

ATEGAL NO CAMIÑO

A Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos, festexa o Ano Santo 2010 con varias rutas de sendeirismo polos distintos Camiños de Santiago onde temos sede as Aulas de Galicia. O programa é ATEGAL 9, nove sedes en Galicia, nove rotas polos Camiños a Santiago de aproximadamente 9 km.

OS CAMIÑOS DE SANTIAGO

Existen diferentes rotas para peregrinar a Compostela pero, sen dúbida, o itinerario que alcanza unha maior relevancia, é o denominado Camiño Francés. Porén, outros sete, tres deles en Galicia, conseguiron facerse un oco na historia das peregrinacións xacobeas.

O Camiño Francés é o itinerario xacobeo con maior tradición histórica, o máis recoñecido internacionalmente e o máis transitado. Este entra na Península Ibérica por Roncesvalles, en Navarra, e ingresa en Galicia polo Cebreiro, na provincia de Lugo. Dende aquí, restan 152 km para chegar a Santiago polo barrio de San Lázaro.

O Camiño do Sueste é unha prolongación da calzada romana chamada Vía da Prata, que unía Mérida con Astorga, cruzando de sur a norte o oeste peninsular. Este é o camiño xacobeo galego de maior percorrido, pois atravesas as provincias de Ourense, Pontevedra e A Coruña. Deste camiño fixemos a etapa Vilar de Barrio-Xunqueira de Ambía, de 10 km.

O Camiño Portugués discorre por diversos núcleos de Portugal. A rota nace en Galicia nas marxes do río Miño, na localidade pontevedresa de Tui. O Camiño fai uso das antigas vías que atravesan bosques, terras de labor, aldeas, vilas e cidades históricas como Redondela, Arcade, Pontevedra, Portas, Caldas de Reis, Padrón e Rúa de Francos. Deste camiño nós fixemos a etapa da Guarda a Portocelo, 9 km.

O Camiño Inglés, así coñecido pola afluencia de viaxeiros das illas británicas, ten dúas alternativas de inicio. A rota A Coruña-Santiago conta con 74 km de percorrido, mentres que o tramo Ferrol-Santiago suma 118 km. Deste camiño fixemos a rota Miño-Betanzos, 9,5 km.

Continuaremos ao longo de este ano mentres que o tempo nolo permita.



 **XUNTA DE GALICIA**
CONSELLERÍA DE TRABALLO
E BENESTAR
Secretaría Xeral de Familia e Benestar
D. X. da Dependencia e Autonomía Persoal

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 • coordinacion@ategal.com

AULAS DE A CORUÑA

Rúa Fonseca, 8
15004 A Coruña
Tel: 981 216863
coruna@ategal.com

AULAS DE VIGO

Rúa Urzaiz, 120, 1º
36205 Vigo
Tel: 986 481600
vigo@ategal.com

AULAS DE LUGO

Ronda da Muralla, 140,
pavillón 6, 1º
27004 Lugo
Tel: 982 254677
lugo@ategal.com

AULAS DE OURENSE

Rúa Progreso, 66, entr.
32003 Ourense
Tel: 988 215077
ourense@ategal.com

AULAS DE FERROL

Rúa Galiano, 17, 1º
15402 Ferrol
Tel: 981 356202
ferrol@ategal.com

AULAS DE MONTERROSO

Praza de Galicia, s/n
27560 Monterroso - Lugo
Tel: 982 377522
monterroso@ategal.com

AULAS DE VILALBA

Praza da Constitución, s/n
27800 Vilalba - Lugo
Tel: 982 510305
vilalba@ategal.com

AULAS DE PADRÓN

Campo do Souto, s/n
15900 Padrón - A Coruña
Tel: 981 811329
padron@ategal.com



-TABOLEIRO DE NOVAS-

Entidade colaboradora da Xunta de Galicia

Núm.: 09 - outubro 2010

A TODOS OS ALUMNOS DAS AULAS DA TERCEIRA IDADE DE GALICIA

Queridos amigos:

Fai pouco clausuramos felizmente o curso 2009-2010 no que, ademais das actividades normais de cada Aula, puidemos celebrar conxuntamente non poucas novidades e festexos especiais, como é Ano Santo Compostelá cunha masiva e devota peregrinación a Santiago de Compostela, viaxes por España e por Europa, dos que volvestes encantados pola organización e a atención dos nosos Coordinadores, e outras actividades e actuacións. Todo iso contribúe a que teñamos unha experiencia moi positiva e nos sintamos con ganas de seguir alegremente cara adiante.

Agora tócanos afrontar este novo curso 2010-2011 coa enerxía e a ilusión de sempre. Somos moi conscientes de que a crise económica tócanos a todos individual e colectivamente: as subvencións oficiais, sobre todo as da Xunta de Galicia, que son sempre as máis fortes e xenerosas, estanse a reducir, e os gastos en xeral seguen a subir. Isto obríganos a repensar a nosa forma de facer as cousas, a retocar algúns condicionamentos, a pedir sacrificios económicos, pero sempre procurando ser o máis xenerosos e valentes que poidamos. Xa dicían os antigos que “*audaces fortuna iuvat*”, que a boa sorte axuda os valentes.

