

Área Sanitaria de Vigo

de outubro a decembro

Programa Enredadas

Descrición: obradoiros gratuítos dirixidos a mulleres residentes nas parroquias. Están organizados polo Concello de As Neves.

Hora da actividade: horario de tarde.

Lugar da actividade: pendente de concretar, indicarase no momento de realizar a inscrición.

Poboación á que vai dirixida: mulleres residentes nas parroquias de As Neves.

Inscricións: No teléfono 625554992 ou no correo electrónico ensino@asneves.gal.

martes 01 de outubro

Andainas no Rosal

Descrición: andainas saudables organizadas pola enfermeira ESAD e a fisioterapeuta comunitaria do Centro de Saúde do Rosal en colaboración co Concello, que se complementarán con exercicios de forza, equilibrio e estiradas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro de Saúde do Rosal.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

mércores 02 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas dunha hora de duración, organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Hora da actividade: de 11:00 a 12:00 horas

Lugar da actividade: saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

xoves 03 de outubro

Paseo activo con educación para a saúde

Descrición: andaina saudable que inclúe unha charla sobre hábitos de vida saudables, organizada por distintos profesionais dos Centros de Saúde da Doblada e Teis (fisioterapia, medicina, nutrición, traballo social e enfermería).

Hora da actividade: 19:00 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Teis
Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

venres 04 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas saudables para os pacientes do Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Área Sanitaria de Vigo

varias datas, comezando o venres 04 de outubro

Ciclo de charlas "Alzheimer e outras demencias: que son, pautas de prevención e actuación"

Descrición: charlas informativas co gallo do Día Mundial do Alzheimer organizadas polo Concello e AFAGA Alzheimer nas diferentes parroquias de Salceda de Caselas e impartidas por psicólogas de AFAGA.

Hora e lugar da actividade:

- Venres, 04 de outubro, ás 17:20 horas, na Casa cultural de A Feira.
- Martes, 08 de outubro, ás 17:20 horas, na Casa cultural de Soutelo.
- Venres, 11 de outubro, ás 16:30 horas, na Casa cultural de Esfarrapada.
- Venres, 18 de outubro, ás 17:20 horas, na Casa cultural de Barreiro.
- Venres, 25 de outubro, ás 17:20 horas, na Casa cultural de Picoña.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: entrada libre ata completar aforo.

venres, do 04 de outubro ao 20 de decembro

Obradoiro "Sácalle partido ao teu móbil"

Descrición: obradoiro gratuito para mulleres organizado polo Servizo de Igualdade do Concello de Vigo.

Hora da actividade: de 18:30 a 20:00 horas

Lugar da actividade: Casa das Mulleres de Vigo (r/ Romil, 20 - Vigo)

Poboación á que vai dirixida: mulleres maiores de 18 anos con coñecementos básicos no manexo do móbil, terán preferencia as empadroadas no Concello de Vigo.

Inscricións: [Concello de Vigo: Concellería de Igualdade \(igualdadevigo.org\)](http://Concello de Vigo: Concellería de Igualdade (igualdadevigo.org))

sábado 05 de outubro

Mostra de Produtos Locais

Descrición: mostra de artesanía, produtos locais e segunda man organizada polo Concello de Covelo.

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

Lugar da actividade: Praza Mestre Cerviño – Covelo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Tech Kids 2024 – Argallando entre xeracións

Descrición: sesión formativa dentro do Programa Tech Kids, organizado pola AMTEGA en colaboración co Colexio profesional de enxeñería en informática de Galicia (CPEIG), destinadas á mocidade, nas que se realizarán actividades colaborativas de resolución de retos tecnolóxicos.

Hora da actividade: a partir das 17:30h.

Lugar da actividade: Aula CEMIT Moaña – Casa da Mocidade de Moaña.

Poboación á que vai dirixida: rapaces/as entre 12 e 18 anos.

Inscricións: ata o 05 de outubro na web Tech Kids 2024_Argallando entre xeracións

Área Sanitaria de Vigo

domingo 06 de outubro

XVIII Feira ECOartesa de Moaña

Descrición: mostra de produtos ecolóxicos, artesáns e de agricultura sustentable organizada pola Asociación Moaña AntiQua en colaboración co Concello de Moaña.

Hora da actividade: de 11:00 a 20:30 horas

Lugar da actividade: contorna do Palco da Música - Moaña.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

martes 08 de outubro

Andainas no Rosal

Descrición: andainas saudables organizadas pola enfermeira ESAD e a fisioterapeuta comunitaria do Centro de Saúde do Rosal en colaboración co Concello, que se complementarán con exercicios de forza, equilibrio e estiradas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro de Saúde do Rosal.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

mércores 09 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas dunha hora de duración, organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Hora da actividade: de 11:00 a 12:00 horas

Lugar da actividade: saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

xoves 10 de outubro

Andar é saúde. Día Mundial da Saúde Mental

Descrición: programa de andainas que conmemoran un día internacional relacionado coa saúde, incluíndo unha charla informativa sobre o tema en cuestión, e que son guiadas por usuarias da EVD Galicia - Muller e discapacidade, entidade organizadora en colaboración co Concello de Mos.

Hora da actividade: 11:30 horas

Lugar da actividade: saída do Multiusos das Pozas - Mos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Paseo activo con educación para a saúde

Descrición: andaina saudable que inclúe unha charla sobre hábitos de vida saudables, organizada por distintos profesionais dos Centros de Saúde da Doblada e Teis (fisioterapia, medicina, nutrición, traballo social e enfermería).

Hora da actividade: 19:00 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Teis

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Área Sanitaria de Vigo

do xoves do 10 de outubro ao xoves 28 de novembro

Obradoiro de autoestima feminina: ti o vales

Descrición: Obradoiro gratuito para mulleres organizado polo Servizo de igualdade do Concello de Vigo.

