



### Baiona

Venres 24 de abril e 8, 15, 22 e 29 de maio

#### Chave365

**Descrición:** obradoiro de novas tecnoloxías para mulleres dentro da programación BaionaLila.

**Organizado por:** Concello de Baiona.

**Hora:** de 11:00 a 13:00 horas.

**Lugar:** Centro sociocomunitario (r/ Dolores Agrelo, 16) - Baiona.

**Poboación á que vai dirixida:** mulleres.

**Inscripcións:** no Tlf. [986 357 554](tel:986357554) ou no correo [cim@baiona.gal](mailto:cim@baiona.gal).

### Cangas

Martes 5

**Avaliación da influencia do fútbol a pé na calidade de vida das persoas maiores**

**Descrición:** charla impartida por José Antonio Fornos Pérez, farmacéutico e investigador, e José M<sup>a</sup> Rial, creador e director do proxecto "Fútbol a pé. Deporte e saúde", dentro da programación da 3<sup>a</sup> edición do ciclo "Falando da saúde".

**Organizado por:** Concello de Cangas e entidades sociosanitarias locais.

**Hora:** ás 19:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos da Casa do Concello (Avda. De Castelao, 2) - Cangas.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscripcións:** non precisa.

Martes 12

**Os coidados na fibromialxia**

**Descrición:** charla impartida por Raquel Broullón, enfermeira, e a cargo da asociación AFIMO dentro da programación da 3<sup>a</sup> edición do ciclo "Falando da saúde".

**Organizado por:** Concello de Cangas e entidades sociosanitarias locais.

**Hora:** ás 18:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos da Casa do Concello (Avda. De Castelao, 2) - Cangas.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscripcións:** non precisa.



### Cangas

**Xoves 21**

#### Conduta suicida: e eu como podo axudar a alguén en risco?

**Descrición:** charla a cargo de Estrela Gómez, psicóloga en Doa Saúde Mental, dentro da programación da 3ª edición do ciclo "Falando da saúde".

**Organizado por:** Concello de Cangas e entidades sociosanitarias locais.

**Hora:** ás 19:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos da Casa do Concello (Avda. De Castelao, 2) - Cangas.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** non precisa.

**Xoves 28**

#### Deporte inclusivo

**Descrición:** charla a cargo de ORGADIF (Organización Galega de Diversidade Funcional) e impartida por Avelino Basanta, dentro da programación da 3ª edición do ciclo "Falando da saúde".

**Organizado por:** Concello de Cangas e entidades sociosanitarias locais.

**Hora:** ás 19:00 horas.

**Lugar:** salón de plenos da Casa do Concello (Avda. De Castelao, 2) - Cangas.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** non precisa.

### Covelo

**Sábado 2**

#### Mostra de artesanía e segunda man

**Descrición:** actividade pensada para pasear, mercar, compartir e gozar en comunidade e que inclúe: Café Repair (espazo de reparación colectiva no que persoas voluntarias axudarán a darlle unha segunda vida a moitos obxectos), Obradoiro de cociña para pequenos e maiores...

**Organizado por:** Concello de Covelo.

**Hora:** de 10:00 a 14:30 horas.

**Lugar:** praza Mestre Cerviño – Covelo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** non precisa.



### Covelo

Proximamente ... (do luns 8 ao xoves 11 de xuño)

#### Intelixencia artificial e ocio: apps para disfrutar

**Descrición:** curso gratuíto de competencias dixitais dentro da iniciativa "Yo Conecto".

**Organizado por:** Concello de Covelo e Fundación Cibervoluntarios.

**Hora:** de 16:30 a 19:30 horas.

**Lugar:** Sala multiusos debaixo da Galiña Azul (Travesía de Vigo, 7) – Covelo.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 60 anos.

**Inscricións:** ata o 20 de maio no Concello de Covelo ou a través da sede electrónica cubrindo o seguinte [formulario](#).

### Gondomar

Venres 15

#### Medos adolescentes

**Descrición:** espazo de encontro de familias, dentro do programa "Sementando o bo trato. O vínculo familiar é o motor do cambio", pensado para acompañalas na etapa da adolescencia dos/as seus/súas fillos/as.

**Organizado por:** Concellería de Xuventude do Concello de Gondomar.

**Hora:** ás 19:30 horas.

**Lugar:** Centro Neural (Avda. D. Diego Sarmiento de Acuña, 4) - Gondomar.

**Poboación á que vai dirixida:** familias.

**Inscricións:** no Tlf. [986 369 746](tel:986369746) ou persoalmente na Oficina de Información Xuvenil (Praza Doctor Latino Salgueiro, 1).

