



A Fonsagrada

Domingo 25

Baile para maiores

Descrición: actividade de balde que promove o benestar xa que ademais de manter ás persoas activas fomenta a socialización.

Organizado por: Concello da Fonsagrada.

Hora: de 17:00 horas a 18:30 horas.

Lugar: Comedor da Escola Fogar.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.

A Pobra do Brollón

Martes 17

Oso de Salcedo

Descrición: pasarúas tradicional con máscaras, bailes e música tradicional acompañando a figura do oso.

Organizado por: Concello da Pobra do Brollón.

Hora: a partir das 12:00 horas.

Lugar: Concello de Pobra do Brollón.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.

A Pontenova

Mércores 11

Entroido infantil

Descrición: xogos de disfraces para a rapazada, acompañada de música e bailes tradicionais.

Organizado por: Concello da Pontenova.

Hora: a partir das 17:00 horas.

Lugar: Concello de Pontenova.

Poboación á que vai dirixida: poboación infantil.

Inscricións: non é preciso.



Abadín

Martes 14

Entroido en Vilarente

Descrición: entroido con festa de disfraces, comida local e música tradicional.

Organizado por: Asociación de veciños de San Xoán de Vilarente.

Hora: a partir das 13:00 horas.

Lugar: Vilarente.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripción: non é preciso.

Sábado 21

XX Expogrelo de Abadín

Descrición: o Concello de Abadín acollerá unha nova edición da Expogrelo, unha cita xa consolidada para poñer en valor un dos produtos máis representativos terra: o grelo.

Organizado por: Concello de Abadín.

Hora: 9:00 horas.

Lugar: Pavillón de Abadín.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é preciso.

As Nogais

Pendente de confirmación

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais. Ademais conta con asesoramento e recomendacións de lectura e organización de obradoiros e clubs de lectura.

Organizado por: Concello das Nogais e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no Concello das Nogais, CEIP Das Nogais, Casa do Maior Airelas I e II, A Alence, Nullán, Doncos, Noceda e Ferreiras.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscripción: non é preciso. Información na web: [furgoteca](#)



Baleira

Domingo 04

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais.

Organizado por: Concello de Baleira e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas na Praza da Feira de O Cádavo, O Foxo, Fonte, Retizós, Vilar de Pousada, Residencia e Centro de Día de O Cádavo, A Fontaneira, A Lastra e Córneas.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscripción: non é preciso. Información na web: furgoteca

Becerreá

Sábado 14

Entroido Becerreá

Descrición: concurso de disfraces e desfile infantil amenizado por música e gastronomía saudable.

Organizado por: Concello de Becerreá.

Hora: a partir das 18:00 horas.

Lugar: Mercado Gandeiro de Becerreá.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é necesario.

Begonte

Luns 23

Coñece o Centro de Día de Begonte

Descrición: xornada de portas abertas para coñecer o Centro de Día, as actividades que realizan, funcionamento e servizos dispoñibles.

Organizado por: Centro de Día de Begonte.

Hora: de 12.00 e 16:00 horas.

Lugar: Centro de Día de Begonte.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: [982 398 004](tel:982398004)/[687 056 194](tel:687056194).



Burela

Todos os venres

Paseos saudables

Descrición: andaina ao redor da contorna que inclúe visita cultural a algún recurso cultural do pobo.

Organizado por: Mesa Intersectorial de Coordinación do Concello de Burela.

Hora: de 10:00 horas a 12:00 horas.

Lugar: Centro de Saúde do Concello de Burela.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é necesario.

Sábado 03

Radio Saúde Burela

Descrición: o Proxecto Neo, é un espazo de radio educativa sobre materias de saúde. Ademais de Radio Foz, tamén se difunde en Radio Valadouro, Cuac FM da Coruña, Radio Filispín de Ferrol, Xente de Teo de Compostela e Radio Piratona de Vigo. Pódese acceder na páxina web do IES Perdouro e na ligazón:

<https://proxectoneo.blogs.com/>

Este mes a temática é o coidado da vista.

Organizado por: IES Perdouro e Mesa Intersectorial do Concello de Burela.

Hora: pode escoitarse os xoves de 18:00 a 19:00 horas en Radio Foz.

Lugar: IES Perdouro.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.

Cervantes

Pendente de confirmar

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais. Ademais conta con asesoramento e recomendacións de lectura e organización de obradoiros e clubs de lectura.

Organizado por: Concello de Cervantes e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no CPI de Cervantes, Pereira, Dumia, Santo Tomé, San Martín das Cañadas, Quindous, Vilela de Son, Vilapasantes, Vilapún, Igrexa de San Pedros, Noceda, Doiras, Cancillós de Cereixedo e Piornedo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: non é preciso. Información na web:

[furgoteca](#)



Cospeito

Venres 20

Obradoiro de primeiros auxilios

Descrición: formación sobre a atención inicial en situacións de urxencia máis frecuentes: Cando chamar ao 061?, dor torácica, perda de coñecemento: síncope e coma. Reanimación cardiopulmonar básica: atragoamento e recoñecemento dunha PCR.

