintos punto de vista, analizando a historia sarvindonos dos medios modernos, internet e aportando as visión e reflexión dos alumnos previamente orientados polos datos aportados polo docente. Centrándose nos períodos da Baixa Idade Media ate o Reinado de Felipe II.

(Ver apartado adicado ás visitas culturais).

Curso 2011-2012: 19 Curso 2012-2013: 17

LITERATURA ESPAÑOLA

Dous grupos, cunha sesión semanal dunha hora de duración

Dedicado o estudo de das correntes literarias en España da 2ª ½ do S.XIX as Vangrdas da 1ª ½ do S:XX

(Ver apartado adicado ás visitas culturais).

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 35 Curso : 2012-2013: 25

HISTORIA DA ARTE-ARTE E CULTURA CLÁSICA

Este curso adicouse a Cultura Grega: antecedente, xeografía, mitoloxía, relixión, vida cotiá, introdución a Arte Grega, Civilización Minoica y Cultura Micénica.

O labor do Seminario complementase coa realización de visitas culturais. (Ver apartado adicado ás visitas culturais).

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 52 Curso: 2012-2013: 37

INFORMÁTICA

Curso 2011-2012

Curso Nivel Iniciación: Un grupo duas horas semanais. 11 alumnos

Curso Nivel Intermedio: Un grupo duas horas semanais. 12 alumnos

Curso Audiovisual: Un grupo duas horas semanais. 10 alumnos

Curso 2012-2013

Curso Nivel Iniciación a informática: un grupo duas horas semanais. 10 alumnos

Curso Nivel Intermedio: un grupo duas horas semanais. 13 alumnos

AREA SAÚDE

PILATES

Un grupo, duas horas semanais de duración.

Acadar equilibrio mente-corpo, recuperar flexibilidade e tonificación muscular.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 19 Curso 2012-2013: 17

TAI-CHI

Dous grupos. dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 59 Curso 2012-2013: 31

Exercicios suaves, fluidos e continuados que presididos por unha respiración adecuada e unha relaxación dinámica, logra un mantemento e benestar corporal óptimo sen esforzo algún. A práctica regular de Tai-chi aporta resistencia del tecido óseo, forza-resistencia, flexibilidade, diminue a tensión nerviosa, mellora o rendemento e a eficacia do corazón, aumenta o rendemento e a capacidade respiratoria en xeral.

MÚSICA

Un grupo, dúas sesións semanais dunha hora de duración cada unha.

Iniciación á música, técnicas vocais, exercicios de respiración e canto coral. (Ver apartado adicado ás actuacións musicais e teatrais).

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 24 Curso 2012-2013: 20

OBRADOIRO DE MEMORIA

Un grupo. Unha sesión semanal de una hora de duración.

Neste curso tratouse de mellorar a capacidade de orientación espacial, percepción visual, a memoria visual a corto e longo prazo, e áreas como as de linguaxe, razoamento e coordinación manual mediante exercicios de mikados e completar figuras.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 23 Curso 2011-2012: 23

AREA OCUPACIONAL

DEBUXO E PINTURA

Dous grupos. Dúas sesións semanais de dúas horas de duración cada unha.

Unha sesión semanal na Curso 2012-2013 de dúas horas

Diversas técnicas: iniciación o debuxo, mestura de cores, óleo, etc.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 20 Curso :2012-2013: 15

MANUALIDADES

Curso 2010-2011 Un grupo de dúas horas semanais

Obradoro de bisutería en Swarosky, decoración de tellas, elaboración de mantelerías, almofadas e abanos con a técnica de pintura en tea e estarcido, fabricación de bolsos con engarzado de pezas de papel, preparación de centros de nadal, montaxe de tartas de pañais, realización de bonecas de goma eva e restauración de figuras de cerámica antigas.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 16 Curso 2011-2012: 15

TEATRO

Un grupo, unha sesión dúas horas semanais.

Coñecementos básicos de expresión corporal e vocal, desenvolvemento escénico e transversalmente traballo de memoria e psicomotricidade.

Obxectivo: por en escéa unha obra como mostra do traballo realizado o longo do curso.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 11 Curso 2012-2013: 17

CLUBE DE LECTURA

Un grupo, dunha sesión semanal de hora e media de duración.

Reunión con lecturas dirixidas onde se lles facilita os libros e nas sesión se debaten e expoñen os distintos puntos de vista dos participantes sobre tema, persoaxes, etc.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 Curso 2012-2013: 14

AULAS DE VIGO
HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

10,00-12,00 Tai- Chi I -II
17,15-18,15 Historia da Arte.
17,00-18,00 Memoria.
18,30-19,30 Literatura.

MARTES

10,00-11,00 Pilates-Ioga.
10,00-13,00 Informática
12,00-13,00 Coro
17,00-18,00 Inglés
18,15-19,30 Club de Lectura
18,30-20,00 Teatro.

MÉRCORES

10,00-12,00 Tai-Chi I-II
17,00- 18,00 Frances
17,15-18,15 Historia da Arte.
18,30-19,30 Literatura.

XOVES

10,00-13,00 Informática
17,00-18,00 Inglés
16,45-20,45 Pintura.
18,30-20,00 Teatro.

VENRES

10,00- 11,00 Pilates-Ioga
17,00-19, 00 Manuais.
17,00-18,00 A Historia a debate.
18:30-19,30 Coro

Total de horas lectivas adicadas ás actividades de carácter permanente:

2011-2012: 33 y media

2012-2013: 28 y media

AULAS DE VIGO
HORARIO CURSO 2012-2013

LUNS

10,00-12,00 Tai- Chi I -II
17,00-18,00 Historia da Arte.
17,00-18,00 Memoria.
18,15-19,15 Literatura.
18:30-19,30 Coro

MARTES

10,00-11,00 Pilates
17,00-18,00 Inglés
18,00-20,00 Teatro
18:30-20:30 Informática

MÉRCORES

10,00-12,00 Tai-Chi I-II
17,00- 18,00 Frances
17,00-18,00 Historia da Arte.
18,15-19,15 Literatura.
18:30-19,30 Coro

XOVES

10,00- 11,00 Pilate
17,00-18,00 Inglés
17,00-19,00 Pintura.
18,00-19,30 Club de Lectura
18:30-20:30 Informática

VENRES

17,00-19, 00 Manuais.
17,00-18,00 A Historia a debate.

Total de horas lectivas adicadas ás actividades de carácter permanente:

2011-2012: 33 y media

2012-2013: 28 y media

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

CONSELLO MUNICIPAL DE SERVIZOS SOCIAIS: Participación da coordinadora de Actividades de Vigo, nas reunións da Comisión de Terceira Idade do Consello Municipal de Servizos Sociais, como voceira da Comisión

ACTIVIDADES DIDÁCTICAS EXTRAORDINARIAS

Xaneiro – Xuño 2012
Outubro- Decembro 2012

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS SEMINARIO ARTE Y CULTURA CLÁSICA

Bloques temáticos:

Arte Grega
Civilización Minoica
Cultura Micénica

Conferencias-Clases especiais:

Conferencia “Laxeiro, unha viaxe pola pintura do século XX” por Javier Buján Dir.
Fundación Laxeiro
Nadal “Traicións de Nadal en Galicia”.

Videos: -Sobre Cultura Clásica

Visitas a exposicións:

Fundación Laxeiro – Casa das Artes.
“Da fantasía a realidade”. Exposición de arte galego (1833-1936) Centro Cultural Novacaixagalicia.

Media de alumnos participantes: 30

ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS SEMINARIO DE LITERATURA

Recitados de poesía romántica por parte dos alumnos.

Proxección da película “Remando al viento” de Gonzalo Suárez.

Presentación del libro de poemas “Desgranando Recuerdos” de la alumna de las Aulas Rosa Morales, muy valorado por sus compañeros.

Representación nas Aulas de “As galas do defunto” de Valle Inclán polos alumnos da Escola Superior de Arte Dramático.

Conferencia “Os pintores da Xeración do 98” por Macarena Alonso.

Proyección de la película-biográfica “Platero y yo” sobre la vida de Juan Ramón Jiménez.

Conferencia de Maximino Queizán “O progreso do texto no teatro galego”

Lectura dramatizada da obra de Eduardo Blanco Amor “Anxélica no umbral do ceo” polos alumnos da Escola de Arte dramático.

Recital de poemas de Laura Pérez Landeira “Poetisas galegas do século XX”

O como sempre os alumnos intervinon con lecturas e recitados dos seus autores preferidos.

ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS SEMINARIO DE Hª a Debate

Visita a

BETANZOS

Museo do mar de Galicia, obradoiro sobre o Ungüentario.

ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS SEMINARIO DE Inglés

- Cantos de panxoliñas en inglés.

ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS SEMINARIO DE FRANCÉS

- Degustación de viños franceses

-Proxección da película “Ça commence aujourd’hui”

-Curso de canción francesa.

ACTIVIDADES DIDACTICAS EXTRAORDINARIAS OBRADOIRO DE MEMORIA

1.- **Participación na Campaña Mundial pola Educación** durante o mes de abril, preparación da actividade e material na clase, e representación de alumnos das Aulas na Campaña.

2.- **Video-forum “Enrugas”**

REPRESENTACIÓN GRUPO DE TEATRO:

1.- No Centro Cultural de Torcón (Carballiño), agosto 2012, representouse: “*O Complexo*”.

2.- No Auditorio de Novacaixagalicia o 25 de abril de 2012, con motivo do XXII Festival Homenaxe á Terceira Idade, que organiza ás Aulas de Vigo, representouse: “*Maribel e a extrana familia*” de Mihura.

3.- FESTIVAL PRE-NAVIDAD organizado por las Aulas en el auditorio del Colegio M^a Inmaculada. 8 de diciembre de 2012.

❖ ACTUACIONES DEL CORO:

1.- FESTIVAL PRE-NAVIDAD organizado por las Aulas no auditorio do Colexio M^a Inmaculada. 8 de decembro de 2012.

2.- No Encontro das Aulas da 3ª Idade de Galicia en Lugo o 14 de marzo de 2012.

3.- En el XXII Festival Homenaje a la Tercera Edad el 25 de abril de 2012.

4.- Festival de habaneras Galicia Social no teatro salesianos o 20 de abril de 2012.

5.- Festa-Merenda fin de curso o 14 de xuño de 2012.

6.- Actuación de Nadal Residencia Geriatros-Vigo. 13 de decembro 2012.

7.- Misa de fin de curso e de Nadal , 21 decembro 2012.

8.- Certame de Panxoliñas Deputación de Ourense. 27 de decembro de 2012.

OUTROS CURSOS E CONFERENCIAS :

- Curso de Xardinería e Control fitosanitario:** dentro do programa “Ti tamén Contas” da Diputación de Pontevedra. 30 horas 2012.
- Ciclo de conferencias** sobre o Camiño de Santiago “*As rutas xacobeas, alimento para a mente e o corpo*” marzo de 2012.
- Conferencia** "Psicología positiva: cómo ser más feliz" pola psicóloga Isabel Borrego. 11 de decembro de 2012.

VISITAS CULTURAIS:

- Excursión Santiago de Compostela, Museo de la Catedral, Casa Cabildo e Exposición Paisaxe Museo do Prado en Fundación CaixaGalicia. 25 de xaneiro 2012.
- Excursión de Entroido a Vilanova dos Infantes e Celanova, comida coas Aulas de Ourense e Santiago. 17 de febrero de 2012.
- Visita Auditorio Mar de Vigo. 8 de marzo 2012
- Excursión Lugo con motivo do Encontro das aulas de 3ª Idade de Galicia. 14 de marzo de 2012.
- Crucero por capitales Bálticas . Do 19 al 26 de maio de 2012.
- Viaxe a Burgos-Palencia de 4 alumnos de Vigo xunto cos das Aulas de Ourense do 12 o 17 de xuño de 2012.
- Excursión a Betanzos. 19 de xuño de 2012.

OUTROS ACTOS DAS AULAS:

- Presentación do Libro da alumna Rosa Morales “Desgranando Recuerdos” nas Aulas. 15 de Febreiro 2012
- Encontro das Aulas de Galicia en Lugo. 14 de marzo 2012.
- XXII Festival Homenaxe á Terceira Idade, organizado pola Aula de Vigo no Auditorio de Caixanova, celebrado o 20 de abril de 2012
- Acto Campaña Mundial pola Educación no Colexio Xesuitas Vigo. 25 abril 2012
- Festival Pre- Navidad, con actuación do grupo de teatro A Raiola, o Coro das Aulas e pianista invitada. 8 decembro 2012.

FESTAS DE CONVIVENZA:

Celebráronse con motivo do Nadal unha misa e comida de confraternización entre os alumnos e docentes para desexarnos Felices Festas de Nadal cantada polo coro das Aulas de Vigo. No Entroido fíxose outra visita cultural con comida de confraternización e baile de disfraces coas Aulas de Santiago e Ourense. Encontro das Aulas de 3ª Idade de Galicia celebrado en Lugo . Festa de clausura de curso con todos os alumnos.

Merenda de clausura da exposición de fin de curso con un pequeno concerto do coro para despedirnos todos.

EXPOSICIÓNS E CONCURSOS:

Participación no “4 7 Concurso de beléns de Nova Caixa Galicia” Diciembre 2012.

Confeccionados polos nosos alumnos.

Exposición de fin de curso na Sala Multiusos das Aulas da 3ª Idade de Vigo. Do 7 ó 15 de xuño de 2012. Donde se expoñen os traballos de manualidades e pintura ó óleo realizados polos alumnos durante o curso

MEDIOS MATERIAIS:

Un canón de proxección.

BIBLIOTECA

As Aulas da Terceira Idade de Vigo contan cun servizo permanente de biblioteca e préstamo de libros. Ocúpanse do mesmo dous alumnas voluntarias. Os fondos dispoñibles víronse amplamente incrementados grazas á dotación da Consellería de Cultura da Xunta de Galicia con motivo da participación na Campaña de Fomento da Lectura dos Maiores e do Igaem con fondos para ampliar a área adicada a obras e formación teatral.

Os fondos da biblioteca das Aulas da 3ª Idade de Vigo ampliáronse de 1647 ata un número de 1673 rexistros grazas as doazóns dos nosos usuarios.

OUTRAS INICIATIVAS:

- **Clube de lectores:** actividad posible grazas a colaboración do programa de voluntariado do concello de Vigo.

Destacar que as voluntarias implicáronse especialmente, realizando un gran traballo pechando o curso cunha actividade especial, participando alumnos das Aulas e numerosos voluntarios. A **actividade especial** para pechar o curso a titularon “*Pasen e escoiten, pasen e lean*” 31 de maio de 2012.

- Firma de convenio de colaboración coa clínica InCorpore de podoloxía, fisioterapia e nutrición, durante un ano e prorrogable.
- Colaboración coa Universidade de Vigo no proxecto de teleasistencia-telegerontoloxía outubro 2012. isto lo ponéis vosotros como queráis porque vosotros tb participasteis y ourense tb, así queda todo igual.

Aulas 3ª Idade
Ferrol

Rúa Galiano, 17- 1º

15402 - FERROL

Tfno.: 981 35 62 02

ferrol@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE FERROL

As Aulas da Terceira Idade 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. En Xulio 2012 se firmou un convenio de colaboración con o concello de Ferrol para a realización do proxecto: Ategal 2012: saúde activa. Desenvolvemento persoal: Pilates

OS ALUMNOS

No curso **2011--2012**, estiveron matriculados nas Aulas da Terceira Idade de Ferrol **115** alumnos (homes e mulleres) de máis de 50 anos, procedentes tanto da cidade de Ferrol como dalgúns concellos limítrofes, e de diferentes niveis culturais e socioeconómicos, que participan asiduamente das actividades permanentes da programación.

Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse como alumno xa que estas están abertas ó público de tódalas idades. Para o curso **2012-2013** están inscritos **100** alumnos e o prazo de inscrición permanece aberto para algunhas das actividades, existindo noutras listas de espera.

A cuona de inscrición anual é, de 90 € a inscrición individual; é de 160 € a inscrición para os matrimonios, coa posibilidade de beneficiarse de inscrición gratuíta ou semigratuíta aqueles alumnos de escasos recursos. Tamén poden acollerse á modalidade de pago fraccionado aqueles alumnos que o desexen.

AS ACTIVIDADES DESTINADAS AOS ALUMNOS

ÁREA CULTURAL

INGLÉS

Dúas sesións semanais de unha hora de duración.

Nocións de lingua inglesa, oral e escrita, tradución inglés-español, español-inglés, exercicios diversos.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **13**, curso 2012-2013: **10**

FRANCÉS

Dúas sesións semanais dunha hora de duración cada unha.

Introducción a la gramática de base as súas aplicacións con exercicios escritos, artigos. Nocións de lingua francesa, oral e escrita, traducción francés-español, español-francés, exercicios diversos.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **15**, curso 2012-2013: **13**

HISTORIA DA ARTE

Dous grupos de unha sesión semanal de dous horas de duración.

