

GUIA DE VERÁN 2011



Indice

1.-Para viaxar. Documentación. Carnés.....	2
2.-Transportes. Tren/ Interrail. Autobús. Avións baixo custo. Viaxes	7
3.-Para durmir. Aloxamentos.....	12
4.-Saúde.Vacinas. Decálogo do viaxeiro . Relacións afectivo-sexuais	15
5.-Na natureza. Parques naturais. Espazos . Acampada. Turismo activo. Centros educación ambiental. Granxas escolas.....	21
6.-Traballando. Hostalería. Áreas comerciais. Parques temáticos. Empresas traballo.....	26
7.-Programas de prácticas para estudantes	31
8.-No estranxeiro	32
9.-Cursos de verán en Galicia. Univ. de Santiago. Uned. Menéndez Pelayo-Coruña e Vigo	37
10.-Outras actividades en Galicia	46
11.- De festa. Festas de interese turístico. Festas en Galicia.....	47
12.-Outras cousas por facer . Parques temáticos	48
13.-Camiño de Santiago. Os camiños. Recomendacións.....	52
14.-Directorio	54

Guía de verán 2011



1. Para viaxar

1.1.- DOCUMENTACIÓN:

Se queres viaxar convén que teñas en conta a documentación que tes que levar ao día:

■ D.N.I.

O documento nacional de identidade en España é obrigatorio desde os 14 anos, con el podes visitar todos os países da Unión Europea, Andorra, Antillas Holandesas, Austria, Liechtenstein, Malta, Mónaco, Suíza e Turquía.

Documentación necesaria:

- Dúas fotografías tamaño carné especiais para o DNI.
- Certificado en extracto da partida de nacemento expedida no Rexistro Civil.
- Impreso de solicitude (de venda nos estancos e comisaría de policía).

Prezo: 10,20 euros.

■ PASAPORTE

Precísase para entrar nos países non pertencentes á Unión Europea. Ten unha vixencia de 5 anos para os menores de 30 anos e de 10 para os maiores.

Expídese un pasaporte **colectivo** con motivo de excursións, peregrinacións e actos de análoga natureza, sempre que exista reciprocidade co país de destino. A validez é para unha soa viaxe, cuxa duración non poderá exceder de tres meses. Poden utilizalo os menores de 21 anos para viaxar a: Andorra, Bélxica, Dinamarca, Francia, Grecia, Holanda, Irlanda, Islandia, Italia, Luxemburgo, Malta, Noruega, Portugal, Reino Unido (incluído Xibraltar), Suecia e Suíza.

Documentación requirida:

- DNI en regra.
- 2 fotografías tamaño carné.

Prezo: 25,00 euros (ordinario).

Colectivo: titular 5,93 € e cada acompañante 0,41 €.

O lugar de expedición do DNI e do pasaporte é nas xefaturas superiores de Policía.

Máis información: www.mir.es

Tel de información: 902247364

Cita previa. www.citapreviadnie.es

■ VISADO

Algúns países para podelos visitar esixen ademais do pasaporte o visado. O visado é un documento que se cuña no pasaporte e especifica a duración e as condicións da estancia permitida no país. Solicítase nas embaixadas ou consulados do país de que se trate. Débese presentar o DNI e o pasaporte en regra. Convén ter en conta que tarda entre 7 e 15 días. O prezo varía segundo o país de destino.

Máis información: www.maec.es

Ministerio de Asuntos Exteriores en Madrid: 91 379 97 00

1.2.- CARNÉS

Deseguido atoparás a información sobre os carnés cos que podes obter as prestacións económicas máis vantaxosas á hora de facer a túa viaxe.

1.2.1 Carnés que expídense nos centros Tive de Galicia

■ CARNÉ XOVE

Válido practicamente en toda Europa, permite obter descontos e vantaxes en transportes, aloxamentos, academias, cines, compras, actividades da Dirección Xeral de Xuventude e Solidariedade etc. Ademais inclúe un seguro básico.

Requisitos:

- Ter entre 12 e 30 ámbolos dous inclusive.

- Presentar o DNI ou o pasaporte.
- Unha fotografía tamaño carné.

Prezo: 6 euros.

Vixencia: desde a data de expedición ata xusto dous anos despois, agás se se cumpren antes os 31 anos (data na que caducaría).

Ao expedilo entrégase a guía de información cos descontos que se ofertan en Galicia. Existen páxinas web nas que consultar os descontos noutras comunidades e no resto de Europa.

Http: www.euro26.org

Tarxerta visa – electrón xove: coas mesmas vantaxes do carné clásico, si tes entre 16 e 30 anos podes solicitar en Caixa Galicia a visa electrón Caixa Galicia. Si tes entre 16 e 18 anos necesitarás a sinatura do teu representante legal.

Expedición: Nas oficinas Caixa Galicia dos pabellons estudiantís de Santiago, A Coruña, Lugo; Ferrol; Ourense e Vigo.

Máis información: 902121314

http: www.caixagalicia.es

■ CARNE DE ESTUDANTE INTERNACIONAL (ISIC)

Inclúe os estudantes de ensinanzas regradas desde a secundaria en diante, serve fundamentalmente para realizar descontos en billetes de avión, ferris, autobuses, aloxamentos, museos, teatros. Servizo telefónico gratuíto para emerxencias de 24 horas. Servizo Isiconnect para chamadas a máis baixo custo, sms, caixa de correo de voz, correo electrónico e telefax.

Requisitos:

- Presentar o DNI ou pasaporte.
- Unha fotografía tamaño carné.
- Acreditar a condición de estudante na actualidade (copia da matrícula, carné de estudante con data).

Prezo: 6 €.

Vixencia: un ano académico.

Http: www.isic.org

■ CARNÉ DE MESTRE (TEACHER-ITIC)

Ten unhas prestacións moi similares ao ISIC, descontos en viaxes, aloxamentos, museos etc, pero está deseñado exclusivamente para os docentes.

Requisitos:

- Acreditar a condición de mestre (certificado do centro onde imparten as clases ou unha nómina).
- Presentar o DNI ou o pasaporte.
- Fotografía tamaño carné.

Prezo: 8 €.

Vixencia: un ano académico.

■ CARNE GO-25

É un carné internacional de viaxes para mozos menores de 26 anos. Permite descontos en transportes, museos, centros culturais, tendas.

Requisitos:

- Acreditar a idade.
- Unha foto tamaño pasaporte.

Prezo: 6 € Máis información: www.istc.org

■ CARNÉ DE ALBERGUISTA

Dá dereito ao uso de 178 albergues xuvenís en España (REAJ) e a máis de 5.000 pertencentes a outros países membros da Federación Internacional de Albergues Xuvenís (IYHF).