### A Guarda

Todos os venres

#### Cantos de taberna

**Descrición:** actividade participativa na que a música se converte en vehículo de encontro, fomentando o envellecemento activo e combatendo o illamento social. As persoas participantes poden levar instrumentos, cancións ou simplemente ganas de compartir.

**Organizado por:** Clube da Terceira idade da Guarda.

**Hora:** de 20:00 a 22:00 horas.

**Lugar:** Club da Terceira idade (Praza de San Benito, Edif. Casa do Mar) – A Guarda.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** non precisa.



### A Guarda

#### Sábado 16

##### Embárrate 3.0

**Descrición:** obradoiro de traballo con barro impartido pola Asociación Aveláña dentro do programa de lecer xuvenil "Tardeo A Guarda".

**Organizado por:** OMIX do Concello da Guarda.

**Hora:** ás 10:30 horas.

**Lugar:** indicarse ao realizar a inscrición.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral, preferentemente mocidade.

**Inscricións:** do luns 4 ao 11 de maio no correo [informacion@aguarda.es](mailto:informacion@aguarda.es). Actividade gratuíta.

#### Venres 29

##### Clase de zumba

**Descrición:** obradoiro de zumba impartido polo Club Judo Baixo Miño dentro do programa de lecer xuvenil "Tardeo A Guarda".

**Organizado por:** OMIX do Concello da Guarda.

**Hora:** ás 18:00 horas.

**Lugar:** indicarse ao realizar a inscrición.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral, preferentemente mocidade.

**Inscricións:** do luns 18 ao 25 de maio no correo [informacion@aguarda.es](mailto:informacion@aguarda.es). Actividade gratuíta.

#### Sábado 30

##### Percusión para sobrevivir ás Festas do Monte

**Descrición:** obradoiro impartido pola Asociación Cultural Xida dentro do programa de lecer xuvenil "Tardeo A Guarda".

**Organizado por:** OMIX do Concello da Guarda.

**Hora:** ás 11:00 horas.

**Lugar:** indicarse ao realizar a inscrición.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral, preferentemente mocidade.

**Inscricións:** do luns 18 ao 25 de maio no correo [informacion@aguarda.es](mailto:informacion@aguarda.es). Actividade gratuíta.



### Moaña

**Domingo 3, sábado 9, domingo 17, sábado 23 e domingo 31**

#### Descubre Moaña na primavera

**Descrición:** serie de rutas con diferentes temáticas (etnográficas, culturais, familiares, literarias ou centradas no medio natural) guiadas pola Asociación A Illa dos Ratos.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** ás 10:00 horas.

**Lugar:** en función da ruta – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** no WhatsApp [611 080 853](tel:611080853).  
Actividade gratuíta.

**Martes 5**

#### Explorando a curiosidade

**Descrición:** sesión formativa da Escola Sentir e Pensar do Concello de Moaña, impartido por Laura Durán, psicóloga.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** de 16:00 a 17:00 horas, para alumnado de 1º e 2º de Primaria; de 17:15 a 18:15 horas, para 3º e 4º; de 18:30 a 19:30 horas, para 5º e 6º.

**Lugar:** Ludoteca municipal (r/ Ramón Cabanillas, 18) – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** alumnado de primaria.

**Inscricións:** no teléfono [986 315 038](tel:986315038), en horario de tarde.

**Domingo 10**

#### XXXVI Cros Escolar Tirán

**Descrición:** carreira con dúas categorías, escolar e popular, e varios percorridos.

**Organizado por:** ANPA A Madreboa do CEIP de Tirán.

**Hora:** a partir das 10:00 horas.

**Lugar:** CEIP Plurilingüe de Tirán (Lg. Igraxario / Tirán) – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** ata o 3 de maio a través da seguinte [ligazón](#). Ou o mesmo día da carreira ata as 9:45h.



### Moaña

#### Mércores 13

##### Pornografía e redes sociais

**Descrición:** sesión formativa da Escola de familias do Concello de Moaña, impartido por Laura Durán, psicóloga.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** varios horarios a elixir, de 11:00 a 12:30, de 17:30 a 19:00 ou de 19:30 a 21:00 horas.

**Lugar:** Ludoteca municipal (r/ Ramón Cabanillas, 18) – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** familias.

**Inscricións:** no teléfono [986 315 038](tel:986315038), en horario de tarde.

#### Domingo 17

##### Rialdarca, aldea do maio

**Descrición:** roteiro musicado de aprox. 2 horas de duración dentro da programación “Moaña, Paisaxe e Son”.

**Organizado por:** Concello de Moaña coa colaboración da Fundación Legar.

**Hora:** 17:00 horas.

**Lugar:** Pontillón – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** no WhatsApp [622 832 227](tel:622832227). Prazas limitadas.