Contexto histórico da Idade Moderna, Introducción o arte do renacemento: características xerais arquitectura, escultura e pintura

Alumnos participantes: Curso 2011-2012 : **22**, curso 2012-2013: **34**

ÁREA SAÚDE

IOGA

Tres grupos. Dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo

Exercicios de respiración, relaxación activa e potenciación da flexibilidade corporal.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **45**, curso 2012-2013: **38**

PILATES

Un grupo, dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo.

Exercicios para a reeducación postural, mellora a axilidade e a flexibilidade articular.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **32**, curso 2012-2013: **15**

OBRADOIRO DE MEMORIA

Un grupo. Unha sesión semanal dunha hora de duración.

- Desenvolvemento de capacidades persoais (memoria táctil, auditiva e visual), expresión verbal e non-verbal, coordinación, atención, etc.
- Xogos cooperativos. Propostas de xogos familiares e/ou interxeracionais.
- Recuperación de xogos populares
- Fomento do espírito grupal e da capacidade expresiva
- Creación ou “recreación” de xogos e exercicios adaptados ás condicións dos alumnos para ser incorporados noutras Aulas ou noutros programas para persoas maiores. Neste apartado participan activamente os alumnos.
- Recopilación de exercicios e xogos para poñer a disposición doutros monitores. O traballo deste ano estivo adicado ós acertixos e ós xogos de palabras.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **15**, 2012-2013: **15**

ÁREA OCUPACIONAL

INFORMÁTICA

Dous grupos, unha sesión semanais de dous horas de duración cada una.

Coñecemento de Windows XP profesional , procesamento de textos e Internet. Formación de monitores voluntarios que se ocuparán da aprendizaxe dos novos alumnos (autoformación).

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: **25**, 2012-2013: **18**

HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

17,00-19,00 Literatura.

17,00-19,00 Informática.

19,00-20,00 Inglés.

19,00-21,00 Informática

MARTES

11,30-12,30 Pilates.

17,00-18,00 Francés

17,30-18,30 Pilates.

18,00-20,00 Informática.

MÉRCORES

10,00-11,00 Ioga.

11,00-12,00 Ioga.

12,00-13,00 Ioga.

17,00-18,00 Francés.

18,00-19,00 Obradoiro de Memoria.

19,00-20,00 Inglés

XOVES

11,30-12,30 Pilates.

17,30-18,30 Pilates.

VENRES

10,00-11,00 Ioga.

11,00-12,00 Ioga

12,00-13,00 Ioga

17,30-19,30 Arte de Galicia.

Total de horas impartidas: 25

HORARIO CURSO 2012-2013

LUNS

11,00-13,00 Informática.

17,00-18,00 Inglés.

19,00-21,00 Informática

MARTES

11,30-12,30 Pilates.

17,00-18,00 Francés

MÉRCORES

10,00-11,00 Ioga.

11,00-12,00 Ioga.

12,00-13,00 Ioga.

17,00-18,00 Inglés.

18,00-19,00 Obradoiro de Memoria.

XOVES

11,30-12,30 Pilates.

17,00-18,00 Francés.

18,00-20,00 Arte

VENRES

10,00-11,00 Ioga.

11,00-12,00 Ioga

12,00-13,00 Ioga

17,30-19,30 Arte

Total de horas impartidas: 21

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

VISITAS CULTURALES 2012

- Viaje cultural a Madrid, 12-15 Enero. 16 participantes de Ferrol.
- Visita a exposición “El paisaje nórdico” en Santiago. 2 febrero. 35 participantes.
- Encuentro regional de las Aulas de Galicia en Lugo, 14 marzo, 30 participantes
- Visita a la exposición “ Dali ” en Ferrol, 20 marzo, 32 participantes
- Excursión cultural a Betanzos con los compañeros de las Aulas de Santiago, 8 mayo, 22 participantes
- Visita a la exposición “ Balenciaga ” en Santiago, 25 de mayo, 23 participantes
- Excursión cultural y pequeña ruta de senderismo en O Grove con los compañeros de las Aulas de Orense y de Santiago, 30 mayo, 17 participantes
- Visita a exposición “Collado” Ferrol, 9 octubre, 25 participantes
- Día del mayor, Concello Ferrol, 2 alumnas y sus nietos participaron a la charla-coloquio, 18 octubre
- Inauguración curso 2012-13 Con la intervención de la concejala de bienestar social do Concello de Ferrol, Rosa Martínez y la conferencia “ el estado de la pintura actual y sus beneficios” de Carmen Soto, 15 de noviembre
- Visita de la exposición “Gallaecia pétrea” en la cidade da cultura Santiago, 15 de diciembre

OTRAS ACTIVIDADES:

- Merienda de carnaval, 16 febrero. 48 participantes.
- Merienda de fin de curso, 1 de junio. 50 participantes.

OUTRAS ACTIVIDADES

BIBLIOTECA

O alumnos das Aulas da Terceira Idade de Ferrol poden beneficiarse dun servizo de Biblioteca e préstamo de libros. Os fondos existentes víronse amplamente incrementados grazas á dotación da Consellería de Cultura con motivo da participación das Aulas ferroláns na Campaña de Fomento da Lectura dos nosos Maiores e de doacións dos alumnos das Aulas.

VOLUNTARIADO CULTURAL

Alumnos voluntarios ocúpanse do mantemento do Servizo de Biblioteca e préstamo de libros.

Aulas de 3ª Idade Ourense

Rúa Progreso 66, Entreplanta A
32003-OURENSE
Tfno.: 988 21 50 77
ourense@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE OURENSE

As Aulas da Terceira Idade de Ourense, 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.

OS ALUMNOS

No curso 2011-2012, estiveron matriculados nas Aulas da Terceira Idade de Ourense 266 alumnos (homes e mulleres) de máis de 50 anos, de diferentes niveis culturais e socioeconómicos, que participan asiduamente das actividades permanentes da programación.

Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse como alumno xa que estas están abertas ao público de tódalas idades.

Para o curso 2012-2013 están inscritos 223 alumnos, aínda que o prazo de inscrición permanece aberto para algunhas actividades do programa, existindo listas de espera noutras (pintura, historia da arte e ximnasia).

A cuota de inscrición anual é de 90 € a individual é de 160 € a inscrición por matrimonios, existindo a posibilidade de inscrición gratuíta ou semigratuíta para os alumnos de escasos recursos. Tamén os alumnos poden optar pola modalidade de pago fraccionado.

ACTIVIDADES DESTINADAS ÓS ALUMNOS

AREA CULTURAL

GALEGO

Unha sesión semanal dunha hora de duración.

Lingua, literatura e cultura galega . Traducción galego-castelán, castelán-galego, exercicios diversos.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 21 Curso 2012-2013: 19 alumnos

LITERATURA ESPAÑOLA E UNIVERSAL:

Sempre con moito éxito. Achégase a literatura ós nosos alumnos dunha forma didáctica, facendo eles tamén composicións literarias.

Alumnos participantes: Curso 2011-12: 57 alumnos Curso 2012-13: 46 alumnos

Dous grupos. Unha hora semanal.

FRANCÉS:

Este ano temos novamente Francés, era un idioma moi demandado nas Aulas de Ourense polos nosos usuarios que lembraban tempos nos que o estudaran. Segue a ter moi boa acollida .

Alumnos participantes : Curso 2011-12: 21 Curso 2012-13: 19 alumnos

INGLÉS

Dúas sesións semanais dunha hora de duración cada unha. Dous grupos: Nivel intermedio e perfeccionamento.

Nocións de lingua inglesa, tradución español-inglés, inglés-español, exercicios diversos.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 36 Curso 2012-2013: 32 alumnos

HISTORIA DA ARTE

Un grupo, dunha sesión semanal

Clases teóricas e prácticas con proxección de diapositivas en relación cos temas desenrolados. Ábora no Seminario complementase coa realización de visitas culturais. **(Ver apartado adicado a Visitas culturais e excursións).**

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 29 Curso 2012-2013: 28 alumnos

ÁREA SAUDE

XIMNASIA DE MANTEMENTO

Dous grupos. Dúas sesións semanais de 45 minutos de duración cada grupo. Conseguir unha mellor calidade de vida, mellora do equilibrio físico e emocional .

Alumnos participantes:Curso 2011-12: 52 (3 grup) Curso 2011-12: 31 alumnos (2 grupos)

PILATES

Exercicios para mellorar a capacidade respiratoria, exercitar as articulacions o equilibrio e a coordinación. O obxectivo principal é mellorar o sistema nervioso e a concentración

Alumnos participantes: Curso 2011-2012 :36 Curso 2012-2013 : 38 alumnos

Dous grupos.Dúas sesións semanais de 45 minutos cada unha.

IOGA

Exercicios encamiñados a equilibrar a mente e o corpo mediante actividades de relaxación, respiración e físicas.