Pódeno obter todas as persoas segundo as seguintes **modalidades:**

Modalidade	Requisitos	Prezo
Xuvenil	14-30 anos	5 euros
Adulto	Máis de 30 anos	12 euros
Grupo	Mínimo de 10 persoas. Menores de trinta anos. Agás o responsable.	15 euros -Asociacións xuvenís. Gratuíto
Familiar	Familias con fillos menores de 14 anos.	24 euros
Selos benvida visitante estranxeiro	Sen límite de idade.	3,50 euros

Requisitos

- Acreditar a personalidade (DNI ou pasaporte).
- Aboar o importe segundo a modalidade.
- Ao adquirir o carné entrégase gratuitamente unha guía de albergues de España.
- Tamén existen unhas guías de Europa e América cun prezo de 11 € cada unha.

Máis información: www.reaj.com (Rede Española de Albergues Xuvenís)

www.iyhf.org (Rede Internacional e Reserva dos Albergues Xuvenís)

Praza do Matadoiro, s/n, 15703 Santiago de Compostela (A Coruña) Tfno.: 981 583 900.

Nos servizos Tive das catro delegacións provinciais (Anexos)

1.2.2- Outros Carnés

■ **CARNÉ FEDERADO DE MONTAÑISMO**

Se pensas facer percorridos pola montaña e queres utilizar os refuxios para aloxarte, ten en conta que se estás federado nun club resultará máis económico. Ademais inclúe unha póliza de seguros que cobre os accidentes de montaña e podes facer os cursos que organizan.

Máis información:

Federación Galega de Montañismo :

R./Fotógrafo Luis Kasado n.º 17 Of. 10

36209 Vigo (Pontevedra)

Tfno.: 986 208 758

Horario: 19 - 21 h

http: www.fgmontanismo.com

Club Fontiñas: R/Varsovia 4C- 4.ºA-Área Central (Santiago). A Coruña

Tfno.: 981 577 928

Horario: 10-13 e 17.00-20.00 h

http: www.clubdeportivofontinas.com

■ **CARNÉ INTERNACIONAL DE CAMPISTA:**

Es necesario para alojarse en muchos camping

Máis información:

http: www.campingcardinternational.com

Máis información.

Camping Caravaning Club de Galicia

Estrada José Rivas, 13

36330 Vigo Tel: 986491683

2.-Transportes

2.1.-TREN:

■ Tarifa web Alta Velocidade – Longo percorrido

Permite obter ata un 60 % de desconto, en todas as clases de prazas sentadas e deitadas, sempre que a compra se realice con unha antelación mínima de 15 días respecto á data do viaxe. Para determinados días e trens o prazo mínimo de antelación na compra, 15 días, non será necesario. Prazas limitadas

Cambios: no se admiten.

Reembolsos : conlevan gastos do 50 % do prezo do billete.

■ Tarifa estrela Alta Velocidade – Longo percorrido

Permite obter ata un 40 % de desconto, en todas as prazas sentadas e deitadas, sempre que a compra se realice cunha antelación mínima de 7 días respecto á data da viaxe. Para determinados días e trens o prazo mínimo de antelación na compra de 7 días, non será necesario.

Cambios: para o mesmo día, 15 % de gastos. Distinto día, 20 % de gastos. Cando se solicite o cambio dentro dos sete días antes da viaxe, ademáis dos gastos de cambio establecidos, percibirase a diferenza coa nova tarifa solicitada. Reembolsos : Levan uns gastos del 30 % do prezo do billete.

■ Carné Xove Alta Velocidade – Longo Percorrido

Oferta dirixida a menores de 26 anos – na data da viaxe- que sexan titulares dun Carné Xove emitido por calquera das Comunidades Autónomas do Estado Español e para titulares do Carné Xove emitido no estranxeiro

Ao presentar dito carné realizarase desconto nos percorridos sinxelos en calquera día, tren e clase

a) Trens AVE : 25%.

b) Resto de trens de AV-LD: 20%

Sobre esta redución no se acumulará ningunha outra. A súa aplicación é en percorridos de ámbito nacional

Nos trens internacionais de Elipsos Trenhotel (Madrid-Chamartín-París, Barcelona-París, Barcelona-Milán/Zurich): non será necesaria a presentación do carné xove para obter a redución do 20%, basta acreditar a idade con un documento de identidade

Media Percorrido: Desconto do 20% en todos os trens, días e percorridos. Mozo menor de 26 anos (sen cumprir), titular do "Carné Xove" emitido polas Comunidades Autónomas, así coma dos emitidos no estranxeiro

Non acumulable para os outros descontos.

Avant: 25% Titulares Carné Xove

As tarifas non son acumulables a outras ofertas

2.2.-PASE INTERAIL

Páxina web oficial sobre InterRail: www.interrailnet.com

InterRail: é un pase que permite viaxar en tren por máis de 30 países europeos en primeira ou segunda clase durante varios días.

Hai dous tipos de pases:

O pase global (Global Pass): para viaxar por todo o mapa interrail sen excepción .Por 30 países de Europa. Existen 5 modalidades distintas.

Pódese sacar para 22 días ou para un mes e terá que ser de uso continuado.

Existen outras modalidades: - 5 días para empregar en 10 días,

- 10 días e pódese utilizar en 22 días.

O pase para un único país(One Country Pass), pódese empregar nun único país distinto ao da túa residencia, durante 3, 4, 6 ou 8 días no prazo dun mes.

Idades: Para acceder ao pase InterRail para mozos debes ter entre 12 e 25 anos o 1º día da viaxe.

Os prezos en segunda clase son:

Global Passe 2ª clase	Validez	Mozos <26	Adultos > 26
	22 días	319 €	479 €
	1 mes	409 €	619 €
	Flexible 5 días en 10 días	169 €	256 €

	Flexible 10 días en 22 días	249 €	369 €
	15 días	289 €	409€

Outras páxinas que se cadra vos son útiles:

www.inter-rail.org

www.interrail.com

www.interrailers.net

www.railfaneurope.net

Viaxar por Europa: http://europa.eu/abc/travel/index_es.htm

2.3.-AUTOBUS

O Kilométrico de Alsa

¡Es la forma más económica y divertida para viajar sin límites por toda España!

Se trata de una tarifa plana para viajar en los autobuses de **ALSA**, **Continental Auto** y **Alsina Graells**, prácticamente a cualquier punto de España.

Co Kilométrico ti elixes as datas nas que queres viaxar, a ruta e os lugares onde queres facer unha parada... ¡o límite o pon a túa imaxinación e as túas gañas de disfrutar!

Tratáse dunha tarifa plana para viaxar nos autobuses de Alsa, Continental Auto e Alsina Graells, practicamente a calqueira punto de España.

