

PROGRAMA DE ACTIVIDADES FORMATIVAS

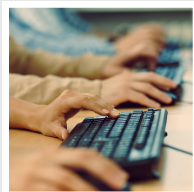
PARTICIPACIÓN CIUDADÁ

OCTUBRO- DICIEMBRE 2026

Período de inscripción:

22 AO 29 DE SEPTEMBRO

MÁIS INFORMACIÓN: 981 659 095



INFORMÁTICA

Cursos dirixidos a persoas que desexen iniciarse no uso do ordenador, aprender a manexar ferramentas básicas, navegar por internet e realizar xestións dixitais de forma autónoma.

C.S. MONTEAGUDO: Mércores 19.00 a 21.00h.
C.M. BAIUCA: Xoves de 16.00 a 18.00h.
C.S. LAÑAS: Mércores 16.30 a 18.30h.

P R E Z O : 20 €



USO DE TELÉFONOS MÓBIL

Unha actividade práctica e adaptada ás persoas adultas para aprender a utilizar o teléfono móbil con maior autonomía, seguridade e confianza no día a día.

C.S. PASTORIZA: Luns de 18.30 a 20.30h.
C.S. BARRAÑÁN: Martes de 18.30 a 20.30h.
C.S. FROXEL: Martes de 16.00 a 18.00h.

P R E Z O : 20 €

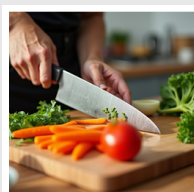


INGLÉS-INICIACIÓN

Curso orientado a adquirir vocabulario básico e estruturas sinxelas para iniciarse na comunicación en inglés a través de dinámicas prácticas e participativas.

C.S. PASTORIZA: Venres de 18.30 a 20.30h.
SERVIZOS SOCIAIS: Venres de 16.00 a 18.00h.

P R E Z O : 20 €



OBRADOIRO DE COCIÑA

Espazo participativo para aprender receitas sinxelas, compartir experiencias culinarias e promover hábitos de alimentación saudable.

C.S. MEICENDE: Luns de 16.30 a 18.30h
Luns de 19.00 a 21.00h.

P R E Z O : 20 €

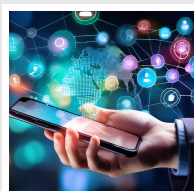


CURSO DE "PRIMEIROS AUXILIOS"

Formación práctica dirixida, centrada na adquisición de coñecementos básicos para actuar ante pequenas emerxencias e situacións de primeiros auxilios.

C.M. A Baiuca: Sábado 14 de novembro
de 09.00 a 14.00

P R E Z O : 5 €



REDES SOCIAIS SEGURAS

Unha actividade práctica para aprender a utilizar as redes sociais de forma segura, responsable e consciente, aproveitando as súas posibilidades e reducindo os riscos asociados ao seu uso.

C.M. A BAIUCA: Xoves de 18.30 a 20.30h.
C.S. MEICENDE: Venres 18.30 a 20.30h.

P R E Z O : 20 €



ASOCIACIÓNS AO DÍA: FERRAMENTAS DIXITAIS E XESTIÓN DE SUBVENCIONS

Formación práctica dirixida a persoas vinculadas ao movemento asociativo, centrada na adquisición de coñecementos básicos das TIC para entidades asociativas e xustificación de subvencións.

C.M. A Baiuca: Sábado 10 de outubro e
sábado 24 de outubro de 9.00 a 14.00h

P R E Z O : 5 €

INSCRIPCIÓN no **Departamento** de
Participación Cidadá do 22 ao 29 de setembro

Arteixo / Participación