Alumnos participantes: Curso 2011-12 : 46 alumnos Curso 2012-13: 55 alumnos dúas sesións semanais de 1 h. de duración cada unha.

Este ano hai tres grupos, dada a alta demanda da actividade.

OBRADOIRO DE MEMORIA

Catro grupos. Unha sesión semanal dunha hora de duración cada unha.

O desenvolvemento desta actividade é o mesmo que o practicado nas Aulas de Santiago.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 116 alumnos Curso 2012-2013: 115 alumnos

ÁREA OCUPACIONAL

PINTURA

Dous grupos. Dúas sesións semanais de dúas horas de duración.

Diversas técnicas: Oleo sobre lienzo, tabla, cartón, os alumnos traballan con lienzos, tablas e soportes, debidamente preparados coa súa imprimación correspondente

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 28 (2 grup.) Curso 2012-2013: 15 (1 grup.)

MANUALIDADES

Dous grupos diferentes. Dúas horas semanais cada grupo.

Diferentes técnicas: vidrieras emplomadas, rústica (latón e madeira), iniciación ó pirogravado, flores de alabastro, pintura en tea, estaño, decoración de escaiolas e alabastrina.....

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 43 (3 Grup.) Curso 2012-2013 :31 (2 Grup.)

INFORMÁTICA

Houbo dous grupos e dous niveis diferentes: (Windows Vista e Avanzado con Internet) Cada grupo 4 horas semanais.

Coñecemento de Windows XP profesional , procesamento de textos e Internet.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 18 (un grupo, 2 horas semanais)

HABILIDADES SOCIAIS

Un grupo. Unha sesión semanal de 1 hora

Curso de duración anual no calendario lectivo das Aulas de la 3ª Edad con sesións semanais dunha hora o que computa un total de 50 horas lectivas

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 Curso 2012-2013: 15 alumnos

MUSICOTERAPIA

Novamente apostamos por unaha actividade nova. Benestar emocional.

A ledicia enche cada recuncho da Aula cando hai Musicoterapia.

Dous grupos. Unha hora de duración semanal.

Alumnos participantes: Curso 2011-12 : 30 alumnos , Curso 2012-13: 42 alumnos

AULAS DE OURENSE
HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

10,00-10,45 Pilates
10,30-11,30 Musicoterapia
10,45-11,30 Ximnasia
11,30- 12,30 Musicoterapia
12,00-13,00 Inglés
16,00-18,15 Manualidades
17,30-18,30 Coro
19,00-20,00 Historia del Arte

MARTES

10,00-10,45 Ximnasia
10,45-11,30 Pilates
11,00-12,00 Francés
16,00-18,00 Pintura
17,00-18,00 Obradoiro de Memoria I
18,00-19,00 Galego
19,00-20,00 Literatura

MÉRCORES

10,00-10,45 Pilates
10,45-11,30 Ximnasia
10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
16,30-18,30 Informática
16,00-18,15 Manualidades
17,30-18,30 Coro

XOVES

10,00-10,45 Ximnasia
10,45- 11,45 Pilates
11,00-12,00 Francés
12,00-13,00 Literatura Española.
18,00-19,00 Memoria II
19,00-20,00 Habilidades Sociais

VENRES

10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
10,30-12,30 Pintura.
12,00-13,00 Inglés
16,00-18,15 Manualidades
17,30-18,30 Obradoiro Memoria III
18,30-19,30 Obradoiro Memoria IV

Total horas lectivas semanais adicadas ás actividades permanentes: 41,45 horas

AULAS DE OURENSE
HORARIO CURSO 2012-2013

LUNS

10,00-10,45 Pilates
12,00-13,00 Inglés
16,00-18,00 Manualidades
17,30-18,30 Educación para a saúde
19,00-20,00 Historia da Arte

MARTES

10,00-10,45 Ximnasia
11,00-12,00 Musicoterapia (grupo I)
12,00-13,00 Musicoterapia (grupo II)
10,45-11,30 Pilates
11,45-12,30 Ximnasia
17,00-18,00 Obradoiro de Memoria
18,00-19,00 Galego
19,00-20,00 Literatura

MÉRCORES

10,00-10,45 Pilates
10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
17,30-19,30 Informática
17,00-19,00 Manualidades
18,30-20,00 Francés

XOVES

10,00-10,45 Ximnasia
10,45- 11,45 Pilates
11,30-12,15 Ximnasia
12,00-13,00 Literatura
18,00-19,00 Obradoiro de Memoria
19,00-20,00 Habilidades Sociais

VENRES

10,30-12,30 Pintura.
10,00-11,00 Ioga
11,00-12,00 Ioga
12,00-13,00 Ioga
12,00- 13,00 Inglés
17,30-18,30 Obradoiro Memoria
18,30-19,30 Obradoiro Memoria

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

CLAUSURA DO CURSO 2011-2012: A Clausura oficial do curso celebrouse o 17 de xuño, coa lectura da Memoria de Actividades por D^a M^a Luisa Justo Medeiros, Coordinadora das Aulas da Terceira Idade de Ourense, e as intervencións do Ilmo. Sr. D. Francisco Rodríguez, Alcalde do Excmo. Concello de Ourense, de Dna. Margarita Martín, Concelleira da Area de Benestar Social e do R.P. Rafael Romero, S.J., Director das Aulas da Terceira Idade de Galicia.. Ao remate cantou o coro das Aulas de Ourense e tivemos unha comida de Confraternidade.

CELEBRACIÓN DO MAGOSTO: na Asociación de veciños CASTRO DE BEIRO, coa asistencia do R.P. Rafael Romero, Director das Aulas de Terceira Idade de Galicia

ACTO OFICIAL DE APERTURA CURSO 2012-13: No Liceo , coas intervencións de D^a M. Luisa Justo Medeiros (presentación actividades curso), D. Agustín Fernández (Alcalde de Ourense), D^a Margarita Martín (Concelleira da Area de Benestar Social) e a intervención de D. Xosé Manuel Cid (Vicedecano da Universidade) que falou das próximas Xornadas Interxeracionais.

MISA E COMIDA DE NADAL 2012.: Misa en Salesianos na que se lembra ós alumnos falecidos e Xantar de Nadal no Liceo.

CURSOS E CONFERENCIAS-COLOQUIO

MESA REDONDA “Ocio e tempo de lecer dos nosos maiores”:Celebrada en Expo Ourense e coa intervención da Coordinadora de Ourense María Luisa Justo Medeiros.

CONFERENCIA : “ A calidade de vida nas persoas maiores” : Na UNED de A Rúa a cargo de M^a Luisa Justo Medeiros

CONFERENCIA: “ A calidade de vida nas persoas maiores” Na UNED de Monforte de Lemos , a cargo de M^a Luisa Justo Medeiros

CONFERENCIA : “Abordaxe socioeducativo en personas mayores” En Expourense (Xornadas Técnicas) a cargo de M^a Luisa Justo Medeiros

CHARLA SOBRE A “Comunicación na Terceira Idades”: a cargo de D. Miguel Guerra Rodríguez

VISITAS CULTURAIS

- Visita ao Belén de Jerónimo de Vicente
- Intervención en varios Programas da COPE e na TVG no programa “Actualizados”
- Teatro “Sarabela” obra “TANGO” en el Auditorio de Ourense
- Excursión ao Grove Programa “Mar Achega” (Xunta de Galicia)
- Visita Exposición “ Íberos, nuestra civilización antes de Roma” (Obra social la Caixa)
- Viaje cultural a Madrid (27-28 y 29 de enero 2012)para visitar en El Prado los Fondos del Hermitage y en el Tyssen , Berthe Morisot. También visitamos el Parque del Retiro y el Parque Europa en Torrejón de Ardoz.
- Visita a la Exposición de Pintura de Prego de Oliver (Centro Cultural da Deputación de Ourense)
- “Xantar” feira gastronómica en Expourense, asistimos a unha visita guiada polo recinto e xantamos alí. (44 persoas)
- Comida de Entroido e concurso de disfraces , “Mesón do Labrego” na Merca, Ourense, asistiron alumnos de Ourense, Vigo e Santiago (150 persoas)
- Cine forum nas Aulas “UP”
- 14 de Marzo de 2012, Encontro Rexional das Aulas de Galicia , tivo lugar en Lugo.
- Cine forum nas Aulas “ Y tú, quién eres?”
- IX Xornadas Interxeracionais (Campus Ourense- Aulas 3ª Idade)
- Viaxe cultural a Astorga (3-- Maio- 2012)
- Senderismo e viaxe en catamarán no Grove (30-Maio- 2012)
- Do 12 ao 17 de xuño , viaxe de fin de Curso a Palencia, Burgos, Valladolid e a súa contorna.
- Visita Centro Cultural da Deputación de Ourense ás esculturas de Ramón Conde.
- Viaje a las Islas Cíes (27- Septiembre- 2012)
- Senderismo “Ourense- A Lonía- O Viso”
- Presentación del Corto “Vidas Sonoras”
- Viaje a Pontevedra (Museo Provincial, Casco Antiguo, Exposición Picasso) Hío, Agüete....

