

## CERTAME DE TARXETAS DE NADAL

Co gallo do vindeiro Ano Santo Compostelán, a Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos (Aulas da Terceira Idade de Galicia, ATEGAL) organiza un Certame de Tarxetas de Nadal, a tarxeta gañadora será a felicitación do Nadal que se enviará a alcaldes, Xunta e alumnos. As tarxetas deberán conter un motivo cunha alusión ao Ano Santo.

1º Poderán participar todos os alumnos das Aulas das diferentes sedes de Galicia, cun máximo de tres obras por participante.

2º Poderáse empregar calquera técnica (óleo, carboncillo...), o tema será sobre o Nadal, con algunha alusión ao Ano Santo.

3º A dimensión das tarxetas será de 10 x 20 cm.

4º Coa obra orixinal anónima xuntarse nun sobre pechado, o nome completo, enderezo e teléfono do autor, indicando no sobre: CERTAME DE TARXETAS DE NADAL, Aulas Terceira Idade de Galicia, Rúa Virxe da Cerca nº 31 (15703) Santiago de Compostela. Antes do 29 de novembro de 2009.

5º Entre todas as obras, farase unha preselección, quedando só aquelas que pasarán á final.

O xurado estará composto por D. Vicente Prego, pintor e profesor de pintura das Aulas, D<sup>a</sup>. Carmina Caño, profesora de traballos manuais das Aulas e presidido polo Director das Aulas de Galicia (D. Rafael Romero Valencia S.J.), tamén estará presente un alumno que non terá dereito a voto, en calidade de testemuña presencial.

6º Estableceranse 3 premios (3º, 2º e 1º). A tarxeta seleccionada como gañadora será a felicitación do Nadal das Aulas 2009.

7º As obras seleccionadas estarán expostas en diferentes sedes de Galicia, e ao remate devolveranse aos seus propietarios.

8º A presentación ao Certame supón a conformidade do participante coas presentes bases.

9º Para máis información:

981 581 533 (Santiago de Compostela, Sede Central)

986 481 600 (Sede Vigo)

988 215 077 (Sede Ourense)

Ou na páxina [www.ategal.com](http://www.ategal.com)



### SEDE CENTRAL E AULAS DE SANTIAGO

Rúa Virxe da Cerca, 31  
15703 Santiago de Compostela  
Tel./FAX: 981 581533  
Móbil: 618 184344

[www.ategal.com](http://www.ategal.com) • [coordinacion@ategal.com](mailto:coordinacion@ategal.com)

### AULAS DE A CORUÑA

Rúa Fonseca, 8  
15004 A Coruña  
Tel: 981 216863

### AULAS DE FERROL

Rúa Galiano, 52, 1º esq.  
15402 Ferrol  
Tel: 981 356202

### AULAS DE VIGO

Rúa Urzaiz, 120, 1º  
36205 Vigo  
Tel: 986 481600

### AULAS DE MONTERROSO

Praza de Galicia, s/n  
27560 Monterroso - Lugo  
Tel: 982 377522

### AULAS DE LUGO

Rúa Frai Plácido  
Rei Lemos, s/n, 2º  
27004 Lugo  
Tel: 982 254677

### AULAS DE VILALBA

Praza da Constitución, s/n  
27800 Vilalba - Lugo  
Tel: 982 510305

### AULAS DE OURENSE

Rúa Progreso, 66, entr.  
32003 Ourense  
Tel: 988 215077

### AULAS DE PADRÓN

Campo do Souto, s/n  
15900 Padrón - A Coruña  
Tel: 981 811329



## -TABOLEIRO DE NOVAS-

Entidade colaboradora da Xunta de Galicia

Núm.: 08 - outubro 2009

## AS AULAS DA TERCEIRA IDADE (ATEGAL) ABREN DE NOVO AS SÚAS PORTAS

En cada unha das 9 Sedes que ATEGAL (Aulas Terceira Idade de Galicia) ten no noso territorio traballouse a reo durante o verán para ter a punto o novo curso. Novo por máis dunha razón, xa que procuramos con interese renovar continuamente a nosa oferta.

**A nosa filosofía** é sinxela e directa: somos unha institución socio-cultural para as persoas maiores. Para nós os maiores non son, como algúns creen, unha carga social, senón un colectivo cada vez máis numeroso e influente en toda a sociedade e por iso lles ofertamos un amplo programa dinamizador da súa vida cultural e social. Son e teñen que ser protagonistas da sociedade en que viven.