Organizado por: Concello de Cospeito e Escola Galega de Cidadáns.

Hora: 16:30 a 20:30 horas.

Lugar: Local da Asociación Cultural Aquilino Iglesias Alvariño.

Poboación á que vai dirixida: cidadanía en xeral.

Inscripcións: [inscrición previa](#)

Folgoso do Courel

Pendente de confirmar

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais. Ademais conta con asesoramento e recomendacións de lectura e organización de obradoiros e clubs de lectura.

Organizado por: Concello de Folgoso do Courel e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no CPI Poeta Uxío Novoneira, Meiraos, Miraz, Paderne, Seoane do Courel, Concello do Folgoso, Casa Niño, Casa do Maior, Ferreirós de Arriba, Froxán e Santa Eufemia.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: non é preciso. Información na web: [furgoteca](#)

Friol

Mércores 25

Vacinación no adulto

Descrición: informar e concienciar á poboación da importancia da vacinación.

Organizado por: Centro de Saúde de Friol.

Hora: en horario de mañá.

Lugar: Centro de Saúde de Friol.

Poboación á que vai dirixida: cidadanía en xeral.

Inscripcións: no Centro de Saúde de Friol.



Lugo

Martes 17

Mesa en conmemoración do Día mundial do Cancro

Descrición: mesa informativa sobre o cancro, sintomatoloxía, sensibilización e apoio a familiares dos/as pacientes.

Organizado por: Centro de Saúde de Fingoi.

Hora: 10:00 a 14: horas.

Lugar: Centro de Saúde de Fingoi.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é preciso.

Domingo 22

XXIV Circuito Larsa. Corre con Nós

Descrición: carreira que forma parte do conxunto de probas de Corre con Nós. Nesta ocasión o percorrido parte do centro comercial As Termas.

Organizado por: Concello de Lugo e colaboradores.

Hora: a partir das 12:00 horas.

Lugar: saída do centro comercial As Termas.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: [inscrición previa](#)

Martes 24

Nutrición na enfermidade renal crónica

Descrición: actividade orientada á explicación dos principios básicos da dietoterapia na enfermidade renal crónica.

Organizado por: Alcer Lugo.

Hora: de 10:00 a 14:00 horas.

Lugar: Aula 1 Parque infantil de tráfico. Parque da Milagrosa. Rua Monte Faro s/n.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: [inscrición previa](#)



Monforte de Lemos

Mércores 04

Mesa en conmemoración do Día mundial do Cancro

Descrición: mesa informativa sobre o cancro, sintomatoloxía, sensibilización e apoio a familiares.

Organizado por: Centro de Saúde de Monforte de Lemos.

Hora: dende as 10:00 a 14:00 horas.

Lugar: Centro de Saúde de Monforte de Lemos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral que acude ao Centro de Saúde nese día.

Inscripcións: non é preciso.

Xoves 19

Memorias dun neno labrego

Descrición: unha coproducción do Centro Dramático Galego e Contraproducións da obra de Xose Neira Vilas nunha homenaxe ao escritor.

Organizado por: Concello de Monforte de Lemos.

Hora: 20:15 horas.

Lugar: Edificio Multiusos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é preciso.

Luns 23

Seguridade no fogar

Descrición: formación e información sobre a seguridade na realización das axudas na vida diaria no fogar e o uso das novas tecnoloxías como facilitadoras da seguridade dentro e fóra do fogar.

Organizado por: Concello de Monforte de Lemos e Escola Galega de Cidadáns.

Hora: de 16:30 a 20:30 horas.

Lugar: Salón de Actos do Hospital Público de Monforte.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: [inscrición previa](#)



Navia de Suarna

Xoves 26

As desterradas

Descrición: peza teatral de Producións Teatrais Excéntricas, unha opción de ocio saudable para toda a familia.

Organizado por: Concello de Monforte de Lemos.

Hora: as 20:15 horas.

Lugar: Edificio Multiusos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é preciso.

Pendente confirmación

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais. Ademais conta con asesoramento e recomendacións de lectura e organización de obradoiros e clubs de lectura.

Organizado por: Concello de Navia de Suarna e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no CPI Navia de Suarna, Igrexa de Santiago de Gállegos, Concello de Navia de Suarna, Moia, Castañedo, Chao do Couso e Casa Niño Argalleiros.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscripción: non é preciso. Información na web: [furgoteca](#)

Negueira de Muñiz

Pendente de confirmación

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais. Ademais conta con asesoramento e recomendacións de lectura e organización de obradoiros e clubs de lectura.

Organizado por: Concello de Negueira de Muñiz e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no Concello de Negueira de Muñiz, Pieiga, Robledo, Cancio e Ernes.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscripción: non é preciso. Información na web: [furgoteca](#)



O Corgo

Mércores 04

Mércores saudable

Descrición: andainas pola vila para fomentar o exercicio. A duración será de 30 minutos e adaptada a tódalas idades.