Tódalas visitas estiveron guiadas por persoal especializado.

Participación media: 50 alumnos por visita.

ACTUACIONES MUSICAIS

Actuacións do coro das Aulas de Ourense

- Actuación na clausura do curso 2011-2012
- Diversas Actuacións en Residencias e centros socioculturais (Geriatros)
- Actuación no Paraninfo do Otero Pedrayo (Xuño 2012), con motivo da celebración en Ourense da Semana dos Nossos Maiores.

OUTRAS ACTIVIDADES

EXPOSICIÓN

Exposición dos traballos realizados polos alumnos das Aulas nos obradoiros de Pintura e Manualidades ao longo do curso 2011-2012 (Xuño 2012)

GALISENIOR, O SALÓN DOS NOSOS MAIORES , estivemos presentes cun stand e participamos nas Xornadas Técnicas. ((25 e 26 de maio 2012)

BIBLIOTECA

Servizo de préstamo de libros. Os fondos dispoñibles víronse amplamente incrementados pola dotación da Consellería de Cultura con motivo da participación na Campaña de Fomento da Lectura do Maior así como por aportacións dos propios alumnos.

CONCURSO NAVIDEÑO

Concurso de contos e felicitacións de Nadal para os alumnos das Aulas

ACTIVIDADE DE SERVIZO Á COMUNIDADE

PROGRAMA “CONTACONTOS”

Alumnos das Aulas da Terceira Idade participaron no programa “Contacontos”: Colexio Público Calvo Sotelo (75 nenos de entre 7 e 9 anos) e no Colexio Público Curros Enriquez

A INVESTIGACIÓN SOCIO-ANTROPOLÓXICA

Recuperación de diversas tradicións específicas das terras ourensás: magosto, Maíos, etc.

Colaboración nas actividades de similares características realizadas polas Aulas da Terceira Idade de Galicia

ENCONTRO REXIONAL DAS AULAS DE TERCEIRA IDADE DE GALICIA

Este ano tivo lugar en Lugo en Marzo de 2012. Visitamos o Centro de Artesanía de Lugo, logo tiveron lugar os Actos e posteriormente a comida de Confraternidade de tódalas Aulas de Galicia.

XORNADA INTERXERACIONAL: Campus Ourense e Aulas da Terceira Idade. (19 de abril de 2012)

Aulas de 3ª Idade
LUGO

Ronda da Muralla, 140 Pabellón6,1º
27004-LUGO
Tfno.: 982 25 46 77
lugo@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE LUGO

As Aulas da Terceira Idade de Lugo, 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.

OS ALUMNOS

No curso 2012, estiveron matriculados nas Aulas da Terceira Idade de Lugo 110 alumnos (homes 10 y mujeres 100), algún de concellos limítrofes.

O prezo da matrícula anual é, de 90 euros (individual), é de 160 euros para os matrimonios. Tamén temos matrícula gratuita para os alumnos con poucos recursos económicos e a posibilidade de acollerse á modalidade de pago aplazado.

AS ACTIVIDADES DESTINADAS AOS ALUMNOS

ÁREA CULTURAL

INGLÉS

Unha hora semanal. Nocións de lingua inglesa, oral e escrita.

Alumnos participantes no curso 2012 – 2013 :- **24**

Charlas – coloquio nas que participan distintos alumnos.

ÁREA OCUPACIONAL

INFORMÁTICA

Tres grupos semanais de duas horas cada un

Alumnos participantes no curso 2012 – 2013 : - **30** (10 en cada grupo)

Windows 7 (sistema operativo), Microsoft Word 2007 (procesador de textos), Microsoft Excel 2007 (hoja de cálculo), Microsoft Powerpoint 2007 (diseño de diapositivas), Microsoft Access 2007 (base de datos), Microsoft Publisher 2007 (diseño de plantillas).

INTERNET: - Navegadores de internet. Buscadores (google, yahoo, msn...). Creación de correo electrónico. Chat. Compartir ficheros, enlaces, etc.. Descarga de ficheros.

MANUALIDADES

Un grupo de dúas horas semanais. Alumnos participantes no curso **16**

PINTURA AO ÓLEO , ACUARELA E GRABADO

Un grupo de tres horas semanais.

Alumnos participantes no curso **26**

CESTERÍA

Un grupo de dúas horas semanais

Alumnos que participan no curso **15**

TEATRO

Un grupo semanal de una hora e media

Alumnos que participan nesta actividade **14**

ÁREA DE SAÚDE

PILATES

Un grupo, dúas sesións semanais dunha hora de duración

Exercicios para mellorar a axilidade, ter mellor flexibilidade, etc..

Alumnos participantes neste curso **22**

XIMNASIA

Dous grupos repartidos en catro horas semanais.

Alumnos participantes nesta actividade **48** (24 en cada grupo).

Realizan exercicios para mantense activos, relaxación, etc..

TAICHI

Un grupo dúa hora semanal

Alumnos participantes **23**

HORARIO DO CURSO 2012/12

LUNS

17.00 – 19.00 INFORMÁTICA

17.30 -18.30 XIMNASIA (grupo 1)

18.30 – 20.00 TEATRO

MARTES

11.30 – 12.30 XIMNASIA (grupo 2)

16.00 – 18.00 MANUALIDADES (pintura en tea,restauración, decoración madeira,etc.)

17.00 – 19.00 INFORMÁTICA (grupo 1)

18.00 – 19.00 PILATES

19.00 – 20.00 INGLÉS

MÉRCORES

10.30 – 11.30 TAICHI

16.00-18.00 CESTERÍA

18.00 – 19.00 XIMNASIA (grupo1)

XOVES

11.30 – 12.30 XIMNASIA (grupo2)

16.30 – 19.30 PINTURA AO ÓLEO, ACUARELA E GRABADOS

18.00 – 19.00 PILATES

VENRES

ACTIVIDADES CULTURÁIS , VISITAS A EXPOSICIÓNS , CAMIÑATAS , ETC..

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

VISITAS CULTURÁIS

XANEIRO

DÍA 13.- Visita a exposición de Xosé Reigosa “ Entre Marbella e Torremolinos”, 17 participantes

FEBREIRO

DÍA 6 .- Comenza o ciclo de cine dedicado a Luis Tosar. “A vida que che espera”, asistiron 15 alumnos

DÍA 13.- Cine “ O lapis do carpinteiro”, asistiron 18 alumnos

DÍA 22.- Excursión de KMO a Viveiro e redores, foron 50 alumnos

DÍA 27.- Cine, “Lema”. Asistiron 17 alumnos

DÍA 29.- Invitación da Deputación o acto de 80 Aniversario da creación do Museo Provincial. Charla de Mª Jesús Souto Blanco e o coro Solo Voces. Asistiron 12 alumnos-

MARZO

DÍA 5.- Cine, “Trece balaladas”. Asistiron 22 alumnos.

DÍA 8.- Charla sobre o día da muller. “ O arte de ser muller nun mundo por compartir 4.0”, asistiron 27 alumnos.

DÍA 14.- Reunión de todas as de Galicia en Lugo. Os actos tiveron lugar No Salón de Actos da Facultade de Veterinaria. Asistiron o acto o director das Aulas Rafael Romero Valencia S.J., o Alcalde de Lugo, Presidente da Deputación, Delegada da Xunta, Concelleiras de S.S., Coordinadoras das Aulas e os **360** alumnos de toda Galicia .

DÍA 16.-Visita a exposición , “Quen lle da a volta a tortilla”, (homes e mulleres,xénero e roles), da colección de tres museos. Asistiron 27 alumnos.

DÍA 21.- Conferencia , si a la vida, “Alteracións psicopáticas tras o aborto provocado”. Asistiron 29 alumnos.

DÍA 22.- Conferencia , “ Primeiras etapas da vida humana”, por la Dra. Helvia Temprano Alonso. Asistieron 19 alumnos.

DÍA 23.- Conferencia, (si a la vida), “ El aborto desde la perspectiva legal”. Conferenciante Dra. Mª del Mar Rúa Peón. Asistiron 14 alumnos.

ABRIL

DÍA 6.- Visita a exposición de pintura de Blas Lourés. Asistiron 27 alumnos.

DÍA 18.- Conferencia de Toni Puig co tema “Más Social. Asistiron 16 alumnos.