Cómo funciona?:

- Compra un **Pase kmtriko** de 1, 2, 3 ó 4 semanas a un prezo pechado.
- Elixes os teus **destinos preferidos** dentro de España.
- Disfruta coa **liberdade de horarios**.

BILLETE KMTRIKO

PRECIO

1 Semana

99€

2 Semanas

175€

BILLETE KMTRIKO	PRECIO
2 Semanas - 7 días de viaxe	145€
3 Semanas	240€
4 semanas	299€

Máis información: www.kmtriko.com

2.4.- AVIÓN. COMPAÑÍAS DE VOÓS DE BAIXO CUSTO

Se queres voar lembra votar unha ollada as compañías de baixo custo que operan en Galicia:

Rynair: saídas dende Santiago a Alicante, Barcelona-Reus, Francfort, Gran Canaria, Lanzarote, Londres, Madrid, Málaga, Milán, Sevilla, Tenerife, Valencia

Máis información: www.rynair.com

Vueling: saídas dende

- Santiago a Barcelona, Málaga, París, Zurich
- Vigo a Barcelona e Londres
- Coruña a Ámsterdam, Barcelona, Londres, Sevilla, Paris

Máis información: www.vueling.com

Outras compañías aéreas nas que podes atopar prezos especiais:

Iberia: www.iberia.com

Spanair: www.spanair.com

AirEuropa: www.aireuropa.com

Air Nostrum: www.airnostrum.es

Iberworldairlines: www.iberworld.com

AirBerlin: www.airberlin.com

2.5.-SEGURO DE VIAXES IATI

É un seguro internacional para mozos menores de 30 anos, non válido no país de orixe e sí no resto dos países do mundo. Presenta varias modalidades segundo as prestacións que quixerades obter.

- Seguro viaxes IATI: hai dúas combinacións, Europa e mundo. Inclúe Isis equipaxe e existe a posibilidade de contratar Isis Adrenalina, para deportes de alto risco.

- Póliza de estudos: pensada para quen queira realizar un curso de idiomas ou estudar na universidade. Dende unha semana e ata un ano completo. Hai que estar matriculado e ter pagado o importe
- Seguro de anulación: cobre os gastos de cancelación en caso de non poder realizar a viaxe contratada ou de ter que volver antes.

Os prezos varían en función da estada. Máis información nas oficinas de expedición e no sitio web www.iatiseguros.com

All Tour Viaxes

R/ Marqués de Valladares, 2
36201 Vigo. Pontevedra
Tfno.: 986 431 444

Viaxes Abramar

R/ Reconquista, 3
36201 Vigo. Pontevedra
Tfno.: 986 447 060
Edif. Zona fr-pol. Ind. A Granxa-P.260
36400 Porriño. Pontevedra
Tfno.: 986 342 522
[http: www.abramar.com](http://www.abramar.com)

Carmen Suárez González

R/ Dr. Trasande, 1
36900 Marín. Pontevedra
Tfno.: 986 838 047

Rías Altas

R/ Betanzos, 2
15004 Coruña
Tfno.: 981 214 121

3.-Para durmir

3.1.-ALBERGUES

O Injuve e as Comunidades Autónomas ofrecenlles aos/ás mozos/as a posibilidade de usar máis de 4.500 albergues repartidos por todo o mundo. En España existen, actualmente, máis de 230 albergues. Se queres aloxarte nun deles consulta o mapa e consigue o carné de membro, que poderás utilizar en todos os albergues nacionais e internacionais.

Os seguintes aloxamentos en Galicia forman parte da rede de albergues internacional:

■ Altamar Albergue Residencia Xuvenil

R./Cesáreo González, 4
36210 Vigo (Pontevedra)

Tfno.: 986 290 808

Fax: 986 211 595

Prazas: 20- dobles

Tempada: 1/7-30/9

Como chegar: bus e tren a Vigo.

Servizos: comedor, bar, sala de TV, sala de reunións, teléfono público, auga quente, duchas.

■ Lug II

R./Pintor Corredoira, 4
27002 Lugo

Tfno.: 982 220 450

Fax: 982 284 748

Tempada: aberto todo o ano.

Como chegar: liñas de tren e bus a Lugo capital.

Prazas: 75- individuais, dobres, triplas e cuadruplas

Tempada: aberto todo o ano.

Servizos: comedor, cuartos para familias, auga quente, duchas, teléfono público.

e-mail: complexolugo

■ Residencia Xuvenil Florentino López Cuevillas

R./A. Pérez Serantes, 2 32005 Ourense

Tfno.: 988 252 412 Fax: 988242328

Prazas: 20 Tempada: 1/7-30/9

Como chegar: en autobús, tren e por estrada ata Ourense.

Servizos: cuartos para familias, comedor, televisión, sala de reunións, teléfono público.

e-mail: blanca.liz.fernandezunta.es

■ Os Biocos da Vía Nova

Lugar Senreiro, s/n

32770 San Xoan de Rio . Ourense

Tfno e fax : 988346130

e-mail: albergueiocos.net

http: www.biocos.net

e-mail: albergueiocos

Prazas: 95-dobres, triplas, cuádruplas e séxtuplas

Tempada: Aberto todo o ano , previa reserva

Como chegar: Desde Ourense en bus coa empresa Monbus. Atópase a 24 km da estación invernal de Manzaneda

Servizos: observatorio astronómico, laboratorio, instalacións deportivas, comedor, tv,

■ As Corquerizas

36210 Vilar de Barrio. Ourense

Tfno: 988302403 Fax: 988511020 Reservas: 988374318

e-mail: infoascorcerizas.com

http: www.ascorcerizas.com

Prazas: 36

Tempada: Aberto todo o ano , previa reserva

Como chegar: Dende Ourense nun bus da empresa Ampían. En tren dende Vilar de Barrio (Ourense)

■ Gandarío- Complexo Xuvenil As Mariñas

15167 Bergondo (A Coruña)

Tfno.: 981 791 005

Fax: 981 794 217

Http: www.gandario.net

Enderezo de correo electrónico: gandario@teleline.es

Prazas: 75- triples e de 6 prazas

Tempada: aberto todo o ano.

Como chegar: en autobús a Sada. En tren ata A Coruña. Por estrada, está a 2 km de Sada en dirección a Betanzos.

Servizos: laboratorio fotográfico, instalacións deportivas, zona de acampada, actividades náuticas, comedor, bar, TV, sala de xuntanza, laboratorio, aula mariña, praia.

■ Albergue Xuvenil Monte do Gozo

Estrada de Santiago-Aeroporto, km 3

15820 Santiago de Compostela

Tfno.: 981 558 942

Fax: 981 562 892

Prazas: 300.

e-mail: comercial

Tempada: aberto todo o ano

Correo electrónico: comercialvacaciones-montedogozo.com

Como chegar: hai autobús, tren e estrada ata Santiago; o albergue está a 3,5 km. Hai bus urbano cada hora.

