



### A Cañiza

#### Domingo 7

##### Camiño entre Abadías

**Descrición:** percorrido de 9 km polo Camiño entre Abadías entre os concellos de A Cañiza e Melón.

**Organizado por:** Concello de A Cañiza.

**Hora:** ás 9:00 horas.

**Lugar:** punto de encontro na porta da casa do Concello de A Cañiza.

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

**Inscripcións:** na Biblioteca Municipal, tlf. 986 66 30 69.

##### Festa da terceira idade

**Descrición:** xornada de encontro, convivencia e deleite para as persoas maiores da Cañiza; inclúe merenda e baile.

**Organizado por:** Concello de A Cañiza.

**Hora:** ás 18:00 horas.

**Lugar:** Casa da Cultura de A Cañiza.

**Poboación á que vai dirixida:** poboación maior de 65 anos.

**Inscripcións:** non precisa.

#### Domingo 14

##### Cross popular

**Descrición:** proba deportiva dirixida a toda a poboación.

**Organizado por:** Concello de A Cañiza.

**Hora:** ás 9:00 horas.

**Lugar:** pendente de anunciar.

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

**Inscripcións:** pendente de concretar.



### Covelo

#### Sábado 27

##### Roteiros e observación estelar – Paraxe Starlight

**Descrición:** percorrido guiado e observación astronómica no Miradoiro Paisaxístico do Castelo do Faro.

**Organizado por:** Concello de Covelo.

**Hora:** pendente de concretar.

**Lugar:** San Salvador de Prado - Covelo.

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

**Inscricións:** no teléfono 654 500 652. Máis información no correo [oficinadeturismocovelo@gmail.com](mailto:oficinadeturismocovelo@gmail.com)

#### Sábado 27 e domingo 28

##### Travesía da Vía Mariana

**Descrición:** percorrido de dificultade media polas dúas etapas da Vía Mariana ao seu paso por Covelo.

**Organizado por:** Concello de Covelo e Asociación Vía Mariana Luso-Galaica.

**Hora:** pendente de concretar.

**Lugar:** pendente de concretar.

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

**Inscricións:** dende unha semana antes no teléfono 654 500 652. Máis información no correo [oficinadeturismocovelo@gmail.com](mailto:oficinadeturismocovelo@gmail.com)

### A Guarda

#### Sábado 13

##### XXIII Carreira pedestre Julia Vaquero

**Descrición:** proba deportiva que conta con diferentes distancias en función da categoría.

**Organizado por:** Asociación cultural e veciñal O Percamino coa colaboración do Concello de A Guarda.

**Hora:** a partir das 18:00 horas.

**Lugar:** A Gándara (Salcidos) – A Guarda.

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

**Inscricións:** no teléfono 647 607 456 ou no correo [opercamino@hotmail.com](mailto:opercamino@hotmail.com).



### A Guarda

#### Sábado 20

##### Obradoiro de limpeza ecolóxica

**Descrición:** obradoiro enmarcado no ciclo medioambiental "Sostendo o futuro".

**Organizado por:** Concello de A Guarda.

**Hora:** de 10:30 a 13:30 horas.

**Lugar:** concretarase no momento da inscrición.

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

**Inscricións:** no correo [medioambiente@aguarda.es](mailto:medioambiente@aguarda.es).

### Moaña

#### Domingo 7

##### Roteiro Moaña, paisaxe e son: o camiño da Moura

**Descrición:** roteiro musicado coa Fundación Legar que mestura etnografía, andaina e música de raíz.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** ás 10:00 horas.