DÍA 26.- Fomos invitados a Inauguración da Exposición “CONVERXENCIAS 2012” , DA ESCOLA DE Arte e DESEÑO. Fomos 30 alumnos.

MAIO

DÍA 9 .- Xuntanza no Auditorio Gustavo Freire para asistir a presentación do proxecto, “ LUGO UNHA CIDADE DE CONTO”. Asistimos 32 alumnos.

DÍA 17.-Inauguración da exposición dos traballos de Pintura , (óleo , acuarela, acrílico, técnicas mixtas”), Artesanía, Reciclaxe, Manualidades e Cestería dos alumnos das Aulas de Lugo, no Centro Uxío Novoneyra. Participaron 62 alumnos.

DÍA 24.- Visita a Exposición de “ LAXEIRO COSMOLOGÍAS”. Asistiron 30 alumnos.

XUNO

DÍA 7.- EXCURSIÓN CULTURAL a Venecia e Croacia con alumnos de Lugo e Ferrol . Foi un éxito tanto en convivencia como en visitas culturais. Fomos un total de 26 alumnos que convivimos xuntos durante 10 días.

Día 20.- Visita a Exposición “ Corenta anos Rodando” e “Fotografía a cegas”. Fomos 17 alumnos.

OUTUBRO

DÍA 10.- Asistimos a presentación da revista “Que sexa sempre polo San Froilán”. Fomos 16 alumnos.

DÍA 26.- Visita a exposición “Reflexarte”, participaron 22 alumnos.

NOVEMBRE

DÍA 6.- Charlas sobre as Novas Tecnoloxías da Universidade de Vigo, coa Deputación de Lugo. No salón das Aulas, as 12 e 17 horas. Asistiron 27 alumnos.

DÍA 7.- Visita as instalacións da nova escola de música no centro Uxio Novoneyra. Fomo 12 alumnos

DÍA 9.- Xornada de portas abertas e concertó de Hércules Bras, organizado polo Concello. 25 Alumnos

DÍA 16.- Visita a feira de Outono de Cultura e Turismo na Praza da Soedade. 21 participantes.

DÍA 30.- Invitación do Concello os actos do XII Aniversario da Muralla como Patrimonio Mundial. Fomos 19 alumnos.

DECEMBRO

DÍA 3.- Invitación con motivo do día da Discapacidade. “Marionetas e Contos do Mundo”. Asistiron 19 alumnos.

DÍA 14.- Visita a semana do exercicio e a nutrición,(actividades físicas, charlas informativas, degustación de produtos e revisións médicas), asistimos 27 alumnos.

OUTRAS ACTIVIDADES

DÍA 30 DE MAIO.- Comida de confraternidade para festexar o fin de curso. Asistiro 82 alumnos

DÍA 31 DE MAIO.- FESTIVAL FIN DE CURSO. Teatro , “Entremeses Variados” , “De Compras”, “O Sentido da vida”, “ Valoración”. Demostración de Ximnasia. Asistiron 90 alumnos , o Director das Aulas, o Presidente da Deputación e as Conxexalás de S.S..

DÍA 19 DE DECEMBRO.- Festival de Teatro con motivo do Nadal. “ A Comida Criminal”, asistirán os alumnos das aulas e os amigos destas.

DÍA 20 DE DECEMBRO.- Comida de confraternidade. Asistirán uns 65 alumnos .

Aulas 3ª Idade

Padrón

Rúa Campo da Feira, s/n

15900-PADRÓN

Tfno.: 981 81 13 29

padron@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE PADRÓN

As Aulas da Terceira Idade de Padrón, 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.

OS ALUMNOS

No curso 2007-2008 estiveron matriculados nas Aulas da Terceira Idade de Padrón 176 alumnos (homes e mulleres) de máis de 50 anos que participaron asiduamente nas actividades da programación permanente das Aulas

Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse, pois estas están abertas ao público en xeral. Para o curso 2011-2012 están inscritos 176 alumnos. A cuota de inscrición anual é de 43 € a inscrición individual, e de 80 € os matrimonios, é 10€/ por actividade. Os alumnos de escasos recursos poden beneficiarse de ser becados o 100% polos servizos sociais do Concello de Padrón, previo un informe do técnico responsable de servizos sociais municipais.

AS ACTIVIDADES DESTINADAS AOS ALUMNOS

ÁREA CULTURAL

FRANCÉS

Unha sesión semanal de dúas horas de duración.

Nocións de lingua francesa, oral e escrita, tradución francés-español, español-francés, conversación, ditados, etc.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 18

MÚSICA- Coral

Unha sesións semanal de dúas hora de duración

Exercicios de vocalización e respiración, canto coral

Alumnos participantes: Curso 2011-12: 18

ÁREA SAUDE

XIMNASIA DE MANTEMENTO

tres grupos de dúas sesións semanais dunha hora de duración

A finalidades desta actividade é manter e mellorar as capacidades físicas e aportar un benestar físico e mental, ademáis de ser unha actividade recreativa, motivante, socializadora e que mellora a calidade de vida dos participantes

Alumnos participantes: Curso2011-12: 66

XIMNASIO CON APARELLOS

Un grupo. dúas sesións semanais dunha hora de duración

Axudar no tratamento de problemas circulatorios, respittorios, reumáticos, musculares o articulares, Recuperarse tras unha lesión, época de inactividade

Alumnos participantes: Curso2011-12: 15.

PILATES

Dous grupos de dúas sesións semanais dunha hora de duración

A finalidades desta actividade é manter e mellorar as capacidades físicas e aportar un benestar físico e mental, ademáis de ser unha actividade rehabilitadora para dolencias cervicais, espalda e columna.

Alumnos participantes: Curso2011-12:628

TAICHI

Tres grupos de dúas sesións semanais dunha hora de duración cada grupo

Manter o corpo activo e a mobilidade do aparato locomotor, músculos, ligamentos e tendóns; manter o equilibrio físico e emocional

Alumnos participantes: Curso2011-12: 81

CAMIÑATAS POR PADRÓN.

Dúas horas semanais a semán

Manter o corpo activo e a mobilidade do aparato locomotor realizando camiñatas saudables con recorridos polo concello de Padrón, Rois e Dodro.

Alumnos participantes: Curso2011-12: 12

OBRADOIRO DE MEMORIA

Un grupo de unha hora e media semanal

Mellorar a capacidade de atención selectiva, estimular a creatividade e fomentala integración do grupo

Alumnos participantes Curso 2011-12: 12

TALLER DE MUSICOTERAPIA-RISOTERAPIA

Un grupo de unha hora e media semanal

Informar a cerca de recursos para unha vida saudable, desbloquear tensións psicofísica e facilitar aos participatnes a conexión co gozo, a través de expresións da voz, do corpo e da emioción favorecendo as realicións positivas.

Alumnos participantes Curso 2011-12: 31

ÁREA OCUPACIONAL

INFORMÁTICA

Cuatro grupos, unha sesión semanal de hora e media de duración cada grupo.

Coñecemento de Windows XP profesional, procesamento de textos e Internet. Formación de monitores voluntarios que se ocuparán da aprendizaxe dos novos alumnos (autoformación).

Alumnos participantes:.. Curso 2011-12: 55

DEBUXO E PINTURA

Unha sesión semanal de dúas horas de duración cada grupo

Diversas técnicas: Oleo sobre lienzo, tabla, cartón, os alumnos traballan con lienzos, tablas y soportes, debidamente preparados ca súa imprimación correspondente

Alumnos participantes: Curso2011-12: 26

PINTURA EN TEA

Unha sesión semanal de dúas horas de duración cada grupo

Alumnos participantes: Curso 2011-12: 10

MANUALIDADES

Dous grupos. Unha sesión semanal de dúas horas de duración cada grupo.

Diversas técnicas: restauración, arte floral, madeira, escaiola, pintura en tela, etc.

Alumnos participantes: Curso2011-12: 22

AULAS PADRÓN

HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

09:30-10:30 Ximnasia de Mantemento

16:30-17:30 Ximanasia de Mantemento

16:00-20:00 manualidades (2 grupos)

19:30-20:30 Música coral

MARTES

09,30-10,30 Ximnasio

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

16:30-17:30 Ximnasia Mantemento

16:15 -18:30 Tai-Chi (3 grupos)

16:00-18:00 Pintura en Tela

19:00-20:30 Musicoterapia-Risoterapia

MÉRCORES

09:30-10:30 Ximnasia de Mantemento

10:30-12:00 Informatica

16:30-17:30 Ximnasia Mantemento

17:00-20:00 Informática (2 grupo)

16:30-20:30 Pintura al oleo

XOVES

09,30-10,30 Ximnasio

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

16:30-17:30 Ximnasia Mantemento

16:15 -18:30 Tai-Chi (3 grupos)

16:30-18:00 Informática

19:30-20:30 Coral

VENRES

10:00-12:00 Camiñatas por Pad´ron

17:00-19:00 Francés

17:45-19:15 Taller de memoria

Total de horas lectivas adicadas ás actividades permanentes: 41,5 h.