Servizos: autoservizo, restaurante, supermercado, zona comercial, biblioteca, servizo médico, animación, vixilancia, seguridade.

Actividades: no Camiño de Santiago.

Máis información: na páxina web da rede internacional de albergues, www.reaj.com

Prezos 2011 dos albergues de Galicia

Servizo por persoa	Ata 30 anos	Maiores de 30 anos
Pensión completa	16,50 €	21,50 €
Aloxamento	7,50 €	11,00 €
Almorzo	2,50 €	2,50 €
Xantar ou cea	6,70 €	6,70 €

3.2.- RESIDENCIAS DE TEMPO LIBRE

Residencias de tempo libre en Galicia

As residencias de tempo libre son instalacións fixas que están pensadas para o uso de familias e grupos, teñen prezos asequibles e hai que concetar a estadia

■ Residencia de tempo libre de Carballiño

Zona do Parque, s/n

32500 O Carballiño

Ourense

Tfno.: 988 270 200

Fax: 988 271 106

Enderezo de correo electrónico: rtlcarballino@xunta.es

<http://www.igualdadegaliza.org>

■ Residencia de tempo libre de Panxón

R./Cansadoura, 2

36340 Panxón

Nigrán (Pontevedra)

Tfno.: 986 365 125

Fax: 986 368 233

Enderezo de correo electrónico: rtlpanxon@terra.es

4.-Saúde

4.1.- TARXETA SANITARIA

O teléfono de información da Seguridade Social é o 900 166 565.

En España podes obter asistencia sanitaria con só presentar a tarxeta sanitaria, pero se viaxas fóra de España lembra que é moi importante ter unha cobertura adecuada. Entre os países da Comunidade Económica Europea existe un convenio grazas ao cal se pode recibir atención médica, para iso cómpre que solicites nos centros de información das direccións provinciais do INSS a **tarxeta sanitaria europea**(TSE)

http:www.seg-social.es

Os países nos que se aplica o regulamento comunitario ou que manteñen convenio de asistencia sanitaria con España son:

Alemaña, Andorra, Austria, Bélxica, Brasil, Chile, Dinamarca, Ecuador, Finlandia, Francia, Grecia, Irlanda, Islandia, Italia, Luxemburgo, Marrocos, Noruega, Países Baixos, Panamá, Paraguai, Perú, Portugal, Reino Unido, Suecia, Uruguai, Liechtenstein.

4.2.- VACINAS

Se viaxas fóra de España, en especial cara aos países de Asia, África, Centroamérica e América do Sur, convén saber qué vacinas son obrigatorias e cáles recomendables. Obrigatorias quere dicir que hai unha posible exigencia legal para poder circular neles. Nestes casos nos centros de vacinación internacional terás que facer o Certificado internacional de vacinación. Na páxina web do Ministerio de Sanidade atoparás información sobre a situación sanitaria de cada país e as recomendacións e vacinas necesarias. Tamén atoparás a información de vacinas recomendables. <http://www.msn.es>

■ Centros de vacinación internacional en Galicia:

● A CORUÑA

R./Durán Loriga, 3, 5.^a planta

15003 A Coruña

Tfno.: 981 989 570-1

Fax: 981 209 352

● Complejo Hospitalario Universitario Juan Canalejo

Entrada As Xubias, 84

15006 - A Coruña

Teléfono: 981 17 80 38

● Complejo Hospitalario Universitario de Santiago de Compostela

Servizo de Medicina Preventiva

Travesía da Choupana s/n

Santiago de Compostela - A Coruña

Teléfono: 981 95 00 37 / 90

● Hospital Arquitecto Marcide

Estrada de San Pedro de Leixa, s/n

Ferrol - A Coruña

Teléfono: 981 33 40 35

● **Hospital Virxen Da Xunqueira**

Recheo, s/n - Paseo Marítimo

Cee - A Coruña

Teléfono: 981 70 60 10

● **LUGO**

● **Hospital Xeral Calde**

Complexo Hospitalario Xeral Calde

R/ Doutor Severo Ochoa, s/n

27004 - Lugo

Tfno.: 982 29 64 95

● **BURELA**

Hospital Da Costa

Servizo de Medicina Preventiva

R/ Rafael Vior, s/n

27880 - Burela (Lugo)

Tfno.: 982 58 99 58

● **MONFORTE DE LEMOS**

Hospital Comarcal de Monforte

Servizo de Medicina Preventiva

R/ Corredoira, s/n

27400 - Monforte de Lemos (Lugo)

Tfno.: 982 41 79 24

● **PONTEVEDRA**

● **Estación Marítima do Porto, s/n**

36201 Vigo

Tfno.: 986 989 151 **Fax:** 986 432 188

Máis información Http: www.seg-social.es

http: www.vacunas.org (Asociación Española de Vacinología)

● **Complejo Hospitalario de Pontevedra-Servicio de Medicina Preventiva**

R/ Mourente, s/n
36002. Pontevedra
Teléfono: 986 80 00 04

● **VILAGARCÍA DE AROUSA**

Hospital do Salnés
Servizo de Medicina Preventiva
R/ Lugar Estromil-Ande
36000 - Vilagarcía de Arousa
Tfno.: 986 56 80 64

● **Complejo hospitalario de Vigo- Servicio de Medicina Preventiva**

R/ Pizarro, 22
36204 - Vigo (Pontevedra)
Tfno.: 986 81 60 00
R/ Meixoeiro, s/n
36200 - Vigo (Pontevedra)
Tfno.: 986 81 17 62

● **OURENSE**

● **Complejo Hospitalario de Ourense**

Servizo de Medicina Preventiva
R/ Ramón Puga, 54
32005 - Ourense
Tfno.: 988 38 55 29

4.3.-RELACIÓNS AFECTIVO-SEXUAIS

O verán é un tempo de entretemento, de facer novas/os amigas/os, de que xurdan novas relacións, novas parellas... as dúbidas... os afectos... os desexos... que penso eu... que pensará el/ela... que dirá miña nai/pai... que pasará...

É preciso poder vivir libremente todo isto sen temores e coa información axeitada para gozar adecuadamente e evitar situacións desagradables ou violentas. E, por suposto, previr doenzas e embarazos non desexados.

Na oficina de información afectivo-sexual, “Quérote”, os poden informar de todas as vosas dúbidas, tanto persoal coma telefonicamente:

- Problemas afectivos.
- Falta de comunicación.
- Como expresar os sentimentos.
- Métodos anticonceptivos.
- Enfermidades de transmisión sexual.
- Condutas de risco.
- Como coidar o corpo.
- Test de embarazo.
- Información e prescripción sobre a pílula poscoital.
- Disfuncións sexuais.
- **Outras cousas...**

■ Directorio de centros Quérote:

■ A CORUÑA

● Central en Santiago de Compostela:

Praza do Matadoiro, s/n, 1.º andar, 15703 Santiago de Compostela. A Coruña

Información telefónica: 902 141 617.