Estou seguro de que entre todos poderemos seguir loitando e gozando das nosas queridas Aulas, que tanto contribúen a que vivamos con sentido e alegría, axudándonos a nós mesmos e axudando aos que nos rodean. A inauguración do curso daranos a oportunidade de vernos e saudarnos persoalmente unha vez máis.

Un cordial saúdo a todos,

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



EXCURSIÓN DE FIN DE CURSO A CROACIA NA QUE PARTICIPARON AS AULAS DE SANTIAGO, OURENSE E A CORUÑA

NOVAS

AULAS DE SANTIAGO

As Aulas de Santiago comezaron o curso con moita enerxía. O pasado 28 de setembro organizamos xunto ca ONG Entreculturas unha conferencia sobre Haití, "Haití, La Tierra se mueve, Las personas se mueven" a cargo de Sonia Adames, Directora da Oficina de Servizo



Xesuíta a Refuxiados e Migrantes en Santo Domingo.

Ademais das actividades que xa son referencia nas Aulas este ano a profesora de literatura Gloria Rico, vai crear un "Club de lectura" que esperamos sexa do voso interese. Esta profesora leva 9 anos nas Aulas e coñece moi ben os gustos e intereses dos alumnos, así que sabemos que vai a ser un éxito. Tamén, grazas ao convenio de colaboración co Concello de Santiago, impartiremos durante os meses de outubro e novembro un curso de Risoterapia.

Realizaremos visitas ás exposicións de "Europa a Santiago" sobre Diego Gelmírez e de fotografía en San Martín Pinario.

Dende ATEGAL queremos agradecer a boa acollida e a resposta masiva e cariñosa de todos os alumnos ante os cambios realizados para este curso.

Benvidos e bo curso!!



AULAS DE FERROL

Este ano os alumnos das Aulas de Ferrol comezan o curso cheos de ilusión e moito ánimo estreando o novo local e unha nova actividade: pilates.

As novas instalacións, situadas en pleno centro da cidade nunha típica casa antiga restaurada con moitísimo gusto, nos ofrecen moitas máis comodidades.

Agora contamos con 3 aulas: unha para informática, outra para todas as actividades físicas, charlas e conferencias e o 30 de setembro tivemos unha demostración de pilates para explicarnos todos os beneficios que nos pode aportar. Un gran número de alumnos acudiron interesados por esta ximnasia.

O 1 de outubro, un ano máis, o noso Concello organizou o día internacional do Maior. As alumnas das Aulas encargáronse do noso stand con moita simpatía e moito "savoir faire" informando ao público das actividades desenvolvidas nas Aulas.

AULAS DE LUGO

Este ano as Aulas de Lugo comezan o curso nas novas instalacións cedidas pola Deputación e situadas no pavillón 6. 1º do Fogar de Santa María (C/ Deputación s/n).

Tamén este ano comezamos setembro cunha excursión por Amsterdam, Bruxelas, Bruxas, Gante e París. Foi unha viaxe preciosa, os alumnos viñeron moi contentos por todo o que viron e o ben que o pasaron.

Visitamos as cidades e os pobos máis pintorescos, viaxando en barco polas canles de Amsterdam, as fermosas prazas de Bruxelas e Bruxas, os castelos de Gante, terminando a viaxe en París. Nesta viaxe acompañáronnos catro alumnos de Ourense e dous de Santiago.

O día 30 imos invitados pola Deputación a presentación dun libro de km 0 e unha merenda no complexo dos Robles (no río).

Feliz comezo do curso a todos.

AULAS DE PADRÓN

O novo curso comezou o 18 de outubro e rematará o 31 de maio vén cargado de novas iniciativas para a terceira idade da Comarca de Padrón. O programa de materias, seminarios e cursos que ofrecen as aulas da terceira idade no curso 2010-2011 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.

As Aulas de Terceira Idade de Padrón é un programa estrela que potencia o envellecemento activo na Comarca de Padrón,

e no que o curso pasado (2009/10) participaron un total de 167 alumnos maiores. Cada curso que pasa os alumnos son cada vez máis, tendo que desdobrar actividades e realizar varios grupos.

AULAS DE VILALBA

Un ano máis, a Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos do Concello de Vilalba está a poñer en marcha as actividades do curso 2010-2011, que serán as de ximnasia de mantemento e ximnasia de rehabilitación.

A previsión de comezo deste novo curso é no mes de novembro, e as clases levaranse a cabo dous días á semana no ximnasio das dependencias municipais.

Así mesmo ó longo deste curso realizaranse diversas actividades destinadas a fomentar a participación dos alumnos na comunidade e en actividades de ocio e tempo libre.



