

REQUISITOS A TER EN CONTA:

- ✦ Ser maior de 50 anos e estar xubilado ou ser pensionista; igualmente poderán acceder ás actividades as persoas con 65 ou máis anos independentemente de que estean xubiladas ou non.
- ✦ No caso de levar un/ha acompañante, este poderá inscribirse aínda que non cumpra o anterior requisito nas viaxes ou comidas que se celebren.
- ✦ Estar empadroad/a no Concello de Outeiro de Rei.
- ✦ As persoas perceptoras de pensións non contributivas para ter dereito á cota reducida terán que acreditar dita situación mediante certificado acreditativo que se pode solicitar no departamento de Servizos Sociais do Concello.
- ✦ As prazas cubriranse por rigorosa orde de solicitude.
- ✦ As persoas interesadas en participar nalgunha das actividades previstas terán que realizar a inscrición na **CASA DA CULTURA** de Outeiro de Rei nos seguintes prazos:
 - Para as actividades do ano 2026, do 7 de xullo ao 24 de xullo.
 - Para as actividades do ano 2027 o prazo de inscrición será o mesmo que se estableza para as actividades de inverno.

A celebración da totalidade das actividades previstas ou a posible modificación das mesmas queda supeditada á demanda existente (que non poderá ser inferior ao 50% das prazas ofertadas na actividade, agás na actividade *Coida os teus pés* que non ten mínimo de demanda) ou a posibles imprevistos que poidan xurdir.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

PARA PERSOAS MAIORES

DO CONCELLO DE OUTEIRO DE REI

16ª edición

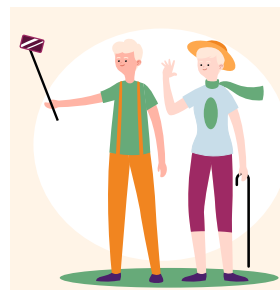


982 393 408

www.outeiroderei.gal

Promove e organiza:

CONCELLO DE OUTEIRO DE REI



**Inscricións na Casa da Cultura
do 7 ao 24 de xullo**

(Actividades 2026)





CONCELLO DE OUTEIRO DE REI

Actividades Para Persoas Maiores

2026
2027

1-XXXII FESTA DOS XUBILADOS

Data: VENRES, 03/07/2026
Lugar: CAMPO DE SANTA ISABEL
Cota: 5 € (xubilados ou pensionistas)
30 € (acompañantes que non reúnan o requisito anterior)

Comida-homenaxe
ás persoas
xubiladas do municipio

2-COIDA OS TEUS PÉS

Data: Do 02/09/2026 ao 28/07/2027
Horario: MÉRCORES, de 09:20 h a 13:00 h
Nº prazas: 12 (límite de pacientes por día)
Lugar: Centro médico de Outeiro de Rei
Cota: 3 €/consulta (perceptores de pensións non contributivas)
5 €/consulta (resto de usuarios)
10 €/consulta (persoas non empadroadas en Outeiro de Rei, suxeito a dispoñibilidade de prazas)

Unha profesional atenderá
as consultas relacionadas
coa saúde e coidado dos pés
(durezas, uñas encarnadas,
calosidades)

Previa cita no tño.: 982 393 281

3-XIMNASIA PARA MAIORES

Data: Do 15/09/2026 ao 13/05/2027
Horario: MARTES E XOVES, de 10:15 h a 11:15 h
Nº prazas: 20
Lugar: Ximnasio do pavillón de deportes
Cota: 5 € (perceptores de pensións non contributivas)
25 € (resto de usuarios)

Ximnasia suave para
mellorar a condición física
e manterse en forma

4-PROGRAMA DE SAÚDE

(alimentación, rutinas de benestar, autocoidado...)

Data: Do 30/09/2026 ao 02/12/2026
Horario: MÉRCORES, de 10:30 a 12:00h
Nº prazas: 12
Lugar: Casa Cultura / Ximnasio do pavillón de deportes
Cota: 15 €

Para contribuír ao benestar
físico, emocional e social

5-DE EXCURSIÓN A ...



✦ OURENSE

Data: SÁBADO, 17/10/2026
Horario: De 09:30 h a 19:30 h
Nº prazas: 50
Lugar saída: Praza do Concello
Cota: Bus gratuíto

Para gozar das amizades
e coñecer lugares novos

✦ FEIRA DE ANTIGÜIDADES DE SARRIA

Data: DOMINGO, 02/05/2027
Horario: De 10:00 h a 19:30 h
Nº prazas: 50
Lugar saída: Praza do Concello
Cota: Bus gratuíto
Inclúe visita guiada ao Mosteiro de Samos (entradas 5€/persoa, p.o.)

6-TALLER DE MEMORIA

Data: Do 20/01/2027 ao 12/05/2027
Horario: MÉRCORES, de 10:30 h a 12:00 h
Nº prazas: 12
Lugar: Casa da Cultura
Cota: 15 €

Para mellorar
a memoria e previr o
envellecemento
cerebral