Horario: 10-2 (Luns e Venres)

Luns a venres de 16,30 a 20,30

Páxina web: www.querote.org (pódense realizar consultas a través dela)

Correo electrónico: info@querote.org

● **Centro Quérote de Ferrol**

R/ Santa Comba, 61
15404 Ferrol
Tel.: 981317027

● **Centro Quérote de Coruña**

R/ Panadeiras, 18
15001 A Coruña
Teléfono: 981 223 913

● **LUGO**

● **Centro Quérote Lugo Complexo Xuvenil Lug II**

R/ Pintor Corredoira, 4
27002 Lugo
Tfno.: 982 241 732

● **Centro Quérote de Burela**

Casa do Mar
R/ Rosalía de Castro, s/n
27880 Burela
Teléfono: 982 575 053 (Centraliña da Casa do Mar)

● **OURENSE**

● **Casa da Xuventude de Ourense**

R./Celso Emilio Ferreiro, 29
32204 Ourense
Tfno.: 988 231 470

● **PONTEVEDRA**

● **Centro Quérote de Vigo**

R/ Ferrería, 41
36202 Vigo

Teléfono: 986 220 717

4.4.- *DECÁLOGO DO VIAXEIRO SAUDABLE:*

1. Preparar a viaxe cun mínimo de 30 días de antelación.
2. Acudir ao centro de vacinación máis próximo.
3. Elixir ben a roupa e o calzado, segundo o destino e a duración da viaxe.
4. Durante a viaxe procurar inxerir alimentos sempre cociñados e prestarlles especial atención ás salsas, peixes e ovos.
5. Consumir sempre froita que se poida pelar e pelala persoalmente, evitar ensaladas en zonas tropicais e xeados caseiros.
6. Beber auga embotellada, as bebidas gasosas e licores sen xeo.
7. Levar sempre auga, gorra, lentes de sol, cremas solares con alta protección e insecticida antimosquitos.
8. Evitar compartir cepillos de dentes, máquinas de afeitar, ou realizar tatuaxes ou piercings en establecementos sen garantía sanitaria.
9. Evitar contactos sexuais con descoñecidos ou tomar precaucións de eficacia probada coma é o uso de preservativos para previr as enfermidades de transmisión sexual e embarazo non desexado.
10. Prestar atención á caixa de primeiros auxilios de viaxe, sobre todo se padece algunha doenza ou se viaxa con anciáns e nenos, máis sensibles ao sol, á comida e ao cansazo.

5.-Na natureza

Coa chegada do bo tempo Galicia reborda espazos para percorrer e deleitarse con eles. Coñecer e respectar estas zonas será a máxima para integrarse e sentir que formamos parte da natureza.

5.1.- *OS PARQUES NATURAIS*

Son áreas pouco transformadas pola explotación humana que, grazas á fermosura das súas paisaxes, á representatividade dos seus ecosistemas ou á singularidade da súa flora, fauna ou formacións xeomorfolóxicas, posúen uns valores ecolóxicos, estéticos, educativos e científicos polos que a súa conservación merece unha atención preferente. Galicia conta na actualidade con 6 parques naturais:

- **Monte Aloia en Tui (Pontevedra)**, de 746 ha. Inclúe zona de acampada, picnic, bar, aparcadoiro, centro de información para os visitantes e a posibilidade de solicitar con antelación actividades e monitores para grupos.

- **Complexo Dunar de Corrubedo e Lagoas de Carrexal e Vixán, Ribeira (A Coruña)**, de 996,25 ha. Dispón dun centro de recepción de visitantes, centro de interpretación do ecosistema litoral de Galicia, área recreativa, cámpings preto da zona e aloxamentos diversos.
- **Baixa Limia-Serra do Xurés. Entrimo, Lobios e Muíños (Ourense)**, de 20.920 ha. Ofrece un centro de información e interpretación da natureza. Pódense realizar diversas rutas a pé ou en automóbil. Ruta das ermidas, Ruta da Historia, Ruta de Padín, Ruta de Padrenda, Ruta de Queguas, Ruta das Sombras e Ruta de Cela a Pitões.
- **O Invernadeiro, Vilariño de Conso (Ourense)**, de 5.722 ha. Existe unha aula da natureza dentro do parque onde se pode pasar a noite a fin de semana con aviso previo.
- **Fragas do Eume: Cabanas, A Capela, Monfero, Pontedeume, As Pontes (A Coruña)**, de 9.126 ha. Ten varios carreiros por percorrer, dende as proximidades do Mosteiro de Caaveiro ata o Mosteiro de Monfero.
- **Serra da Enciña da Lastra. Rubiá (Ourense)**, de 3.151,67 ha.

5.2.- OS ESPAZOS NATURAIS EN RÉXIME DE PROTECCIÓN XERAL

Segundo a Lei de Conservación da Natureza (9/2001), son aqueles espazos que conteñan elementos ou sistemas naturais de particular valor, interese ou singularidade, tanto debido á acción e evolución da natureza como á actividade humana, e que fosen declarados como tales. Galicia conta cos seguintes espazos naturais:

- Ría de Ortigueira. Ortigueira (A Coruña).
- Complexo intermareal Umia-Grove, A Lanzada, lagoa Bodeira e Punta Carreirón. A Illa de Arousa, Cambados, Ribadumia, Meaño, Sanxenxo e O Grove (Pontevedra).
- Lagoa e areal de Valdoviño, Valdoviño (A Coruña).
- Ribadeo (Lugo).
- Encoro de Abegondo-Cecebre (A Coruña).
- Reserva nacional de Caza dos Ancares (Lugo).

- Lagoa do Rei, Rábade (Lugo).

5.3.- ACAMPAR EN GALICIA

Segundo o Decreto 236/1985:

- Prohíbese a acampada libre.
- Permítese a acampada itinerante, que é aquela que respectando os dereitos da propiedade e o uso do solo ten que cumprir os seguintes requisitos:
 - Estar fóra de zonas de cámpings.
 - Grupo máximo de 3 tendas ou caravanas.
 - Separados doutros grupos por un percorrido mínimo de 500 metros
 - Unha permanencia máxima de dúas noites (para a 2.^a noite necesítase autorización municipal).
 - Un máximo de 9 persoas.
 - Cun percorrido mínimo de 3 km dun cámping público ou zona concorrida.
 - Percorrido mínimo de 300 metros da zona de deslinde marítimo-terrestre.
 - Percorrido mínimo de 100 metros das marxes dun río ou estrada.