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

CLAUSURA DO CURSO 2011-2012: A Clausura do curso 2011-2012 tivo lugar no Salón de Actos do Centro Social de Padrón coa lectura da MEMORIA de actividades a cargo da Coordinadora das Aulas, D^a Cruz Taboada Vázquez e proxección do video “as memorias das Aulas de Pad´ron”, Interviron neste acto R.P. Rafael Romero Valencia, S.J., e o Ilmo. Sr. D. Antonio Fernández Angueira, Alcalde do Concello de Padrón e dona Elena Romero, Concelleira de 3ª Idade do Concello de Padrón. Pechouse o acto cun pequeno concerto da Coral das Aulas de Padrón.

X CONGRESO NACIONAL E XXIV ENCONTRO REXIONAL DAS AULAS DE TERCEIRA IDADE. O 17 de febreiro de 2012 en Lugo.

VISITAS CULTURAIS

Visita cultural a cidade de Lugo e percorrido polas súa muralla.
Visita cultural a Santiago de Compostela ao museo do pobo Galego e a exposición sobre liturxia de Santiago no convento de San Domingos de Bonaval.
Visita cultural e guiada á cidade da cultura de Santiago de Compostela.
Excursión cultural a Toledo, Aranzuegui, Ocaña e Chinchón.

OUTRAS ACTIVIDADES

Actuacións da Coral das Aulas da Terceira Idade de Padrón:

- Actuación con motivo da Clausura Oficial do curso 2012-2013
- Actuación no Auditorio Municipal de Padrón
- Cantos de misas oficiais do Concello.
- Actuación en Pascua, día de fillos e amigos de Padrón.

EXPOSICIÓNS

Exposición dos traballos realizados polos alumnos das Aulas da Terceira Idade de Padrón nos obradoiros de Pintura, Manualidades e Pintura en tea durante o curso 2011/12

CONTACONTOS

Obradoiro de Formación de Narradores e dramatización organizado en colaboración cos colexios de infantil e primaria do colexio Flavia e Rosalía de Castro.

Esta actividade consistiu na preparación, en varias sesións de traballo, dun conto dramatizado “O Conto da caperucita vermella, contado ao revés”.

Os alumnos das aulas da 3ª idade representaron este conto no auditorio de Padrón o 9, 10 e 11 de maio, no que participaron como público todos os alumnos do colexio Flavia, colexio Rosalía e todas as escolas unitarias do Concello.

Foi unha experiencia tanto para os nenos como para as persoas maiores moi positiva e divertida, na que se puxo en escea un conto de temática fantástica que fixo enfase nos valores da educación, comportamento e maltrato dos animais...

Conferencias

“Plan maior de seguridade” impartido por dous axentes da gardia civil

“A participación activa dos maiores na sociedade: un dereito, un deber, máis aínda, unha necesidade”, impartida por José Luis Jordana, secretario xeral da confederación española de aulas 3ª idade e director do programa de voluntarios culturais maiores de museos de España.

- os nosos alumnos participaron nas actividades socioculturais organizadas polo Concello de Padrón, como o outono cultural, recitais, concertos, Festa institucional da 3ª Idade de San Xoan do Raio...
- No mes de marzo un grupo de expertos procedentes de sete países europeos: Alemaña, Italia, Estonia, Croacia, Austria, Eslovaquia e Hungría, en colaboración coa Fundación Paideia, que están traballando sobre un proxecto europeo denominado, “Grundtvig Vitalise, que ten por finalidade traballar a educación para os maiores en zonas rurais. Visitaron as Aulas de 3ª Idade de Padrón e o seu funcionamento. Foi unha experiencia novedosa para eles, e felicitaron as Aulas polo seu bo funcionamento, marcharon de Padrón impresionados coa participación dos maiores nestas Aulas.

Actividades de Verán 2012

- **Actividade de mantemento físico**, por petición dos alumnado, nos meses de xuño e xullo realizarase un curso de taichi (Os luns e mércores), ximnasia de mantemento (Os martes e xoves) en horario de 9:30 a 10:30 da mañá, no pabellón de deportes, e as Camiñatas por Padrón todos os venres con saída do Centro Social tamén as 09:30 .
- 16 de xuño **visita cultural a Ribeira Sacra**, na que se realizará unha visita turística pola comarca da Ribeira Sacra, con viaxe en catamarán.
- **Visita Guiada “Exposición Aves de Galicia”** que estará exposta neste Centro Social, o luns 18 de xuño ás 18:30 horas temos reservado o turno para o grupo das Aulas de 3ª Idade. (As persoas interesadas, deben anotarse nas oficinas deste Centro).

ACTIVIDADES INSTITUCIONAIS

ORGANIZACIÓN E PARTICIPACIÓN EN XORNADAS E CONGRESOS

Participación nas reunións de programación e coordinación das Aulas da Terceira Idade de Galicia celebradas en Santiago de Compostela.

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

*Aulas 3ª Idade
Monterroso*

Plaza de Galicia s/n
27560-MONTERROSO
Tfno.: 982 377 522
monterroso@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE MONTERROSO

As Aulas da Terceira Idade de Monterroso, a traveso 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.

OS ALUMNOS

No ano 2011-2012 estiveron matriculados nas Aulas da Terceira Idade de Monterroso 58 alumnos (homes e mulleres) de máis de 50 anos que participaron asiduamente nas actividades da programación permanente das Aulas. Para participar nas actividades de carácter xeral non é preciso inscribirse, pois estas están abertas al público en xeral.

Para o curso 2012-2013 están inscritos 60 alumnos, aínda que o prazo de matrícula permanece aberto.

A cota anual de inscrición no curso 2011-2012 foi de 30 € para participar na primeira actividade, incrementándose o en 5 € por cada actividade adicional na que participen, e no curso 2012-2013. Os alumnos de escasos recursos poden beneficiarse de inscrición gratuíta ou semigratuíta ou optar pola modalidade de pago fraccionado.

Este curso abriúse un novo Espazo Cultural que abarca todos os ámbitos do tempo libre sobre os que traballa este Concello

Dentro deste espazo están encuadradas as Aulas da Terceira Idade que dispoñen dunha aula polivalente na que se imparte o Obradoiro de Memoria, un aula de tecnoloxía visual para Historia da Arte, un ximnasio, un taller de manualidades e pintura e un espazo escénico para os ensaios do grupo de teatro

O edificio está rodeado por amplos xardíns que serven como punto de encontro e teñen un largo percorrido para pasear, tamén encóntranse no mesmo edificio a Biblioteca pública e a sala de Exposicións.

Dende o Concello as Aulas estamos moi orgullosos destas melloras, e desexamos que os nosos alumnos se encontren cómodos e desfruten dos servizos mellorados que teñen agora a súa disposición

ACTIVIDADES DESTINADAS AOS ALUMNOS

ÁREA CULTURAL

HISTORIA DA ARTE

Unha sesión semanal de dúas horas de duración.

Coñecemento do patrimonio histórico artístico da comarca.

Alumnos participantes Curso 2011-2012: 19 / Curso 2012-2013: 12

DEBUXO E PINTURA

Unha sesión semanal de dúas horas de duración.

Diversas técnicas: Oleo sobre lienzo, tabla, cartón, os alumnos traballan con lienzos, tablas y soportes, debidamente preparados con su imprimación correspondiente

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 23 / Curso 2012-2013: 17

MANUALIDADES

Unha sesión semanal de tres horas de duración.

Diversas técnicas: restauración, pintura en tea, arte floral, madeira, cristal, escaiola, esmalte.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 22 / Curso 2012-2013: 18

ÁREA SAUDE

MEMORIA

Unha sesión semanal de dúas horas de duración

Estimular la creatividad e exercitar a memoria e as demais habilidades relacionadas con ela, exercicios de orientación espacial e temporal, linguaxe (conversación , narracions), exercicios de memoria (atención, calculo mental, codificación)

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 17 / Curso 2012-2013: 12

XIMNASIA

Dúas sesións semanais dunha hora de duración cada unha.

Las finalidades de esta actividad es mantener y mejorar las capacidades físicas y aportar un bienestar físico y mental, además de ser una actividad recreativa, motivante, socializadora y que mejora la calidad de vida de los participantes

Alumnos participantes: 46 Curso 2011-2012: 39 / Curso 2012-2013: 37

OUTRAS ACTIVIDADES

INFORMÁTICA

Unha sesión semanal de dúas horas de duración

Coñecer o uso e utilidades da informática para a vida cotiá así como o uso de Internet e Correo Electronico

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 / Curso 2012-2013: 12

TEATRO

Unha sesión semanal de dúas horas de duración

Trabállase no eido da interpretación, desenrolando actividades que exercitan a memoria e desenrolan unha actividade física. Levando a cabo polo menos dúas montaxes en cada curso.