Organizado por: Asociación Acolle e o Concello de Mondoñedo.

Hora: saída as 12:00 horas.

Lugar: Centro de Saúde do Corgo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.

Ourol

Martes 10

Obradoiro de primeiros auxilios

Descrición: adquirir coñecementos básicos sobre o manexo de situacións que requiran actuación de primeiros auxilios básicos.

Organizado por: Concello de Ourol e Escola Galega de Saúde para Cidadáns.

Hora: de 16:30 a 20:30 horas.

Lugar: Edificio Multiusos do Concello de Ourol.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [inscrición previa](#)

Outeiro de Rei

Xoves 19

Hábitos saudables na hipertensión

Descrición: dende a equipa de enfermería, combínase a consulta de seguimento da toma de tensión para acompañala cunha charla informativa sobre como mellorar os hábitos saudables en casos de hipertensión.

Organizado por: Centro de Saúde de Outeiro de Rei.

Hora: no horario de mañá.

Lugar: Centro de Saúde de Outeiro de Rei.

Poboación á que vai dirixida: poboación con hipertensión.

Inscricións: No Centro de Saúde de Outeiro de Rei.



Palas de Rei

Martes 03

Doa sangue. O mellor agasallo

Descrición: unidade móbil para doar sangue.

Organizado por: Concello de Palas de Rei e Xunta de Galicia.

Hora: 16:00 horas a 21:00 horas.

Lugar: Concello de Palas de Rei

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: Non é preciso.

Pedrafita do Cebreiro

Pendente de confirmar

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais.

Organizado por: Concello de Pedrafita do Cebreiro e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas en Liñares, Fonfría, Concello de Pedrafita do Cebreiro, Louzarela, Castañedo, Chao do Couso, Lugar de Foxos, Fonteferreira, Hospital, Sabugos, Os Casares e Casa Niño Pequerrechiños.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: non é preciso. Información na web:

[furgoteca](#)

Ribadeo

Martes 03

Coñecendo a diabetes. Programa Preto de Ti

Descrición: charlas serán impartidas pola enfermeira de Benestar Social, María Roel. Abordan aspectos como: síntomas da diabetes, tipos, coidados diarios, factores de risco e a importancia do seguimento sanitario.

Organizado por: Concello de Ribadeo.

Hora: 16:30 horas.

Lugar: Arante, Ribadeo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: no Concello de Ribadeo.



Samos

Xoves 05

Coñecendo a diabetes. Programa Preto de Ti

Descrición: a charla será impartida pola enfermeira de Benestar Social, María Roel. Abordan aspectos como: síntomas da diabetes, tipos, coidados diarios, factores de risco e a importancia do seguimento sanitario.

Organizado por: Concello de Ribadeo.

Hora: 16:30 horas.

Lugar: Cedofeita, Ribadeo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: no Concello de Ribadeo.

Luns 09

Coñecendo a diabetes. Programa Preto de Ti

Descrición: charla impartida pola enfermeira de Benestar Social, María Roel. Abordan aspectos como: síntomas da diabetes, tipos, coidados diarios, factores de risco e a importancia do seguimento sanitario.

Organizado por: Concello de Ribadeo.

Hora: 16:15 horas.

Lugar: Cinxe, Ribadeo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: no Concello de Ribadeo.

Mércores 11

Manexo da dor crónica

Descrición: formación para coñecer as características da dor, tipos de dor: agudo e crónico e avaliación e tratamento. Escalas de valoración da dor. Recomendacións e hábitos de vida saudables.

Organizado por: Concello de Ribadeo e Escola Galega de Cidadáns.

Hora: 16:00 a 20:00 horas.

Lugar: Centro Sociocomunitario de Ribadeo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: [inscrición previa](#)



Samos

Pendente de confirmar

Furgoteca 2026

Descrición: servizo de biblioteca móbil con préstamo de libros, revistas e outros materiais.

Organizado por: Concello de Samos e Xunta de Galicia.

Hora: 11:00 a 15:00 horas.

Lugar: paradas no CPI de Samos, Igrexa de San Martiño de Lousada, Concello de Samos, San Cristovo de Louzara, San Martiño do Real, Lusio, Renche, Castrocán e Casa Niño Farangulla.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: non é preciso. Información na web:

[furgoteca](#)



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA
DE SANIDADE

Viveiro

Sábado 07

Viveiro baila

Descrición: baile de tarde para os maiores. Música por Duo Caramelo. Unha opción de ocio saudable.

Organizado por: Concello de Viveiro.

Hora: 19:00 horas.

Lugar: Salón de Actos do Conservatorio de Viveiro.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: non é preciso.

Luns 16 e luns 23

Yo conecto.org

Descrición: uso de Internet de xeito seguro.

Organizado por: Concello de Viveiro.

Hora: 09:00 a 14:00 horas.

Lugar: Aula CeMIT (Avda. Cervantes, s/n – Viveiro).

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscrición: na web de Fundación Cibervoluntarios.