#### Martes 19

##### Reflexionando sobre o respecto

**Descrición:** sesión formativa da Escola Sentir e Pensar do Concello de Moaña, impartido por Laura Durán, psicóloga.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** de 16:00 a 17:00 horas, para alumnado de 1º e 2º de Primaria; de 17:15 a 18:15 horas, para 3º e 4º; de 18:30 a 19:30 horas, para 5º e 6º.

**Lugar:** Ludoteca municipal (r/ Ramón Cabanillas, 18) – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** alumnado de primaria.

**Inscricións:** no teléfono [986 315 038](tel:986315038), en horario de tarde.



### Moaña

#### Domingo 24

##### XLIV Cros Escolar Domaio

**Descrición:** carreira con dúas categorías, escolar e popular, que celebra a súa edición número 44.

**Organizado por:** ANPA O Picoto do CEIP Domaio.

**Hora:** a partir das 10:00 horas.

**Lugar:** paseo marítimo de Domaio – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** ata o 8 de maio a través da seguinte [ligazón](#).

#### Martes 26

##### Mindfulness e atención plena

**Descrición:** sesión formativa dentro do Programa de Saúde Mental da Escola de Saúde de Moaña.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

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

**Lugar:** salón de plenos do Concello – Moaña.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** non precisa.

### As Neves

#### Martes 12

##### Pantallas, redes e límites. Como educar na era dixital

**Descrición:** obradoiro para familias no que se abordarán claves para un uso responsable, seguro e equilibrado das tecnoloxías. Ao finalizar ofrecerase un pequeno servizo de café para comentar o aprendido. Posibilidade de servizo de canguraxe.

**Organizado por:** Concello das Neves coa colaboración do IES Pazo da Mercé, do CEIP Marquesa do Pazo da Mercé e as súas Asociación de Nais e Pais de Alumnos.

**Hora:** de 18:00 a 20:00 horas.

**Lugar:** Casa da Xuventude (r/ Entrecines, 10) – As Neves.

**Poboación á que vai dirixida:** familias de alumnado de primaria e secundaria.

**Inscricións:** cubrindo o seguinte [formulario](#). Máis información no tlf. [625 554 992](tel:625554992).



### Nigrán

**Sábado 23**

#### X Nocturna de Nigrán

**Descrición:** carreira nocturna con dúas distancias, 5 e 10K, e carreiras infantís, que serán de balde.

**Organizado por:** Concello de Nigrán.

**Hora:** ás 21:30 horas.

**Lugar:** Praia América (aparcamento do Campo das Redes) – Nigrán.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas a partir de 14 anos para as carreiras xerais.

**Inscricións:** ata o 20 de maio no seguinte [enlace](#).

### O Porriño

**Domingos e festivos**

#### Baile de maiores

**Descrición:** actividade gratuíta que inclúe unha primeira parte de clases de baile seguida dun baile social e prácticas con animación con DJ.

**Organizado por:** Concello de O Porriño.

**Hora:** de 17:00 a 20:00 horas.

**Lugar:** Studio 57 (r/ Muíños, 13) – O Porriño.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación maior de 60 anos.

**Inscricións:** non precisa, entrada libre ata completar aforo.

### Redondela

**Xoves 14**

**A vida máis alá da enfermidade: como non centrar toda a dinámica familiar na enfermidade. O papel de irmáns/as, fillos/as e parella.**

**Descrición:** sesión formativa da Escola de familias da Asociación Lenda, configurada como un espazo de formación, apoio mutuo e autocoidado.

**Organizado por:** Asociación Lenda Saúde Mental.

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

**Lugar:** sede da Asociación Lenda (r/Reveriano Soutullo, 57) – Redondela.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral, especialmente familiares de persoas con problemas de saúde mental.

**Inscricións:** no teléfono 986 404 200 e no WhatsApp 653 794 995.



### Redondela

**Martes 12**

#### A adición ao móbil: comprender para educar

**Descrición:** obradoiro presencial de educación dixital no que intervirán Manuel Rivas, da Amtega, e Estefanía Bastos, de DualThink.

**Organizado por:** Federación ANPAS Redondela.

**Hora:** ás 18:00 horas.

**Lugar:** CEIP Porto Cabeiro (Estrada de Porto-Cabeiro, 5 – Bº Millarada / Vilar) – Redondela.

**Poboación á que vai dirixida:** familias.

**Inscripcións:** no WhatsApp [699 196 745](https://www.whatsapp.com/business/profile/699196745).

### O Rosal

**Martes 12**

#### Aproximación ao dano cerebral adquirido

**Descrición:** charla impartida por Dano cerebral Galicia, dentro da programación da Escola de Saúde do Rosal.

**Organizado por:** Concello do Rosal.

**Hora:** ás 17:00 horas.

**Lugar:** Centro social polivalente – O Rosal.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscripcións:** non precisa, entrada libre ata completar aforo.

