



Área Sanitaria de Ferrol

Sábado 02, 09, 16, 23 e 30 de novembro

Encontros

Descrición: dinámicas nas que se favorecen espazos de encontro e apoio mútuo con diversas actividades recreativas para paliar a soidade non desexada.

Hora da actividade: sábados de 16:30 ás 18:00 horas.

Lugar da actividade: Centro Cívico de Pedroso.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 60 anos.

Inscripcións: 633 23 00 54, 613 19 68 41, no 1º andar do Concello de Narón, en Servizos Sociocomunitarios ou no propio centro cívico.

Sábado 02 de novembro

Identificación de cogomelos con valor gastronómico

Descrición: saída ao monte guiada polo cociñeiro Antonio Díaz, na que se aprenderá a identificar cogomelos con valor gastronómico, así como boas prácticas de recolección e conservación dos recursos micolóxicos no Monte Veciñal do Forgoselo.

Hora da actividade: ás 09:00 horas.

Lugar da actividade: notificase unha vez inscritos.

Poboación á que vai dirixida: poboación maior de idade.

Inscripcións: 604 04 73 37 ou terradecogomelos@gmail.com

Domingo 03 de novembro

Obradoiro de Cociña para público adulto

Descrición: dentro do marco da 4ª Xornada de As Pontes, Terra de Cogomelos. Outono micolóxico. Obradoiro onde aprender a cociñar cogomelos.

Hora da actividade: de 10:30 a 11:30 horas.

Lugar da actividade: carpa habilitada na Feira de Fungos e Cogomelos. As Pontes.

Poboación á que vai dirixida: maiores de idade.

Inscripcións:

<https://form.jotform.com/242661742105350>



Área Sanitaria de Ferrol

Domingo 03 de novembro

Obradoiro de Cociña para público nenos

Descrición: dentro do marco da 4ª Xornada de As Pontes, Terra de Cogomelos. Outono micolóxico. Obradoiro onde aprender a cociñar cogomelos.

Hora da actividade: de 13:00 ás 14:00 horas.

Lugar da actividade: carpa habilitada na Feira de Fungos e Cogomelos. As Pontes.

Poboación á que vai dirixida: poboación infantil ata 14 anos, acompañado por adulto.

Inscripcións:

<https://form.jotform.com/242661742105350>

Curso preparatorio Comdix-iniciación: empezamos ata tecnoloxías dixitais

Descrición: curso para iniciarse no uso das novas tecnoloxías de maneira presencial.

Hora da actividade: un grupo de 09:30 ás 13:30 horas e outro de 16:00 ás 20:00 horas.

Lugar da actividade: Aula Cemit. Narón.

Poboación á que vai dirixida: de 16 a 85 anos.

Inscripcións:

<https://aulascemit.xunta.es/usuarios/spring/login>

Luns 04 de novembro

Ampliación do prazo inscricións: Escolas Culturais Municipais do Concello de Narón

Descrición: amplíase o prazo das escolas culturais: tradicionais, artísticas, actores e actrices e bailes de salón para do curso 24-25.

Hora da actividade: de luns a venres de 09:00 a 13:30 horas e de 17:00 a 19:00 horas e os sábados de 10:00 a 13:00 horas.

Lugar da actividade: Pazo da Cultura de Narón.

Poboación á que vai dirixida: grupos indicados no portal web.

Inscripcións: oficinas do Pazo da Cultura, máis información

<https://www.padroadodecultura.es/gl/escolas-culturais/cultura>

ou no correo mc.blanco@naron.gal



Área Sanitaria de Ferrol

Dende o Luns 04 de novembro ao 01 de decembro

Sexualidade e Dano Cerebral Adquirido

Descrición: curso para a adquisición de coñecementos sobre o dano cerebral e como estas repercuten no ámbito da sexualidade da persoa, así como técnicas e recursos para levar a cabo boas prácticas na abordaxe profesional.

Hora da actividade: sen horario.

Lugar da actividade: en liña.

Poboación á que vai dirixida: profesionais sociosanitarias dedicadas á atención e coidado de persoas con DCA, a coidadoras informais e a calquera persoa interesada na temática.

Inscripcións:

<https://forms.office.com/e/m6P6BCYfnA>

Venres 08 de novembro

Menopausia: cambios, alimentación e mito

Descrición: charla informativa sobre o que é o climaterio, os cambios que produce (hormonais, corporais, socioculturais), axuda ao alivio dos síntomas e como previr complicacións, orientación da alimentación máis apropiada ao ciclo vital, desmentir mitos.

Hora da actividade: ás 12:00 horas.

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Narón.

Poboación á que vai dirixida: mulleres de mediana idade e poboación en xeral.

Inscripcións: no mostrador do C.S. de Narón ou na Unidade de Nutrición do C.S. de Narón.

