



BENESTAR SOCIAL

Programación
Actividades 2021-22

XIMNASIA TERCEIRA IDADE (TAI-CHI)

Luns, mércores e venres de 10:00 a 11:00 h.
Luns, mércores e venres de 11.00 a 12.00 h.
12 €/mes

CORTE - CONFECCIÓN

Luns e mércores de 10:00 a 12:00 h
Luns e mércores de 16.45 a 18.45 h (INICIACIÓN)
Luns e mércores de 19:00 a 21:00 h
22 €/mes
Tamén en Raxó (Saudemente) os sábados de 5 a 8 da tarde.

CORO DE MAIORES

Os xoves de 17.00 a 19.00 h.
Gratuito

CLASES DE MEMORIA (+ 60)

Luns e mércores de 17:00 a 19.00 horas.
A partir de outubro
10 €/mes

TEATRO (ADULTOS)

Venres de 19:30 a 21:00 h
Gratuito (para o alumnado doutros anos)

ESPAZO TECEDORAS DE PALABRAS

Espazo de encontro no que tan só precisas agullas e lá. Aquelas persoas que máis dominan a técnica da calceta ou do gancho intercambian o seu saber con outras que comezan . Tempo para compartir e sumar saberes e desexos. Nós poñemos o lugar, tí as gañas de vir. Mentras se tece poremos palabras ao que sentimos, ao que pensamos e ao que vivimos.
Os venres de 17.00 a 19.00 horas.
Gratuito

PASEO LIBRE DE CARGAS

Para sentirmos ben cumpre facer actividade física.O movemento actívanos e potencia a nosa autonomía. Moitas veces non che apetece camiñar só-soa... Tráete roupa e calzado cómodo e camiñemos pola nosa parroquia.

Se solicita a inscrición previa . Aforo limitado.
O terceiro martes de cada mes ás 10 da mañán.
Gratuito

NON HAI MÓBIL QUE SE ME RESISTA

O mundo tórnase tecnolóxico e temos que sumarnos a estos avances. Xente moza explicaranos "a modiño" todo o partido que se pode sacar aos nosos teléfonos móbiles.
Actividade dirixida a persoas maiores.

Inscrición previa e de balde. Grupos reducidos.
As sesións serán de tarde.
Gratuito.

COCIÑA

O recetario de Elena Argüello

O outono é unha estación chea de contrastes: os mercados están cheos de vexetais e froitos, comeza a tempada de caza, as primeiras setas aparecen ... é un tempo perfecto para guisos e cremas, para os primeiros cocidos e para elaborar marmeladas. Os xoves a partir das 19.00 horas.
A partir de outubro 2 meses (8 sesións).
50€/curso

O BINGO ENTRETIDO

Unha vez ó mes (anunciado con anterioridade) en cada parroquia. É unha actividade dirixida aos maiores participantes no programa saudemente aínda que pode sumarse a veciñanza de idade.
Os cartóns son gratuitos e os premios son obxectos e materiais que poder vir moi ben para as nosas casas.
Gratuito.

PROGRAMA CÓLLELLE O GUSTO!

TALLER DE CIANOTIPIA

A cianotipia é unha técnica a cabalo entre la fotografía e o deseño que permite por un módico prezo crear copias de imaxes dun xeito sinxelo e moi interesante a nivel creativo.

Sábado 23 de outubro
De 10.00 a 14.00 h.
15 € (materiais incluídos)

TALLER DE MACRAMÉ

Recuperar unha técnica tradicional dándolle un toque de actualidade. Un xeito de liberar tensións disfrutando de crear coas túas propias máns simplemente, e un pouco de corda.

Venres 12 de novembro
De 17.00 a 21.00 horas
15 € (materiais incluídos)

PROGRAMA SAUDEMAMENTE (+60)

A SECA

Escola Obradoiro e Pavillón de Deportes

MEMORIA E XIMNASIA
Martes e xoves de 10.00 a 12.00 h
10 €/mes

CAMPELO

Local Social de Campelo

MEMORIA E XIMNASIA
Martes e xoves de 17.30 a 19.30 h
10 €/mes

COMBARRO

Escola de Campo

MEMORIA E XIMNASIA
Martes e xoves de 10.00 a 12.00 h
10 €/mes

A TER EN CONTA

Esta programación está suxeita á evolución da pandemia Covid 19. As actividades poderán sufrir modificacións, así como a súa suspensión debido á situación sanitaria actual.

As inscricións pódense facer (este ano e de xeito excepcional) por teléfono e tamén de xeito dixital, cubrindo a solicitude de preinscrición en: concellopoio.gal

Si unha actividade ten moita demanda sempre ten prioridade a veciñanza empadroada en Poio. O comezo dos cursos está condicionado á formación dun grupo mínimo.

Antes de comezar nunha actividade é convinte comprobar os listados.

TALLER DE INICIACIÓN Á CALIGRAFIA CREATIVA

Técnica de escritura en plena tendencia. Debuxa letras a man de xeito creativo cunha caligrafía detallada, orixinal e moi estética.

Venres 19 de novembro
De 17.00 a 21.00 horas
15 € (materiais incluídos)

RAXÓ

Centro Cultural Xaime IIIa

MEMORIA E XIMNASIA
Martes e xoves de 16.00 a 18.00 h
10 €/mes

CORTE E CONFECCIÓN

Patronaxe para roupa de pequenos e adultos, deseño, montaxe e remate de pezas. Confección de roupa de casa, aproveitamento e ideas novas en tempos de crise. Horario: sábados de 17.00 a 20.00 horas.
21 €/mes

SAMIEIRA

Comunidade de Montes Rega do Can de Samieira

MEMORIA E XIMNASIA
Luns e mércores de 10.00 a 12.00 horas
10 €/mes

VILARIÑO

Local veciñal de Vilariño

MEMORIA E XIMNASIA
Horario: martes e xoves de 18.30 a 20.30 horas
10 €/mes

INFO + INSCRICIÓN

Centro Social Casa Rosada
Tel. 986872401 / 986770001.Ext.: 1400
xuventude@concellopoio.org

Horario
Verán 8.00 a 14.30 horas, de luns a venres.
Inverno 8.00 a 15.00 e de 17.00 a 22.00 horas de luns a venres (a partir do 25 de setembro)



**CONCELLO
DE POIO**
Concellería de
Benestar Social e Mocidade