**Xoves 28**

#### A influencia das emocións na saúde. Como nos enferma ou cura o que sentimos

**Descrición:** charla-café impartida por Andrea Iglesias, psicóloga clínica, dentro do ciclo “Cafés en Igualdade”, encontros mensuais co obxectivo de xerar novos espazos de encontro, reflexión e pensamento crítico.

**Organizado por:** Concello do Rosal.

**Hora:** ás 17:30 horas.

**Lugar:** Liga de Amigos (praza do Calvario) – O Rosal.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscripcións:** non precisa.



### Tomiño

Sábado 9 e domingo 10 /  
Sábado 23 e domingo 24

#### Marcha nórdica

**Descrición:** sesións de marcha nórdica dentro do programa "Impacto Saudable".

**Organizado por:** Concello de Tomiño.

**Hora:** ás 10:00 horas.

**Lugar:** pistas de atletismo do Mosteiro – Tomiño.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** a través do seguinte

[formulario web](#).

### Vigo

Domingo 3, 10, 17 e 24

#### Percorridos medioambientais

**Descrición:** roteiros guiados por espazos naturais nos que se combina exercicio físico con interpretación da paisaxe, da biodiversidade e do patrimonio natural. Inclúen desprazamento autobús discrecional.

**Organizado por:** Concellería de Medio Ambiente do Concello de Vigo.

**Hora:** convocatoria ás 8:30, saída ás 9:00 horas.

**Lugar:** Praza do Rei - Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** no 010 (dende móbil: 986 81 02 60), na semana da actividade. Empadroados: de luns a mércores, de 8:00 a 20:00. Non empadroados: o xoves. Prazas limitadas.

Mércores 6, 13, 20 e 27

#### Igualdade dixital

**Descrición:** programa que combina formación presencial, acompañamento personalizado e unha plataforma en liña gratuíta coa finalidade de contribuír á igualdade de oportunidades no acceso á tecnoloxía.

**Organizado por:** Afundación.

**Hora:** de 11:00 a 12:00 horas.

**Lugar:** Espazo +60 (r/ Policarpo Sanz, 26 - 2ª planta) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 60 anos.

**Inscricións:** a través do seguinte [formulario web](#). Actividade gratuíta.



### Vigo

#### Mércores 6

##### Death cafés 2026

**Descrición:** encontro para romper o silencio sobre a morte e o tabú que supón todo o que a rodea, mentres se comparte un café e biscoito.

**Organizado por:** Afundación.

**Hora:** de 17:00 a 19:00 horas.

**Lugar:** Espazo +60 (r/ Policarpo Sanz, 26 - 2ª planta) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 60 anos.

**Inscricións:** no Espazo +60. Actividade gratuíta. Prazas limitadas.

#### Xoves 7

##### Prevención do acoso escolar. Comecemos pola autoestima

**Descrición:** actividade que busca proporcionar recursos e estratexias para fortalecer a autoestima dos/as nenos/as, sendo esta a primeira ferramenta para previr situacións de acoso.

**Organizado por:** Foanpas – Federación de Anpas de Vigo.

**Hora:** ás 17:00 horas.

**Lugar:** CEIP Carballal (Rúa Lomba, 1) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** comunidade educativa dos centros de ensino públicos.

**Inscricións:** no correo [foanpas@foanpas.com](mailto:foanpas@foanpas.com) ou no Tlf. 986 298 812.

#### Xoves 7, 17, 21 e 28

##### Escola de familias. Educación sexual

**Descrición:** espazo de encontro para familias onde compartir e analizar as ideas e experiencias acerca da educación sexual, así como as mensaxes que transmitimos ás nosas crianzas acerca da afectividade, o amor e a sexualidade. Será impartido por Con Mucho Gusto! Centro de Sexoloxía.

**Organizado por:** Foanpas – Federación de Anpas de Vigo.

**Hora:** ás 17:00 horas.

**Lugar:** CEP Fleming (r/ Ourense, 15) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** familias de educación primaria dos centros públicos.

**Inscricións:** no correo [foanpas@foanpas.com](mailto:foanpas@foanpas.com) ou no Tlf. 986 298 812. A inscrición pode facerse a todas as sesións ou de maneira individual nalgunha delas.



