

Durante o mes de marzo, nas ociotecas municipais do programa "APRENDE XOGANDO", levarase a cabo un programa de fomento da igualdade.

Durante todo o mes de marzo, levaranse a cabo diversas actividades nos centros de dinamización rural do noso municipio.

**OBRADOIRO DE DEFENSA PERSOAL:**

Dende o día 7 maio ata o día 11 de xuño, todos os sábados, entre as 11 e as 13 horas, no Centro de Convivencia "Maruja Mallo". Inscripción previa no 010, obradoiro de "RECICLAXE OU COMO FACELO TI":

Dende o día 5 de maio ata o día 26 deste mesmo mes, todos os xoves, entre as 18:30 e as 20:30 horas, no Centro de Convivencia "Maruja Mallo". Inscripción previa no 010.

Nos meses de Febreiro e marzo, estase levando a cabo, en 17 centros educativos da nosa cidade, o programa "EDUCANDO EN IGUALDADE" (17 obradoiros de formación do profesorado e 34 obradoiros co alumnado).

ORGANIZA:



Concello de Lugo



COLABORADORES:



8 de marzo

E AGORA QUÉ...

AGORA  
NÓS

Día Internacional  
das Mulleres



Concello de Lugo

# Programa Día Internacional das Mulleres

## Xoves, día 10

12:00 horas

- Entrega dos PREMIOS "ENTRE MULLERES"  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Maruja Mallo".

12:30 horas

- Inauguración da EXPOSICIÓN "LEGADOS. XERACIÓNS EN TRÁNSITO".

Centro de Convivencia "Maruja Mallo"

20:30 horas

- CONFERENCIA da Fotógrafa D<sup>a</sup> Susana Girón.  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Maruja Mallo".

## Venes, día 11

12:00 horas

- Entrega dos PREMIOS do Certame de narrativa xuvenil "ENTRE IGUAIS" e do Certame de narrativa para mulleres "TODA UNHA VIDA"  
Salón de plenos do Concello (praza Maior).

## Sábado, día 12

10:30 horas

- Apertura da FEIRA DE ARTESANÍA "ARTEMUR".  
Carpa situada na praza Anxo Fernández Gómez (de detrás do Concello).

11:00 horas

- Inauguración oficial de "ARTEMUR"

16:30 horas

- ITINERARIO DE MULLERES.  
Sairá do parque Rosalía de Castro e rematará na Feira de Artesanía, dirixido por D. Darío Xohán Cabana

## Domingo, día 13

10:30 horas

- Continuación da Feira de artesanía "ARTEMUR"

11:00 horas

VIII MARCHA POLA IGUALDADE. Perconnerase a muralla.  
Saída diante do Concello na praza Maior

## Luns, día 14 e martes, día 15

Das 10 ás 14 horas, e das 17 ás 20:30 horas

- Actividades do CENTRO DE INNOVACIÓN SOCIAL "IN LUGO": "coñece as redes sociais", "buscadores", "Internet e correo electrónico", "DNI electrónico", "trámites para Pacer coa e-administración", "utilizar o móbil", "iníciate co ordenador"...  
Carpa situada detrás do Concello (praza Anxo Fernández Gómez).

## Luns, día 14

17:30 horas

- EXPERIENCIAS DE VIDA DAS MULLERES XITANAS.  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra".

## Saúde e xénero

### Martes, día 15

19:30 horas

- CONFERENCIA SOBRE A PREVENCIÓN DE CANCRO COLORRECTAL, en colaboración coa AECC de Lugo.  
Impartida pola doutora D<sup>a</sup> Isabel Mata Fernández. Patóloga e membro do Comité Técnico da AECC  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra"

### Mércores, día 16 e xoves, día 17

- Instalarase un colon xigante, cunha exposición interior:

Praza Horta do Seminario

### Xoves, día 17

19:30 horas

- CONFERENCIA "REXISTRO GALEGO DE INSTRUCIÓNS PREVIAS (TESTAMENTO VITAL)", impartida polo doutor D. Ángel Usero Osset, médico da XePatuna Territorial da Consellería de Sanidade.  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra".

### Martes, día 22

19:30 horas

- MESA REDONDA SOBRE O CANCRO DE MAMA, impartida polo doutor D. Francisco Barón, oncólogo do CHUS, pola doutora D<sup>a</sup> Begoña Alonso, oncóloga do HULA, e polo doutor D. Salvador Ramos, médico e director do Balneario de Guitiriz.  
Salón de actos do Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra".

### Martes, día 29

Entre as 17 e as 19 horas. Anotación previa no 010.

- OBRADOIRO DE AUTOCOIDADADO E RELAXACIÓN, impartido por D<sup>a</sup> Fátima Bermejo  
Centro de Convivencia "Maruja Mallo".

## Martes, día 5 de abril

Entre as 17 e as 19 horas. Anotación previa no 010

- TALLER FISIOTERAPÉUTICO (exercicios de prevención de incontinencia urinaria, menopausa, problemas cardíacos...), impartido por D<sup>a</sup> Patricia Pontón, fisioterapeuta.  
Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra".

## Novas tecnoloxías e xénero

### Mércores, día 16, e mércores, día 23

Entre as 16 e as 20:30 horas. Anotación previa no 010

- NOVAS TECNOLOXÍAS: USO DE INTERNET (petición de citas, mercar, photoshop...).

Aula do Castiñeiro.

### Mércores, día 30

19:30 horas

- USO DO TELÉFONO MÓBIL.

Sorteo dun teléfono móbil

Salón de actos do Centro de Convivencia "Uxío Novoneyra".

## Ocio e xénero

### Xoves, día 24

Entre as 17 e as 19 horas. Inscripción previa no 010

- OBRADOIRO DE CREACIÓN COLECTIVA PARA MULLERES (E HOMES), impartido por D<sup>a</sup> Fátima Bermejo.

Salón de actos do Centro de Convivencia "Maruja Mallo".

### Xoves, día 31

19:30 horas

- CONFERENCIA: "BENESTAR PSICOLÓXICO E EMOCIONAL". Impartida por D. Miguel Guerra, profesor da UNED.

Salón de actos do Centro de Convivencia "Maruja Mallo".

### Venes, día 1 de abril

20:30 horas

- REPRESENTACIÓN TEATRAL da obra "HOMES EN ESCABECHE" por Hipócrita Teatro, en colaboración co Taller de Solidariedade.  
Auditorio Municipal "Gustavo Freire".

A recaudación da venda de entradas destinarase ao proxecto solidario: construción de local e equipamento dun obradoiro para mulleres, en Mandaluyong (Filipinas).  
VENTA ENTRADAS: "Arco Iris Musical", "Taller de Solidariedade" e "A Cova da Terra". PREZO: 10 €.