Sábado 09 de novembro

Un día no Ferrol Mariñeiro

Descrición: xornada para promover a cultura mariñeira de Ferrol, especialmente do barrio Ferrol Vello. Conta cun percorrido guiado polo porto e as súas industrias onde se coñecerán a lonxa de produtos do mar e tamén se realizará un cruceiro pola ría, con explicacións sobre a pesca e o medio ambiente, ademais de degustar produtos locais.

Hora da actividade: de 10:30 a 14:00 horas.

Lugar da actividade: Oficina Municipal de Turismo e Atención Peregrina. Ferrol.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: whatsapp 604 06 45 70 ou <https://forms.gle/6P4Yez5XxqhCGyAk8>





Área Sanitaria de Ferrol

Dende o Xoves 10 de novembro

Encontros

Descrición: dinámicas nas que se favorecen espazos de encontro e apoio mútuo con diversas actividades; recreativas, culturais, deportivas e educativas para paliar a soidade non desexada.

Hora da actividade: venres de 10:00 ás 12:00 horas.

Lugar da actividade: Centro Cívico O Alto do Castaño.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 60 anos.

Inscripcións: 633 23 00 54, 613 19 68 41, no 1º andar do Concello de Narón, en Servizos Sociocomunitarios ou no propio centro cívico.

Dende o Venres 11 de novembro

Encontros

Descrición: dinámicas nas que se favorecen espazos de encontro e apoio mútuo con diversas actividades; recreativas, culturais, deportivas e educativas para paliar a soidade non desexada.

Hora da actividade: venres de 10:00 ás 12:00 horas.

Lugar da actividade: Centro Social de Santa Icíá.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 60 anos.

Inscripcións: 633 23 00 54, 613 19 68 41, no 1º andar do Concello de Narón, en Servizos Sociocomunitarios ou no propio centro cívico.

Venres 15 de novembro

Destete o final dunha etapa

Descrición: da mesma forma que é importante preparar a lactación durante o embarazo, tamén o é informarse sobre o destete. É fundamental coñecer e considerar tanto as necesidades e consecuencias que afectan á criatura como as que corresponden ás nais.

Hora da actividade: de 17:00 ás 19:00 horas.

Lugar da actividade: en liña. Plataforma Zoom.

Poboación á que vai dirixida: dirixido a nais, ás súas parellas (si é o caso), a mulleres embarazadas e a familias en xeral.

Inscripcións: requírese inscrición previa a través do correo bbttarrss@gmail.com, abertas.

Área Sanitaria de Ferrol

Venres 22 de novembro

Entender e Avaliar o Apego

Descrición: charla sobre o entendemento e a avaliación do apego, que forma parte do programa de redes de formación continuada para profesionais galegos do sistema de protección, servizos sociais e de intervención infanto-xuvenil.

Hora da actividade: de 09:30 a 13:30 horas.

Lugar da actividade: en liña.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 18 anos.

Inscricións: rexistro en [https://formacion.alborada.org/login e inscrición](https://formacion.alborada.org/login_e_inscricion).

Domingo 24 de novembro

Andaina contra a violencia de xénero

Descrición: percorrido con dúas opcións: ruta curta de 4 km ou a longa de 8 km, con motivo do día contra a violencia de xénero.

Hora da actividade: saída ás 10:00 horas.

Lugar da actividade: Concello de Monfero.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 60 anos.

Inscricións: ata o 08 de novembro no formulario <https://forms.gle/oXkurcdU7jg6f2vE9> ou no 981 79 38 85.

Venres 29 de novembro

Noche de Tormenta

Descrición: dentro do Programa de Terapia Ocupacional, do Hospital de Día de Psiquiatría do CHUF, realízase un traballo sobre o valor do tempo de lecer e a conexión das persoas co entorno natural. Proponse a realización do Ciclo de Afeccións Transformadoras para Adultos, mediante o xogo de Rol La llamada de Cthulhu.

Hora da actividade: ás 11:00 horas.

Lugar da actividade: Centro Cívico de Canido, Ferrol.

Poboación á que vai dirixida: prioridade usuari@s do Hospital de Día e logo poboación adulta. Aforo limitado.

Inscricións: nuria.garcia.gonzalo@sergas.es

Área Sanitaria de Ferrol

Domingo 01 de decembro

XXXVIII Memorial Adolfo Ros - Volta á Ría

Descrición: carreira que percorre os concellos de Ferrolterra: Ferrol, Narón, Neda e Fene en memoria de Adolfo Ros.

Hora da actividade: ás 10:00 horas.

Lugar da actividade: saída e chegada dende a Praza Galicia do Concello de Narón.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral, diferentes categorías e percorridos.

Inscripcións: ata o 27 de novembro ás 23:59 horas.

<https://www.carreirasgalegas.com/events/xxxviii-memorial-adolfo-ros-volta-ra/ypld57mR>