**Lugar:** saída da capela de San Bieito (Domaio) - Moaña.

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

**Inscricións:** no WhatsApp 622 832 227. Prazas limitadas a 40 persoas por ruta.

#### Venres 12

##### Descubre Moaña no verán: canteiras do litoral de Moaña

**Descrición:** roteiro guiado de dificultade baixa para descubrir o antigo oficio de canteiro e a importancia da pedra.

**Organizado por:** A Illa dos Ratons, Moaña Son de Mar e Concello de Moaña.

**Hora:** ás 20:00 horas.

**Lugar:** o lugar de saída confirmarase ao realizar a inscrición.

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

**Inscricións:** no WhatsApp 611 080 853.



### Moaña

#### Domingo 14

##### Descubre Moaña no verán: a Poza da Moura de Domaio

**Descrición:** ruta para descubrir a Poza da Moura e as súas lendas.

**Organizado por:** A Illa dos Ratons, Moaña Son de Mar e Concello de Moaña.

**Hora:** ás 10:00 horas.

**Lugar:** o lugar de saída concretarase ao realizar a inscrición.

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

**Inscricións:** no WhatsApp 611 080 853.

#### Domingo 28

##### Roteiro Moaña, paisaxe e son: a volta de Meira

**Descrición:** roteiro musicado coa Fundación Legar que mestura etnografía, andaina e música de raíz.

**Organizado por:** Concello de Moaña.

**Hora:** ás 10:00 horas.

**Lugar:** Asteleiro de Rouco (Meira) - Moaña.

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

**Inscricións:** no WhatsApp 622 832 227. Prazas limitadas a 40 persoas por ruta.

### Mondariz Balneario

#### Martes 30

##### Encontro de maiores

**Descrición:** xornada de encontro mensual de persoas maiores veciñas de Mondariz-Balneario na que se realizan diversas actividades lúdicas, culturais,...

**Organizado por:** Concello de Mondariz-Balneario.

**Hora:** a partir das 17:30 horas.

**Lugar:** 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).



### Oia

#### Domingo 28

##### Carreira popular e andaina do Atlántico Banco Mediolanum.

**Descrición:** evento deportivo solidario a favor de ACANPAN para recadar fondos a favor da investigación contra o cancro de páncreas.

**Organizado por:** NOKAO, en colaboración cos Concellos de Oia, O Rosal e A Guarda.

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

**Lugar:** a andaina sairá dende o campo de fútbol de Oia; a carreira, da explanada de Portocelo (O Rosal).

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

**Inscripcións:** ata o 24 de setembro na web [Carreira Atlántico Banco Mediolanum](#).

### O Porriño

#### Domingo 21

##### XIV Interrunning – Andaina Antonio Palacios

**Descrición:** evento deportivo solidario con ACEESCA (Asociación de apoio a persoas con discapacidade intelectual), co Banco de Alimentos de O Porriño e coa Asociación Española contra o Cancro de O Porriño.

**Organizado por:** Interrunning Club coa colaboración do Concello de O Porriño.

**Hora:** a partir das 9:30 horas.

**Lugar:** saída da Avda. Domingo Bueno – O Porriño.

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

**Inscripcións:** ata o 17 de setembro na web [Inscripción XIV Interrunning](#).

### Redondela

#### Sábado 20

##### V Carreira popular infantil Concello de Redondela

**Descrición:** carreira popular non competitiva para as categorías dende Pitufos ata sub10.

**Organizado por:** Concello de Redondela en colaboración coa Asociación deportiva C.A.R.

**Hora:** a partir das 18:00 horas.

**Lugar:** saída da Alameda Castelao - Redondela.

**Poboación á que vai dirixida:** nenos/as nados entre 2010 e 2023.

**Inscripcións:** ata o 17 de setembro a través da web [V Carrera Infantil Concello Redondela](#)



### Redondela

#### Inicio en setembro

#### Cursos de ximnasia, pilates e arte floral

**Descrición:** actividades organizadas pola Asociación de Veciños O Eixo e a Asociación de festas do Carme de Soutoxuste para o derradeiro trimestre do ano. Teñen un custe de 7€ por curso.

**Organizado por:** AA.VV. O Eixo e Asociación de festas do Carme de Soutoxuste.

**Hora:** pendente de concretar.

**Lugar:** Casa do pobo de Soutoxuste (Estrada da Aldea, 17) - Redondela.

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

**Inscricións:** presencialmente na Casa do Pobo.

### Salceda de Caselas

#### Luns 15

#### Acompaña a adolescencia na súa etapa vital

**Descrición:** obradoiro organizado dentro da programación da Escola de Familias municipal. Conta con servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Concellos de Salceda de Caselas e de Salvaterra de Miño.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** Auditorio municipal (Praza do Concello, s/n) – Salceda de Caselas.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa dos concellos de Salceda de Caselas e Salvaterra de Miño.

**Inscricións:** no correo  
[omix@salcedadecaselas.gal](mailto:omix@salcedadecaselas.gal)

#### Mércores 24

#### Educación sexual: promoción do respecto e comprensión da sexualidade

**Descrición:** obradoiro organizado dentro da programación da Escola de Familias municipal. Conta con servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Concellos de Salceda de Caselas e de Salvaterra de Miño.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** Auditorio municipal (Praza do Concello, s/n) – Salceda de Caselas.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa dos concellos de Salceda de Caselas e Salvaterra de Miño.