5.4.- ACAMPADAS PARA MOZOS

Existe unha normativa sobre a acampada para mozos de ata 30 anos. Segundo o Decreto 50/2000 do 20 de xaneiro (DOG do 10-3-00), no que se regulan todas as actividades de aire libre, consideradas como tales:

- acampadas
- campos de traballo
- marchas volantes ou rutas
- campamentos ou colonias

Fálase tamén neste decreto dos promotores, dos requisitos do persoal técnico dirixente, das obrigas do responsable da actividade, da documentación necesaria durante a actividade, do procedemento de autorización, das limitacións da práctica das ditas actividades, das normas de carácter sanitario, da inspección e do asesoramento.

Para realizar calquera actividade de aire libre haberá que presentar:

- Solicitud normalizada.
- Informe favorable das autoridades sanitarias.
- Relación de compoñentes cadro técnico-directivo.
- Datos do responsable da actividade.
- Acreditación da persoa que asina a solicitude.
- Asistencia médica prevista.
- Condicións técnicas da acampada/campamento.
- Plano gráfico ou bosquejo do lugar de localización.
- Fins, obxectivos e programa da actividade.
- Autorización do titular do terreo.
- Número de participantes e idade.
- Autorización, por escrito, do titular de dereitos de uso e gozo do terreo que se ocupa.
- Copia do escrito (deberá figurar o Rexistro de Entrada) dirixido ao alcalde do concello informándoo da intención de realizar a actividade e do lugar de pernocta.
- Se a actividade se vai realizar nun espazo natural deberá presentar copia de autorización do órgano xestor deste.
- Autorización para facer lume de acampada, se é o caso.

- Se se trata dun campo de traballo, ademáis deberá presentar: o perfil dos participantes, composición do equipo técnico, programa de traballo e medios cos que conta o campo para a súa realización e horario de traballo.

¿Onde?: na Consellería de Traballo e Benestar. E nas súas delegacións provinciais, dependendo da provincia onde se realice a actividade.

■ **SUBDIRECCIÓN XERAL DE CENTROS E SERVIZOS Á XUVENTUDE**

SERVIZO DE PROMOCIÓN DE ACTIVIDADES E SERVIZOS

Edificio administrativo San Lázaro, s/n 3º andar

15781 SANTIAGO DE COMPOSTELA

Teléfono: 981 544838 Fax: 981 544 867

■ **DELEGACIÓN PROVINCIAL DA CORUÑA**

Servizo de Xuventude

Rúa Enrique Mariñas, s/n Edificio Proa.

15009 A CORUÑA

Teléfono: 881881236/39/41

■ **DELEGACIÓN PROVINCIAL DE LUGO**

Servizo de Xuventude e Voluntariado

Rolda da Muralla, n.º 70

27071 LUGO

Teléfono: 982 294 346

■ **DELEGACIÓN PROVINCIAL DE OURENSE**

Servizo de Xuventude

Avda. da Habana, n.º 81 baixo

32004 OURENSE

Teléfono: 988 386 112

■ **DELEGACIÓN PROVINCIAL DE PONTEVEDRA**

Servizo de Xuventude

R/ Fernández Ladreda, 43- 4º Andar

36003 PONTEVEDRA

Teléfono: 986 805530

■ **DELEGACIÓN PROVINCIAL DE PONTEVEDRA (VIGO)**

Servizo de Xuventude

Concepción Arenal, 8-1.º

36201 VIGO

Teléfono: 986 817 048

6.-Traballando

6.1.-HOSTALERÍA

Nos seguintes grupos hostaleiros dispoñen de páxinas web para que lles remitas ou teu currículo:

Sol-Meliá: www.solmelia.com

Nh Hoteis: www.nh-hoteis.com

As distintas asociacións de empresarios de hostalería contan cunha bolsa de traballo e unha páxina web para introducir os teus datos.

■ **Asociación de Empresarios de Hostalaría de Santiago**

R./República Arxentina, 38, 1.º esq.

15706 Santiago (A Coruña)

Tfno.: 981 592 700

Correo electrónico: info@santiagohosteleria.com

<http://www.santiagohosteleria.com>

■ **Federación de Empresarios de Hostalaría de Pontevedra**

R./García Barbón, 90, 1.º D

36201 Vigo

Tfno.: 986 432 400

Http: www.feprohos.org

Correo electrónico: mercadotecniafeprohos.org

■ **Asociación Provincial de Hostalaría da Coruña**

R./Nóvoa Santos, 6-8, 1.º

15006 A Coruña

Tfno.: 981 295 400

Http: www.asociacionhosteleria.es

Correo electrónico: belen@asociacionhosteleria.org

6.2.-GRANDES ÁREAS COMERCIAIS

As grandes áreas comerciais tamén ofertan prazas para traballo de todo tipo, dende dependentes a oficinistas ou informáticos.

■ **Inditex:**

Grupo **especializado en moda, está integrado por máis de 32.000 profesionais en 45 países.** Inclúe marcas coma Zara, Massimo Dutti, Bershka, Stradivarius...

Podes consultar as vacantes na súa páxina web: www.inditex.es

■ **Ikea**

Empresa especializada en mobles e artigos do fogar. Oferta traballos en administración, finanzas, caixas, atención ao cliente, compras, comunicación e deseño de interiores, loxística, almacén, mercadotecnia e restaurante.

Páxina web: www.ikea.com

■ **Mc Donald's**

Oferta múltiples posibilidades de traballo para mozos sen experiencia laboral, estudantes, amas de casa.

Http: www.mcdonalds.es

■ **O Corte Inglés**

Grandes almacéns con sucursais en toda España, ten postos para dependentes, repoñedores e persoal de oficina. Podes formar parte da base de datos para os procesos de selección enviando ou teu currículo por correo electrónico ou presentándoo en persoa:

Departamento de Selección de Persoal. De 10,00 a 13 horas, de outubro a xuño.

R./Ramón e Cajal, 57-59

15006 A Coruña

E-mail: seleccionpersonalcoruna@elcorteingles.es

-Departamento de Selección de Persoal.

R./Restollal, 50

15702 Santiago de Compostela (A Coruña)

Departamento de Selección de Persoal. Luns a venres de 10,00 a 13,00 horas.

Gran Vía, 25

36204 Vigo

Enderezo de correo electrónico: seleccionpersnoalvigo@elcorteingles.es

6.3.- PARQUES TEMÁTICOS

Os traballos que se poden atopar nos parques son moi variados; monitores, animadores, persoal de hostalaría, dependentes, socorristas... Aquí tes os enderezos máis importantes:

Universal Mediterránea/Port Aventura (Dpto. RR. HH.)

Avda. Alcalde Pere Molas, km 2

43480 Vila Seca - Tarragona (ap. 90)

Enderezo de correo electrónico: recursos.humans@portaventura.es

Enviar currículo cunha foto recente.