**O noso programa** ábrese en catro grandes áreas ben diferenciadas entre si: a área cultural, a ocupacional, a da saúde e a de lecer (esta última abarca dende actuacións musicais e teatrais ata viaxes por España e o estranxeiro). Cada alumno elixe aquelas actividades nas que ten interese. E como ben sabedes o curso esténdese dende outubro ata xuño. E chegamos a ofertar máis de 40 horas de clases á semana.

**A nosa historia** danos seguridade e nos anima a seguir adiante. En España todo comezou en 1978, cando o xesuíta P. Francisco Gómez, xuntamente con outros sociólogos comprometidos, iniciaron en España as Aulas de Terceira Idade. Foron as Aulas pioneiras neste tipo de institucións creadas para o desenvolvemento cultural e social das persoas maiores. E despois de 31 anos seguimos en plena acción e medrando. Para iso foi necesario o sacrificio e entrega de moitas persoas que traballaron e seguen traballando con ilusión e sacrificio polas persoas maiores.

E, dende logo, durante todo este tempo a **axuda constante da Xunta de Galicia** ten sido esencial para manter a nosa acción e para mellorar constantemente a nosa dedicación aos demais.



BEATRIZ MATO E P. ROMERO ASINANDO O CONVENIO DE COLABORACIÓN

Dende a súa fundación ATEGAL foi membro da Asociación Internacional de Universidades da Terceira Idade (AIUTA), membro fundador da Confederación Española de Aulas de Terceira Idade (CEATE). Temos Convenios asinados coas tres Universidades de Galicia (Santiago, A Coruña e Vigo), grazas ao cal alumnos universitarios de Educación Social e Traballo Social realizan prácticas connosco nas Aulas.

Temos organizado, e axudado a organizar, múltiples Seminarios, Xornadas de Estudo, Congresos Nacionais, Congresos en Galicia (imos xa polo número XXII), e innumerables actos colectivos que axudan á nosa formación e á nosa cooperación incesante entre as diferentes Sedes que temos en Galicia. E naturalmente pretendemos seguir neste camiño, mellorando continuamente o que facemos..

RAFAEL ROMERO VALENCIA S.J.  
Director das Aulas de Galicia

# NOVAS

## AULAS DE VIGO

A folia do almanaque marca xa o mes de setembro e como cada ano poñémonos a traballar para comezar o novo curso. O curso 2009-2010 preséntase con cambios e novidades nas Aulas de Vigo que esperamos agraden a todos os nosos alumnos. Por fin temos xa a nosa pequena aula de informática para que os nosos alumnos non teñan que desprazarse a outros centros para porense ao día nas novas tecnoloxías. Aquí impartiranse clases de iniciación á informática, internet, correo electrónico, blog e redes sociais. Tamén facéndonos eco das vosas demandas teremos clases de francés e as clases de Historia de Galicia se lles dará un novo enfoque máis universal. Esperamos que ao longo do curso poidamos por en marcha outras actividades novidosas.

As clases de Risa-Activa que se imparten nas Aulas de Vigo e que son ofertadas polo concello continuarán ata finais de decembro. O resto de seminarios e clases se manterán como de costume exceptuando lixeiros cambios. Esperamos que tanto o noso grupo de teatro "A Raiola" como o Coro continúen colleitando grandes éxitos e aportando ledicia e bos momentos a todos os que desfrutamos do seu esforzo e adicación.

As visitas e excursións culturais son un pilar importante na nosa oferta formativa e comezamos curso propondo unha visita á exposición de Maruja Mallo e unha excursión á Lalín.

O 2010 é Ano Santo Compostelano e dende as Aulas de Vigo queremos que sexa un ano de compañeirismo e unión entre as Aulas. O curso 2008-2009 rematou cunha fermosa comida de confraternización coas Aulas de Lugo, grazas por todo compañeiros, e durante este curso 2009-2010 gustaríanos poder encontrarnos cos compañeiros de outras Aulas, organizando en común visitas, festivais de teatro ou de canto...