AULAS DE A CORUÑA

As Aulas de A Coruña comezan o seu trixésimo segundo curso con toda a enerxía renovada e cunhas alumnas e uns alumnos cargados de enerxía e con máis gañas de seguir a formarse nas distintas áreas que a sede ofrece.

Coa lembranza da viaxe a Croacia e Bosnia e Herzegovina coa que puxemos o broche de ouro ó curso pasado en compañía dos moi bos amigos das Aulas de Ourense e Santiago, iniciamos unha nova andadura cheos de ilusión e bos desexos. O ano pasado tivemos unha especial dedicación dentro das nosas actividades festivas tanto pola parte do noso Grupo Teatral Estaribel, que organizou o Primeiro Certame de Teatro de Adultos de A Coruña no emblemático teatro herculino do Fórum Metropolitano, como da nosa Coral Instrumental que protagonizou un intercambio cultural cos nosos irmáns



vascóns das Aulas de Vitoria-Gasteiz, que viñeron a visitarnos na primavera pasada e realizaron unha brillante actuación na igrexa do Sagrado Corazón tal e como recolle o intre da instantánea.

AULAS DE MONTERROSO

Falar das Aulas da Terceira Idade en Monterroso, e falar como da vida mesma do noso pobo.

As aulas hoxe ocupan un lugar que as fai aparecer como do pobo mesmo.

Esta fotografía das aulas rompeuse varias veces o ano coincidindo coa presenza do Padre Romero entre nós.

É aí cando nos decatamos que non foi unha creación monterrosina.

A presenza do Padre Romero avisanos de que, certo día, por fortuna, Monterroso medrou coa chegada das aulas. Ao facer este reconto, e xusto falar de D. Javier Batán, que posibilitou a presenza de tan insigne entidade.

Agora, as aulas monterrosinas, unha vez difundida a lección inicial, reivindicamos espazo propio, para quen queira instalarse no noso solar.

Estamos orgullosos de poder contribuir á consolidación desta importantísima iniciativa, que traballa na formación permanente, no campo da socialización, e da autoestima, e en tantos outros que nos fan lucir o pelo e ser felices.

Grazas a nosos alumnos e alumnas, e outra vez para o Padre Romero, que xa e de aquí.

Tamén para os profesores e para Salomé que nos organiza a todos.

Mil primaveras máis para as Aulas. Antonio E. Gato Soengas Alcalde de Monterroso

AULAS DE VIGO

ATEGAL Vigo inicia o curso 2010-2011 retomando as actividades que obrigados polo parón estival, que espero gozásedes todos moito, deixamos aparcadas alá polo mes de xuño.

A mediados de setembro as Aulas de Vigo xa comezamos co curso de *Herboristería e herbas medic-*

nais do programa "Ti tamén contas" da Deputación de Pontevedra e o de *Danzas do Mundo* do programa de "Avellentamento activo" do Concello de Vigo, que durará ata decembro.

Como novidade, neste curso as clases de informática pasarán a ser anuais e a materia de francés, grazas á estupenda acollida do curso pasado, consolidase dentro das propostas de idiomas.

Tamén ofertarase o seminario titulado *Os Camiños de Santiago: unha peregrinaxe a través da historia*, onde se recorrerán as distintas rutas e camiños que levan a Santiago, explicando o porqué de cada unha delas, as súas características xeográficas, as súas impronta cultural, artística... Este curso será difícil superar a marabillosa viaxe ós fiordos noruegueses coa que pechamos o curso pasado, xunto coa excursión á cidade de Lugo onde os compañeiros e a coordinadora das súas

Aulas foron uns anfitrións estupendos. Espero que coas vosas propostas e o noso traballo consigamos organizar outras viaxes e excursións, senón mellores, polo menos co mesmo grao de satisfacción para todos.

Para comezar o curso, en Vigo xa temos preparada unha excursión á zona de Lalín e una visita á exposición de fotografía *Unha mirada de antano* de Ruth Matilda Anderson na Fundación Caixa Galicia.

AULAS DE OURENSE

Con optimismo vital. Así comezaron as clases nas Aulas de Ourense o pasado día 4 de outubro.

Este ano temos algunhas novidades: francés, que era unha materia pendente dende hai anos. Tamén temos novas caras, como a monitora de ioga, María, que nos enche de entusiasmo e dinamismo.

As actividades seguen a ser as habituais: galego, pilates, manualidades, pintura, historia da arte, literatura...

En outubro, os días 28 e 29, teremos a nosa primeira viaxe do curso 2010-11; será a Urueña e Tordesillas.

O acto de apertura terá lugar o vindeiro 9 de novembro ás 12,30 horas, no Liceo Recreo ourensán.

Agardamos tamén seguir coas rutas do Camiño de Santiago que tan boa acollida tiveron por parte dos ourensáns.

Dende a cidade das Burgas dar a benvida a todos os alumnos novos e agradecerlle a continuidade aos alumnos que ano tras ano depositan a súa confianza en nós.