Http: www.portaventura.es

Parque Illa Máxica, S.A.

Pavillón de España. Illa da Cartuxa

41092 Sevilla

Tfno.: 902 161 716

Correo electrónico: atc@islamagica.es

<http://www.islamagica.es>

Terra Mítica

R./Benidorm a Finestrat

Partida do Moralet, s/n

03502 Benidorm

Alicante

Tfno.: 902 020 220

Http: www.terramiticapark.com

Disneyland París

Disneyland Resort París

Service net Recrutement B.P. 110

F-77 777 Marne a Vallée. CEDEX.04

Enderezo de correo electrónico: dlp.casting.Fr@disney.com

<http://www.disneylandparis.es>

6.4.-EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL

As grandes empresas de traballo persoal incrementan as súas contratacións en verán, a maioría destes postos non requiren unha formación específica pero valoran o dominio do idioma inglés. A continuación atoparás un directorio coas principais empresas de traballo temporal, nel especifica ou tipo de persoal que contratan.

Empresa Postos Máis información

-Ader

A Coruña: 981 122 784

Lugo: 982 284 379

Ourense: 988 250 026

Vigo: 986 439 571

Vilagarcía: 986 565 096

<http://www.ader.net>

-Adecco

Persoal administrativo e comerciais

Tfno.: 902 302 030

Http: www.adecco.es

-Manpower Camareiros, cociñeiros, animadores, guías turísticos, condutores, limpadores e socorristas.

Tfno.: 902 121 093

A Coruña: 981 266 144

Ferrol: 981 351 855

Santiago: 981 594 400

Coruña: 981266144

Lugo: 982 254 489

Ourense: 988 370 600

Pontevedra: 986 862 412

Vigo: 986 294 612

Http: www.manpower.es

- **Nortempo** Todo tipo de persoal. Tel. 902405060

A Coruña: 981 145 599

Boiro: 981 847 518

Ferrol: 981 319 181

Lugo: 982 251 429

O Porriño: 986 344 159

Ourense: 988 250 688

Santiago: 981 590 565

Vigo: 986 493 131

Vilagarcía: 986 565 065

Http: www.gruponortempo.com

-**Randstad** Persoal de limpeza, camareiros, dependentes, envasadores, teleoperadores, recepcionistas, promotores, comerciais, auxiliares administrativos, peóns e mozos.

A Coruña: 981 145 621

Ferrol: 981356566

Santiago: 981 568 360

Lugo: 982 254768

Vigo: 986 223 317

Ourense: 988231000

http: www.randstad.es

7.-Programa de prácticas en empresas para estudantes

A Fundación Empresa e Universidade Galega puxo en marcha o Programa de prácticas de empresas para estudantes, orientado a incentivar o primeiro contacto entre a empresa e os estudantes dos últimos cursos de especialidades impartidas nas universidades de Galicia. As prácticas realízanse entre os meses de xullo e outubro.

Existe tamén a posibilidade para os recen titulados (derradeiros 3 anos), menores de 30 anos.

Máis información:

Oficinas centrais:

Fundación Empresa-Universidade Galega (Feuga)

Rúa Lope Gómez de Marzoa, s/n, Campus Universitario Sur.

15705 Santiago de Compostela

Tfno.: 981 534 180

Fax: 981 524 351

Enderezo de correo electrónico: feuga@feuga.es

Http: www.feuga.es

Oficina de Vigo:

Fundación Empresa-Universidade Galega (Feuga)

Área Comercial local A-9

Campus Universitario. Lagoas-Marcosende

36310 Vigo

Tfno.: 986 812 665

Fax: 986 812 666

Enderezo de correo electrónico: feuga@feuga.es

Http: www.feuga.es

Na Coruña existe o Programa Tempus en convenio coa Fundación Universidade da Coruña

Máis información: Paseo de Rolda, 47-2.^a planta

Campus de Riazor

15011 A Coruña

Fax: 981 167 040

<http://www.fundación.udc.es>

No Centro Coordinador de Información e Documentación de Galicia podes consultar as seguintes guías de empresas:

- Guía das empresas que ofrecen emprego (Fundación Universidade Empresa).
- 5.000 empresas galegas (O Correo Galego).
- Guía Ardán, Galicia: 10.000 empresas, directorio e informe económico.

8.-No estranxeiro

8.1.-PRÁCTICAS EN ORGANISMOS INTERNACIONAIS

O Ministerio de Asuntos Exteriores e a Axencia Española de Cooperación Internacional poñen á disposición dos cidadáns unha web para información e busca de oportunidades de emprego en organismos oficiais internacionais. A información diversifícase en varias páxinas, en función do tipo de emprego e da carreira cursada: prácticas, emprego temporal ou carreira profesional permanente. Existe, en cada unha das seccións de busca de emprego, unha liña específica de programas para mozos e mozas:

- Bolsas e prácticas profesionais.
- Mozos cooperantes.
- Mozos expertos.

As prácticas en organismos internacionais, tamén chamadas traineetrips.

Algúns organismos ofertan prazas en diferentes períodos do ano e outros só durante o verán. As disciplinas onde hai máis posibilidades son:

- Economía
- Enxeñería
- Dereito
- Tradución
- Documentación

Esíxese falar, polo menos, dous idiomas e hai un proceso de selección moi competitivo. Se queredes probar sorte:

- Prácticas en organismos europeos:

<http://internacional.universia.net/verán>

- Prácticas en organismos de Nacións Unidas (en castelán)

<http://www.un.org/spanish/Depts/OHRM/intern.htm>

- Páxina onde podemos coñecer as vacantes existentes en cada organización internacional e poder enviar unha solicitude.

<http://jobs.un.org>

- Páxina onde pódese atopar unha guía na que se detallan todos programas de prácticas ligados ás Nacións Unidas, tamén pódense consultar as vacantes.

<http://www.mae.es>

Máis información:

www.aeci.es

www.un.org/aroundworld/map

www.europarl.eu.int/stages/default-en.htm

www.ue.eu.int/concours/default.asplang

8.2.- A REDE EURES

Informa sobre o sistema de vida e tamén sobre os posibles traballos na Unión Europea tanto temporais coma indefinidos.