AULA DE VIGO

## AULAS DE SANTIAGO

Este curso 2009/2010 na Aula de Santiago comeza con novas ilusións, non só porque celebraremos de xeito especial o Xacobeo 2010, se non tamén porque temos aumentado o número de alumnos matriculados, xa temos máis de 35 novos respecto ao ano anterior, e ademais estamos preparando novas actividades. No mes de novembro e grazas á unión do Concello e de varias asociacións: Compostela Vella, Asociación de Empresarios de Hostalería en Santiago, á Asociación da Praza de Abastos e ao Hotel MV Algalia podemos ofrecer aos nosos alumnos un curso de cociña saudable. Ademais este curso se complementa cunhas conferencias sobre alimentación que poremos en marcha en colaboración coa Universidade de Santiago de Compostela. Temos



EXCURSIÓN DAS AULAS DE SANTIAGO

organizado para o 4 de novembro unha Xornada Deportiva Interxeracional onde contaremos cos rapaces do Colexio San Francisco Javier e a colaboración do Excmo. Concello de Santiago. Por suposto seguimos coas agradables e formativas visitas aos parques e xardíns da nosa cidade, grazas ao convenio co Concello, como a realizada o pasado xoves 15 de outubro polo Sarela. As nosas profesoras de Historia da Arte e Etnografía estannos preparando un monográfico sobre o Camiño de Santiago.

O 20 de outubro, 20 alumnos e profesores das Aulas de Santiago viaxamos a Sevilla para participar no IX Congreso da Confederación de Maiores que se celebrará do 21 ao 22 de outubro, baixo o lema "A arte de envellecer".



EXCURSIÓN A PONTELEDESMA

## AULAS DE MONTEROSO

As aulas da 3ª idade no noso concello como todos os anos, no mes de setembro (do 1 ao 30) abriu prazo de inscrición para as aulas da 3ª idade. No vindeiro curso, impartiranse os seguintes seminarios: Ximnasia, Manualidades, Pintura, Obradoiro de memoria, Historia da Arte. Tamén contaremos cun obradoiro de teatro e outro de informática. Todas as actividades desenvolveranse no centro sociocultural de luns a venres, pola mañá de 10:30 a 13:30; e de 16:30 a 19:30, pola tarde. Como actividades complementarias, teremos ciclos de conferencias, de música, danza e teatro. Así como festas, excursións. Tamén seguiremos facendo videoconferencias cos familiares que temos lonxe. A data de inicio das actividades foi o luns 13 de outubro. En canto aos períodos non lectivos, cadrán co calendario escolar. Asímesmo a clausura celebrarase no mes de xuño nunha data pendente de concretar.

## AULAS DE A CORUÑA

A Coruña comezaron as clases o xoves día 1 de outubro. O novo curso, inmerso xa nas xornadas de portas abertas e nas discusións de quen será delegado de grupo este ano, viuse alterado gratamente pola visita de Jacques Gaillot. Nunha visita lóstrego, o tamén coñecido como *Monseigneur Gaillot* ou o *Bispo Vermello*, deleitounos coa conferencia: *estamos chamados á liberdade (Gal 5,13)*. Jacques Gaillot. Bispo de "Partenia" o primeiro venres do curso, o día 2 de outubro, no Salón de Actos do Centro. A ponenza, traducida directamente e de forma simultánea do francés ó galego, resultou todo un éxito e abriu boca do que se asemella un novo curso exitoso para ás Aulas herculinas que este ano contan coas mesmas asignaturas e actividades co ano pasado. Non se pode falar do comezo do novo curso sen facer unha vista atrás do que



EXCURSIÓN A BUDAPEST

foi o remate do anterior, pois aínda soan as lembranzas da derradeira viaxe das Aulas de A Coruña, en perfecta e xa habitual unión coas Aulas de Santiago, que se fixo en xuño e xullo pasados por Centro Europa. Unha imaxe vale máis que mil palabras: na fotografía, os alumnos galegos no alto de Budapest, co Danubio ao fondo.

## AULAS DE PADRÓN

O 15 de setembro abreu o prazo de inscrición para matricularse nas Aulas de Terceira Idade de Padrón.

O novo curso que comezou o 15 de outubro e rematará o 31 de maio ven cargado de novas iniciativas para a 3ª idade da Comarca de Padrón. O programa de materias, seminarios e cursos que ofrecen as aulas de 3ª idade no curso 2009-2010 recolle un grande abano de posibilidades para formarse, manterse en forma, divertirse, desenrolar a creatividade e potenciar o envellecemento activo para os maiores de 50 anos de Padrón e a súa comarca.

Neste curso os alumnos poderán matricularse nas seguintes materias que se impartirán no Centro Social do Concello de Padrón e pabellóns deportivos deste Concello en horario de mañá e tarde.