**Inscricións:** no correo  
[omix@salcedadecaselas.gal](mailto:omix@salcedadecaselas.gal)



### Salceda de Caselas

**Martes 30**

#### Mindfulness para traballar a igualdade de xénero

**Descrición:** inclúe servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Escola de familias municipal dos Concellos de Salceda de Caselas e de Salvaterra de Miño.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** auditorio municipal (Praza do Concello, s/n) – Salceda de Caselas.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa de Salceda de Caselas e Salvaterra de Miño.

**Inscripcións:** [omix@salcedadecaselas.gal](mailto:omix@salcedadecaselas.gal)

### Salvaterra de Miño

**Xoves 18**

#### Querer(nos) libres: autoestima e trastornos da conduta alimentaria (TCA)

**Descrición:** obradoiro organizado dentro da programación da Escola de Familias municipal. Conta con servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Concellos de de Salvaterra de Miño e Salceda de Caselas.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos do Concello – Salvaterra de Miño.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa dos concellos de Salvaterra de Miño e de Salceda de Caselas.

**Inscripcións:** no correo [comunicacion@concellodesalvaterra.org](mailto:comunicacion@concellodesalvaterra.org).

**Luns 22**

#### Prevención do acoso escolar e *ciberbullying*

**Descrición:** obradoiro organizado dentro da programación da Escola de Familias municipal. Conta con servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Concellos de de Salvaterra de Miño e Salceda de Caselas.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos do Concello – Salvaterra de Miño.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa dos concellos de Salvaterra de Miño e de Salceda de Caselas.

**Inscripcións:** no correo [comunicacion@concellodesalvaterra.org](mailto:comunicacion@concellodesalvaterra.org).



### Salvaterra de Miño

#### Luns 29

##### **Risoterapia: elemento clave na regulación emocional**

**Descrición:** inclúe servizo gratuíto de lecer e formación para menores entre 4 e 16 anos durante as sesións.

**Organizado por:** Escola de familias municipal dos Concellos de Salceda de Caselas e de Salvaterra de Miño.

**Hora:** de 18:30 a 20:30 horas.

**Lugar:** salón de plenos do Concello – Salvaterra de Miño.

**Poboación á que vai dirixida:** familias e comunidade educativa de Salvaterra de Miño e de Salceda de Caselas.

**Inscricións:** [comunicacion@concellodesalvaterra.org](mailto:comunicacion@concellodesalvaterra.org).

### Vigo

#### Todos os mércores

##### **Andainas saudables**

**Descrición:** andainas dunha hora de duración, dirixidas por persoal facultativo. En caso de choiva, impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

**Organizado por:** Centro de Saúde Beiramar.

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

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

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

**Inscricións:** non precisa.

#### Domingo 14

##### **5 km Alfonso Moro - unha carreira para Mauri**

**Descrición:** carreira popular de 5 km con recadación solidaria para a investigación da Enfermidade de Alexander.

**Organizado por:** Club ADN Runners-Telmo Peluqueros.

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

**Lugar:** porto pesqueiro de Vigo.

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

**Inscricións:** ata o 9 de setembro a través da web [Carreira para Mauri](#).





### Vigo

#### Mércores 24

##### Consellos de seguridade para maiores

**Descrición:** charla informativa impartida pola Policía Nacional Comisaría de Vigo.

**Organizado por:** ATEGAL en colaboración coa Policía Nacional.

**Hora:** ás 11:00 horas.

**Lugar:** sede ATEGAL Vigo (Travesía do Pino, 2 – Entrechan).

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

**Inscripcións:** entrada libre ata completar aforo.

#### Proximamente

##### Actividades no Espazo +60

**Descrición:** actividades e obradoiros de Aprendizaxe permanente, Cultura dixital, Benestar físico e mental, Educación emocional, Adestramento cognitivo, ...

**Organizado por:** Afundación.

**Hora:** varios horarios en función da actividade.

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

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

**Inscripcións:** do 4 ao 19 de setembro cubrindo o seguinte [Formulario](#). Máis información no teléfono ou enviando un WhatsApp ao 986 223 337 ou no correo [mais60vigo@afundacion.org](mailto:mais60vigo@afundacion.org).

##### Actividades en ATEGAL Vigo

**Descrición:** actividades e obradoiros culturais e de lecer, saúde, competencias dixitais, idiomas,...

**Organizado por:** ATEGAL.

**Hora:** varios horarios en función da actividade.

**Lugar:** sede ATEGAL Vigo (Travesía do Pino, 2 – Entrechan).

**Poboación á que vai dirixida:** persoas maiores de 55 anos.

**Inscripcións:** nos teléfonos 986 481 600 / 634 910 119 ou no correo [vigo@ategal.com](mailto:vigo@ategal.com).