

Provincia activa

DEPUTACIÓN DE PONTEVEDRA

Servizo de Benestar Social
Avda. Montero Ríos, s/n, 36071 Pontevedra
Tel: 986 804 100

MÁIS INFORMACIÓN

<https://www.depo.gal/gl/web/edepo/-/provincia-activa>

ABERTO O PRAZO DE INSCRICIÓN



CATÁLOGO DE OBRADOIROS 2026

QUE OFERTA

160 obradoiros, dirixidos principalmente a persoas maiores de 50 anos de idade, xubiladas e pensionistas, coa finalidade de favorecer o envellecemento activo.

ENTIDADES BENEFICIARIAS

Entidades sen ánimo de lucro de persoas maiores, xubiladas e pensionistas da provincia de Pontevedra dalgunha das seguintes tipoloxías:

- Asociacións, federacións ou confederacións e fundacións que figuren no Rexistro único de entidades prestadoras de servizos sociais (RUEPSS) da Xunta de Galicia como entidades de iniciativa social da provincia de Pontevedra dentro da área de maiores.
- Entidades que figuren no Rexistro xeral de asociacións da Xunta de Galicia, rexistradas na provincia de Pontevedra e clasificadas en actividades dirixidas a persoas maiores.
- Asociacións de persoas maiores, pensionistas, prexubiladas e xubiladas non rexistradas entre as anteriores.
- Outras entidades non rexistradas nas categorías anteriores que desenvolvan actividades de iniciativa social dirixidas a persoas maiores de 50 anos.

O alumnado que participe no obradoiro deberá poder realizar as actividades elementais da vida diaria de forma autónoma e non presentará ningunha enfermidade, alteración do comportamento ou patoloxía incompatible coa actividade do programa.

CONDICIÓNS DO PROGRAMA

Cada obradoiro terá unha duración de 30 horas.

O 70 % do alumnado deberá ter 50 anos ou máis no momento do inicio da actividade.

A participación mínima será de 15 persoas inscritas e a máxima, de 25.

A data límite de realización do obradoiro será o 31 de decembro de 2026.

PRAZO E LUGAR DE PRESENTACIÓN DE SOLICITUDES

Do 12 de febreiro ao 11 de marzo de 2026

As solicitudes presentaranse obrigatoriamente por medios electrónicos a través do formulario normalizado dispoñible na Sede electrónica da Deputación de Pontevedra, <https://sede.depo.gal>

ORZAMENTO

266.055,13 €

Cada obradoiro terá un custo de sete (7) euros por participante.

CATÁLOGO DE OBRADOIROS

BENESTAR NATURAL

Plantas Medicinais

Cociña Saudable e Nutritiva para +50

SAÚDE EN MOVEMENTO

Pilates

Ioga

Ximnasia de Mantemento para Persoas Maiores

Movemento ao Aire Libre e Interacción co Medio Natural

EMOCIÓNATE

Conservando a Memoria

Musicoterapia

Risoterapia

Mindfulness, Meditación e Xestión do Estrés

OUTRA VIDA

Restauración de Mobles e Tapicería

Artesanía e Reutilización Creativa

Bricolaxe do Fogar

CON RITMO!

Bailes de Salón

Pandeireta e Canto Popular

REDEIR@S

Informática Básica. Aprender a Utilizar o Ordenador. Uso do Móbil e das Aplicacións

Ciberseguridade e Redes Sociais. Boas Prácticas. Compras e Pagos en Liña

Certificado Electrónico, DNI Electrónico e Clave. Tramitación Electrónica

Fotografía e Vídeo co Móbil

CEREBRO ACTIVO

Historias e Memoria Oral: Escribe o teu Legado

Debuxo e Expresión Creativa

Xogo e Diversión