Hora da actividade: de 18:00 a 20:00 horas

Lugar da actividade: Casa das Mulleres de Vigo (r/ Romil, 20 - Vigo)

Poboación á que vai dirixida: mulleres maiores de 18 anos. Terán preferencia as empadroadas no Concello de Vigo.

Inscripcións: [Concello de Vigo: Concellería de Igualdade \(igualdadevigo.org\)](#)

venres 11 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas saudables para os pacientes do Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

sábado 12 de outubro

Orienta-Tea

Descrición: proba de orientación nocturna organizada polo concello de Mondariz.

Hora da actividade: A partir das 20:30 horas

Lugar da actividade: Carballo da Armada - Queimadelos - Mondariz.

Poboación á que vai dirixida: persoas maiores de 16 anos.

Inscripcións: ata o 10/10/2024 na web <https://www.territorio-comanche.com/agenda/>

luns 14 de outubro

Como contratar seguros e pedir préstamos a través do teu teléfono

Descrición: sesión formativa dirixida a persoas adultas organizada pola AMTEGA en colaboración coa Federación galega de asociacións universitarias sénior (FEGAUS).

Hora da actividade: de 12:00 a 13:00 horas

Lugar da actividade: Aula CEMIT Vigo – Auditorio Pazo Congresos Mar de Vigo (entrada UNED).

Poboación á que vai dirixida: persoas maiores de 18 anos.

Inscripcións: Ata o xoves 10 de outubro na web [Cómo contratar seguros e pedir préstamos a través do teu teléfono_Fegaus | CeMIT \(xunta.gal\)](#)

Área Sanitaria de Vigo

martes 15 de outubro

Andainas no Rosal

Descrición: andainas saudables organizadas pola enfermeira ESAD e a fisioterapeuta comunitaria do Centro de Saúde do Rosal en colaboración co Concello, que se complementarán con exercicios de forza, equilibrio e estiradas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro de Saúde do Rosal.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

mércores 16 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas dunha hora de duración, organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Hora da actividade: de 11:00 a 12:00 horas

Lugar da actividade: saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

xoves 17 de outubro

Paseo activo con educación para a saúde

Descrición: andaina saudable que inclúe unha charla sobre hábitos de vida saudables, organizada por distintos profesionais dos Centros de Saúde da Doblada e Teis (fisioterapia, medicina, nutrición, traballo social e enfermería).

Hora da actividade: 19:00 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Teis

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

venres 18 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas saudables para os pacientes do Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Charla sobre o cancro de mama

Descrición: charla organizada polo Concello de Mos con motivo do Día mundial do cancro de mama e impartida pola Dra. Rosa Mallo, responsable da unidade de patoloxía de mama do CHUVI.

Hora da actividade: 19:30 horas

Lugar da actividade: Pazo de Mos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

domingo 20 de outubro

Andaina solidaria "Día mundial do cancro de mama"

Descrición: andaina de 8 km, accesible e de dificultade media, a favor da Asociación Española Contra o Cancro de Mos (AECC Mos). Colaboración de 5€ coa que se entregará unha mochila con avituallamento.

Hora da actividade: 9:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro Cultural de Guizán – Mos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Área Sanitaria de Vigo

martes 22 de outubro

Andainas no Rosal

Descrición: andainas saudables organizadas pola enfermeira ESAD e a fisioterapeuta comunitaria do Centro de Saúde do Rosal en colaboración co Concello, que se complementarán con exercicios de forza, equilibrio e estiradas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro de Saúde do Rosal.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

mércores 23 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas dunha hora de duración, organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Hora da actividade: de 11:00 a 12:00 horas

Lugar da actividade: saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

xoves 24 de outubro

Paseo activo con educación para a saúde

Descrición: andaina saudable que inclúe unha charla sobre hábitos de vida saudables, organizada por distintos profesionais dos Centros de Saúde da Doblada e Teis (fisioterapia, medicina, nutrición, traballo social e enfermería).

Hora da actividade: 19:00 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Teis

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

venres 25 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas saudables para os pacientes do Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

martes 29 de outubro

Andainas no Rosal

Descrición: andainas saudables organizadas pola enfermeira ESAD e a fisioterapeuta comunitaria do Centro de Saúde do Rosal en colaboración co Concello, que se complementarán con exercicios de forza, equilibrio e estiradas.

Hora da actividade: de 08:30 a 09:30 horas

Lugar da actividade: saída do Centro de Saúde do Rosal.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa

Área Sanitaria de Vigo

martes 29 de outubro

Encontro de maiores

Descrición: xornada de encontro mensual de persoas maiores do Concello de Mondariz-Balneario na que se realizan diversas actividades lúdicas, culturais,..., organizadas polo Concello.

Hora da actividade: a partir das 17:30 horas

Lugar da actividade: Casa do Concello de Mondariz-Balneario.

Poboación á que vai dirixida: persoas maiores de 75 anos.

Inscricións: confirmar a asistencia e/ou necesidade de transporte nos teléfonos: 986656136 (Maite/Mariluz) ou 661536890 (Rosa Alcalde).

mércores 30 de outubro

Andainas saudables

Descrición: andainas dunha hora de duración, organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Hora da actividade: de 11:00 a 12:00 horas

Lugar da actividade: saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo).

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

xoves 31 de outubro

Paseo activo con educación para a saúde

Descrición: andaina saudable que inclúe unha charla sobre hábitos de vida saudables, organizada por distintos profesionais dos Centros de Saúde da Doblada e Teis (fisioterapia, medicina, nutrición, traballo social e enfermería).

Hora da actividade: 19:00 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Teis

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.