Na área de saúde o taichí realizarase os días de bo tempo o aire libre no xardín botánico de Padrón, sobre todo cara a primavera.

Como novidade este ano ofértase un taller de danzaterapia, taller de memoria e balneario-terapia (1 sesión de Balneario de Cuntis mensual).

As Aulas de 3ª idade de Padrón é un programa estrela que potencia o envellecemento activo na Comarca de Padrón, o curso pasado (2008/09) participaron un total de 157 alumnos maiores. Cada curso que pasa os alumnos son cada vez máis tendo que dobrar actividades.



PROGRAMA DE CONTACTOS NO COLEXIO FLAVIA

## AULAS DE FERROL

O xoves 1 de outubro participamos así como moitas outras asociacións e xerátricos de Ferrol na primeira festa do maior da nosa cidade. A xornada comezou ás once da mañá cunha pequena presentación do que íbamos a disfrutar durante a festa e a concelleira de benestar social deunos a benvida nun corto discurso. Durante a mañá puidemos visitar todos os stands e os diferentes obradoiros (xerontoximnasia, bolillos, pintura e un proxecto solidario) ao mesmo tempo que no escenario tiñamos unha exhibición de Tai-Chi, a representación dun grupo de teatro de humor e a actuación de tres corais. Pola tarde a festa seguía moi animada e concurreda. Puidemos disfrutar dunhas demostracións de bailes de salón e dunha exhibición de bailes latinos a cargo duns bailaríns profesionais. A continuación ofrecéronnos unha excelente merenda durante a actuación do grupo musical Malvela.

A festa finalizou cunha homenaxe moi cariñosa e a entrega por parte do alcalde dun obsequio ao avó e a avoa da nosa cidade.

¡Unha primeira festa moi exitosa!

## AULAS DE OURENSE

As Aulas de Ourense iniciaron o Curso o pasado día 1 de outubro. Aínda tiñamos nos beizos o sabor doce que nos deixara a viaxe de fin de curso a

Andalucía: Úbeda, Baeza, Cádiz, Granada, Sevilla, momentos inesquecibles, risas e calores, todo mesturado; e por iso, o 24 de setembro comezamos cunha excursión ao Mosteiro de Carboeiro, ás Fervenzas do río Toxa e ao Mosteiro de Oseira, pasámolo moi ben e o tempo metereolóxico acompañounos. O Acto Oficial de Apertura terá lugar o vindeiro día 27 de outubro ás 12,30 horas no Liceo Recreo Ourense. No Acto daremos conta das actividades previstas neste trimestre (Magosto, Misa de Nadal, Concurso de tarxetas navideñas...), intervirán as autoridades presentes e teremos tamén unha conferencia sobre o "Envellecemento activo". Agardamos que este curso sexa especial para todos os nosos alumnos tanto novos como veteranos e que a participación sexa activa e masiva na celebración do Ano Santo Compostelán. Dende estas páxinas agradecer novamente ao Concello de Ourense a súa colaboración a través do convenio asinado.



EXCURSIÓN A GRANADA

## AULAS DE VILALBA

Este ano as Aulas de Terceira Idade-Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos no Concello de Vilalba, inicia o curso ofertando as seguintes actividades:

- ximnasia de mantemento e musicoterapia.
- ximnasia de rehabilitación.

Ó longo do curso realizaranse outras actividades tales como visitas culturais, conferencias, actividades interxeracionais, encontros co resto de Aulas de Galicia etc. O comezo do curso está previsto para o mes de novembro, e durará ata o mes de xuño.

## AULAS DE LUGO

Que rápido pasou o tempo de vacacións! E xa de volta as Aulas de Lugo comezaron o mes setembro cunha viaxe cultural por Praga, Bratislava, Budapest e Viena. A viaxe foi todo un éxito e os alumnos disfrutaron moito nas visitas e no seu tempo libre, así que cando comezamos a matrícula o día 15 os alumnos no sabían máis que falar da excursión e xa planeaban a próxima. Terminando a boa vida e pasadas as festas de San Froilán comezamos as actividades o día 14 de outubro e como novidade este ano temos informática e os alumnos están respondendo moi ben a esta nova actividade. Fomos invitados a inauguración de dúas exposicións pola Deputación, unha de pintura e outra de xoias.



EXCURSIÓN A PRAGA

**«Un ano máis moitas gracias a todos os profesores e alumnos que facedes que ATEGAL abra as súas portas como se fora o primeiro día, e xa van máis de 30 anos.»**