Alumnos participantes: Curso 2011-2012: 15 / Curso 2012-2013: 13

AULAS DE MONTERROSO HORARIO CURSO 2011-2012

LUNS

16,30 - 18,30 Pintura

MARTES

10,30 - 13,30 Manualidades

16,00 - 18,00 Memoria

18,30 - 19,30 Ximnasia

MÉRCORES

16,00 - 18,00 Informática

18.00 - 20,00 Teatro

XOVES

18,30 - 19,30 Ximnasia

VENRES

16,30 – 18,30 Historia del Arte

Total de horas lectivas semanais adicadas ás actividades permanentes: 15,00 horas

AULAS DE MONTERROSO
HORARIO CURSO 2012-2013

LUNS

16,30 - 18,30 Pintura

MARTES

10,30 - 13,30 Manualidades

16,00 - 18,00 Memoria

18,30 - 19,30 Ximnasia

MÉRCORES

16,00 - 18,00 Informática

18.00 - 20,00 Teatro

XOVES

18,30 - 19,30 Ximnasia

VENRES

16,30 – 18,30 Historia del Arte

Total de horas lectivas semanais adicadas ás actividades permanentes: 15,00 horas.

ACTIVIDADES DE CARÁCTER XERAL

16 e 17 de febreiro

PARTICIPACIÓN CON UN STAND NA XVII MOSTRA MULTISECTORIAL DO QUEIXO DA ULLA EN MONTERROSO

25 de abril

PARTICIPACIÓN NUNHA VIDEOCONFERENCIA CON ARXENTINA, NA QUE SE PUXO EN CONTACTO OS ALUMNOS DAS AULAS COAS SÚAS FAMILIAS NO PAIS

Mes de maio

CICLO DE CINE DA MEMORIA

Bandoleiros ou gerrilleiros

Lobos sucios

Traballadores de contrabando

A memoria dos tempos do Volfran

Memorial de Camposancos

Os Satélites

Isaac

3 de xuño

CLAUSURA DO CURSO 2011-2012: Valoración das actividades realizadas ao longo do curso académico. Intervencións do Ilmo. Sr. D. Antonio Gato, Alcalde do Excmo. concello de Monterroso Rafael Romero Valencia, S.J., Director das Aulas da Terceira Idade de Galicia, e no que se realizaron as seguintes actividades:

EXPOSICIÓN

Exposición dos traballos realizados polos alumnos nos obradoiros de Debuxo, Pintura e Manualidades durante o curso 2011-2012

TEATRO

Interpretación dunha obra de teatro a cargo do Grupo de Teatro das Aulas da Terceira Idade “O Faladoiro”

CEA DE IRMANDADE

Na que participaron todos os alumnos, profesores, Alcalde e Presidente das Aulas da Terceira Idade

21 de outubro

PARTICIPACIÓN NO PROGRAMA DA DEPUTACIÓN PROVINCIAL DE LUGO
Km0

24 e 31 de outubro

SIMULACIÓN TEATRAL DO GRUPO DE TEATRO DAS AULAS DA TERCEIRA IDADE “O FALADOIRO” DUNHA CLASE DE PRINCIPIOS DE SÉCULO NA SALA DE EXPOSICIÓNS MUNICIPAL, UTILIZANDO A EXPOSICIÓN “A ESCOLA DA MEMORIA”, COMPOSTA POR MATERIAL PRESTADO POLO MUPEGA

ACTIVIDADES INSTITUCIONAIS

ORGANIZACIÓN E PARTICIPACIÓN EN XORNADAS E CONGRESOS

Participación nas reunións de programación e coordinación das Aulas da Terceira Idade de Galicia, celebradas en Santiago de Compostela.

Colaboración co grupo de voluntariado da Vila

Aulas 3ª Idade Vilalba

Plaza de la constitución 1
27800 VILALBA
Tfno.: 982 510305
vilalba@ategal.com

AS AULAS DA TERCEIRA IDADE 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 maiores de 50 anos.

A Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos (Aulas da 3ª Idade), contou durante o curso 11-12 cun total de 35 participantes de persoas que participaron activamente.

Durante o curso leváronse a cabo as seguintes actividades:

Ximnasia de mantemento
Ximnasia de rehabilitación

A continuación imos ver máis detalladamente como se levou a cabo o desenvolvemento das clases.

Tanto a ximnasia de mantemento como ximnasia de rehabilitación desarrolláronse nun ximnasio das dependencias municipais.

As clases deron comezo no mes de outubro e remataron no mes de xuño. Estas actividades impartíronse en horario de tarde. Contouse con dous grupos cada día en función da idade dos usuarios/as; os/as que tiñan entre 50 e 65 anos formaban un grupo e os/as que tiñan máis de 65 anos outro grupo. Hai que sinalar que independentemente da idade, sempre se tivo en conta as preferencias das persoas de pertencer a un grupo ou outro.

O profesor encargado de impartilas contaba con formación específica.

A programación que se levou a cabo ó longo do curso tiña como fin último manter e potenciar o máximo dinamismo corporal posible, pois iso é o que lle permite a cada persoa, sempre en función das súas posibilidades e limitacións, cuidar a súa saúde e manterse autónomo/a para a realización das actividades da vida diaria e das capacidades funcionais e de relación. En definitiva, para o mantemento dunha boa calidade de vida pensando ademais que a dinamización corporal facilita calquera outro tipo de dinamización socio-cultural.

Ademais das actividades anteriormente referidas, ó longo do curso mantívose informados/as ós usuarios/as de todas cantas propostas podían ser do seu interese tales como viaxes programas polo IMSERSO, participación en Certames e Concursos organizados tanto pola Xunta como diversas institucións ou Concellos, así como nas actividades organizadas o día da Muller Traballadora por este Concello, entre outros...

Sinalar que un dos grandes obxectivos da Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos do Concello de Vilalba é facer chegar as actividades a usuarios/as das parroquias do municipio vilalbés, xa que por proximidade unha gran porcentaxe dos alumnos/as que participan nestas actividades son persoas que residen no casco urbán do Concello.

A grandes rasgos, os obxectivos que pretende acadar a Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos do Concello de Vilalba son, entre outros:

- potenciación da sociabilidade dos nosos usuarios/as
- animación sociocultural e formación permanente dos adultos
- modificar as actitudes de determinados colectivos cara este sector de poboación para - outorgarlles a consideración de cidadáns que lles corresponde mediante actividades interxeneracionais de convivencia
- incentivar ós usuarios/as á participación e organización en actividades culturais e de lecer
- desenvolver as relacións interpersoais e sociais entre as diversas xeneracións
- fomentar o voluntariado
- traballar en conxunto con outras institucións
- crear novas actividades que sexan do interese dos usuarios/as
- fomentar a participación das persoas en diferentes culturas

En definitiva, facer ós nosos maiores partícipes da vida social e cultural do pobo.

OS NÓSOS COLABORADORES

A Dirección Xeral de Acción Social da Xunta de Galicia
A Asociación Internacional de Universidades da Terceira Idade (A.I.U.T.A.)
A Confederación Española de Aulas da Terceira Idade (CEATE)
A Federación Portuguesa de Universidades da Terceira Idade
A Consellería de Cultura da Xunta de Galicia
A Escola Universitaria de Traballo Social de Santiago de Compostela
As Universidades de Santiago de Compostela e Vigo
As Comunidades de PP. Xesuítas de Santiago de Compostela, A Coruña e Vigo
A Excma. Deputación Provincial de Lugo
A Excma. Deputación de Pontevedra
Os Concellos de Santiago de Compostela, Pontevedra, Vigo,
A Coruña, Ferrol, Ourense, Lugo, Padrón, Vilalba e Monterroso
A Fundación Eugenio Granell
A Fundación Mestre Máteo
A Fundación Pedro Barrié de la Maza Conde de FENOSA
A Fundación Caixa Galicia
A Fundación Caja Madrid
A KUTXA, Caja Guipúzcoa San Sebastián
Fundación Viure-Conviure de Caixa Catalunya
A Obra Social de Caixanova
O Auditorio de Galicia
O Colexio Maior “Santo Agostiño”
O Colexio Salesiano de Ourense
O Colexio San Francisco Xavier
O Liceo Ourensán
A Sociedade Galega de Historia Natural
A Escola Lucense de Monitores de Tempo Libre
A Cruz Vermella