### Vigo

#### Venres 8

##### Día mundial da Asma

**Descrición:** xornada de Portas Abertas para crear un espazo de aprendizaxe, interacción e apoio entre pacientes con asma e profesionais. Inclúe charlas-obradoiros interactivos e a posibilidade dunha valoración personalizada (previa inscrición).

**Organizado por:** Servizo de Alergoloxía da Área Sanitaria de Vigo.

**Hora:** de 11:45 a 14:15 horas.

**Lugar:** Hospital Meixoeiro. Consultas externas. Planta 1 – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación interesada.

**Inscricións:** no tlf. [986 810 992](tel:986810992) para a valoración. Prazas limitadas.

#### A partir do mércores 13

##### O camiño do dó

**Descrición:** programa no que se axudará a coñecer o proceso do dó, as emocións que nel se producen e a xestionar as perdas ao longo da vida; consta de 4 sesións de 2 horas de duración.

**Organizado por:** Afundación.

**Hora:** de 17:00 a 19:00 horas.

**Lugar:** Espazo +60 (r/ Policarpo Sanz, 26 - 2ª planta) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 60 anos.

**Inscricións:** no Espazo +60.

#### Mércores 13

##### Descubre Vigo coa UNED – Visita ao Observatorio Nautilus - Porto de Vigo

**Descrición:** visita guiada gratuíta, na que se ofrece aos participantes unha aproximación directa e contextualizada á realidade marítima de Vigo.

**Organizado por:** Aula UNED Vigo.

**Hora:** de 9:50 a 11:30 horas.

**Lugar:** Porto de Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** a través do seguinte [enlace](#). Prazas limitadas.



### Vigo

#### Venres 15

##### A nena que quería correr

**Descrición:** proxección do documental protagonizado por unha integrante do proxecto DisCamino.

**Organizado por:** DisCamino, deporte adaptado.

**Hora:** ás 20:00 horas.

**Lugar:** Centro cultural de San Paio de Navia (r/ Bravo, 6) - Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscripcións:** non precisa.

#### Sábado 16

##### Desafíos en diabetes 2016

**Descrición:** retos e avances en diabetes e alimentación, saúde mental, embarazo, tecnoloxía...

**Organizado por:** ANEDIA (Asociación de persoas con diabetes tipo I de Galicia).

**Hora:** pendente de confirmar.

**Lugar:** Hospital Álvaro Cunqueiro - Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación interesada.

**Inscripcións:** a través das seguintes ligazóns, [Desafíos en diabetes](#) / [Desafíos en diabetes JUN IOR](#) (ludoteca e actividades paralelas) ou dos tlf. [644 971 454](tel:644971454) / [644 319 595](tel:644319595).

#### Do mércores 20 ao xoves 4 de xuño

##### Achégate á rede. Empoderamento dixital para mulleres

**Descrición:** formación dirixida á capacitación no mundo dixital en relación á empregabilidade; inclúe un módulo de emprendemento e autoemprego e outro de autocoidado e recursos socioculturais.

**Organizado por:** Fundación Érguete-Integración.

**Hora:** de 9:30 a 13:00 horas.

**Lugar:** Fundación Érguete Integración (Avda. Martínez Garrido, 21 - interior) – Vigo.

**Poboación á que vai dirixida:** mulleres.

**Inscripcións:** no teléfono [986 253 176](tel:986253176) ou no correo [monitor.a.ciberemprego@gmail.com](mailto:monitor.a.ciberemprego@gmail.com).



### Vigo

#### Domingo 31

##### XI Andaina polos montes de Vigo

**Descrición:** ruta polos Montes de Zamáns, Beade e Bembrive dentro do programa "Participación ambiental"

**Organizado por:** Concellería de Medio ambiente do Concello de Vigo.

**Hora:** pendente de concretar.

**Lugar:** pendente de concretar.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación xeral.

**Inscricións:** no 010 (dende móbil: 986 81 02 60), na semana da actividade. Empadroados: de luns a mércores, de 8:00 a 20:00. Non empadroados: o xoves.

#### Proximamente...

##### Viaxe en barco pola Ría de Vigo

**Descrición:** rutas gratuítas de hora e media de duración a bordo do Nautilus de Ocean Secrets; nesta edición ofrécese dous roteiros diferentes: "Lendas da Ría de Vigo" e "Ciencia a bordo - descubrindo a Ría de Vigo".

**Organizado por:** Concello de Vigo.

**Hora:** pendente de concretar.

**Lugar:** pendente de concretar.

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 65 anos empadroadas en Vigo.

**Inscricións:** no teléfono de información municipal 010 (dende móbil: 986 81 02 60).