Máis información:

■ Provincia da Coruña

Delegación Provincial DA Consellería de Traballo e Benestar. Dpto. Territorial da Coruña

R./Fernando Macías, 8-10, 1.º

15008 A Coruña

Tfno.: 981 291 244 /294 533

E-mail:: eures-coruna.lopez@sepe.es

■ Provincia de Lugo

Departamento Territorial de Lugo da Consellería de Traballo e Benestar

Edificio Administrativo Rolda da Muralla, 70

27071 Lugo

Tfno.: 982 294 285

E-mail:: eures-lugo.santalla@isepe.es

■ **Provincia de Pontevedra**

Oficina de emprego de Tui. Servizo Galego de Colocación
R./Casas Abou,19
36700 Tui. V
Tfno.: 986 604 447
E-mail: eures-pontevedra.serrano@sepe.es

■ **Provincia de Ourense**

Oficina de emprego centro. Servizo Galego de Colocación
R./Progreso, 11
32003 Ourense
Tfno.: 988 222 636
Enderezo de correo electrónico: eures-ourense.serrano

8.3.-AU-PAIR/ TRABALLO HOSTALERÍA/ AGRÍCOLA/ CURSOS DE IDIOMAS

Existen unha serie de axencias que xestionan o teu traballo de tempada no estranxeiro. Nelas podes atopar traballos de au-pair, traballos en hostalaría e traballos agrícolas fundamentalmente. Igualmente xestionan cursos de idiomas. Cobran unha cota en función dúas servizos que se prestan. Algúns enderezos:

■ **Angloscola**

Delegada: Eva M.^a Pérez
Tfno.: 981 255 741 e 981 924 303
[http: www.angloschola.com](http://www.angloschola.com)

■ **Feedback Galicia**

R/ Feáns, 15 baixo - A 15706
Santiago de Compostela (A Coruña)
Tfno.: 981 590 220
Fax: 981 590 213
Enderezo de correo electrónico: feedbackga@gmail.com
[http: feedbackgalicia.galeon.com](http://feedbackgalicia.galeon.com)
www.estanciasfuera.com

Programas au-pair, cursos de idiomas, traballo non Reino Unido e Irlanda

■ F.S.L.

Delegada Coruña: Nelly Rey

Tfno.: 981 257 854 e 618 223 662

Delegada Vigo: Ana María Iglesias

Tfno.: 609347647

<http://www.fsl.es>

■ Gali au-pair

R./Hórreo, 19, local 9 (Galerías Viacambre)

15702 Santiago de Compostela (A Coruña)

Tfno.: 981 570 599

Enderezo de correo electrónico: galiau-pair@galiaupair.com

<http://www.galiaupair.com>

■ Get Ready

Irmáns Bécquer, 6

28006 Madrid

Enderezo de correo electrónico: info@getready.es

[Http://www.getready.es](http://www.getready.es)

Tfno.: 902 889 359

Delegada en Galicia: Teresa Curral Tfno.: 981 209 008

■ Interclass:

Delegación Pontevedra: Viaxes Circe. Tfno.: 986 852 606

Delegación Vigo: Idiomas Ucha. Tfno.: 986 435 850

<http://www.interclass.es>

■ Interway

Delegada Coruña/Ferrol: Patricia Pérez

Tfno.: 678 466 120

Delegación de Vigo: Lara Menéndez

Tfno.: 678 773 252

<http://www.interway.es>

■ -She-Herdanza:

Delegado: Carlos López

R/ Juan Flores, 36, 2.º, 15004 A Coruña

Tfno.: 981 256 421

8.4.-PÁXINAS WEB PARA A BUSCA DE EMPREGO

www.ceg.es

www.cimo.org

www.contactosdetrabajo.com

www.empleo.net

www.empleogalicia.com

www.infojobs.net

www.infoempleo.com

www.laboris.net

www.monster.es

www.www.tea-cegos-selección.es

www.trabajos.com

8.5.-PORTAIS QUE OFERTAN TRABALLOS DE VERÁN NO ESTRANXEIRO

<http://www.aplus-summerjobs.com> (Engloba a máis de 2000 empresas que ofertan traballos de tempada).

<http://www.jobmonkey.com>

<http://www.jobweb.com> (Portal que contén bases de datos con traballos para graduados e estudantes en Estados Unidos, tamén prácticas).

<http://europa.eu.int/> (Recursos para mozos que desexan atopar un traballo no verán). En castelán.

<http://www.summerjobs.com> (Portal especializado en traballos de verán no territorio estadounidense e tamén para outras partes do mundo).

<http://www.pole-emploi-internacional.fr>

9.-Cursos de verán 2011 en Galicia

9.1- UNIVERSIDADE DE SANTIAGO

Campus de Compostela

Secretaría dos cursos de verán

Vicerreitoría de Extensión Cultural e Servizos á Comunidade Universitaria.

Colexio de San Xerome. Praza do Obradoiro s/n

Tfno.: 981 563 100, ext. 11018 e 11103

Campus de Lugo: Secretaría dous Cursos de Verán. Vicerreitoría de Coordinación do Campus de Lugo.

Praza de Pío XII, 3. Tfno.: 982 285 900 ext. 21513

IMPORTE DA MATRÍCULA

Taxa xeral

- cursos de 30 ou máis horas lectivas: 120 €
- seminarios e xornadas de menos de 30 horas: 70 €

Taxa reducida, aplicable a estudantes de calquera universidade ou en estudos de formación profesional, persoas desempregadas e PDI e PAS da USC

- cursos de 30 ou máis horas lectivas: 70 €
- seminarios e xornadas de menos de 30 horas: 40 €

SANTIAGO DE COMPOSTELA

Como transmitir malas noticias: aspectos psicolóxicos, clínicos y ético-Xurídicos

18-22 de xullo

40 horas

Traballo diario con Ubuntu, o sistema operativo libre da usc y do proxecto Abalar

18-22 de xullo

20 horas

O Medioambiente en Galicia. Unha visión multidisciplinar

18 - 22 de xullo

30 horas

O compromiso social da xuventude: participación e aprendizaxe-servicio

18 - 21 de xullo

30 horas

- **Documentos e presentacións científicas: Latex**
18 - 22 de xullo
30 horas
- **Os incentivos públicos e a empresa gallega. Unha vía para a saída da crisis**
19 – 22 de xullo
30 horas
- **Mediación con menores: escolar, familiar...**
19 e 22 de xullo
30 horas
- **Cuartas Leccións Xacobeas Internacionais na usc: os sentidos no camiño**
20 – 23 de xullo
30 horas
- **Educación inclusiva para o desenrolo comunitario sostenible**
21 e 22 de xullo
16 horas
- **Boas prácticas na informática e en internet con ferramentas floss**
23,30 de xullo e 6 de agosto
15 horas
- **Deseño e autoedición con software libre: logotipos, revistas y retoque fotográfico**
2,9,16 de setembro
15 horas
- **Cómo localizar aplicativos o galego-Aprende traducindo**
5 a 8 de setembro
16 horas
- **Longevidad e benestar dende unha perspectiva de xenro: A contribución das persoas mióres**
6 a 9 de setembro
16 horas
- **Xudeus, musulmáns e cristiáns: Un dialogo urxente. Seminario sobre as relixións abrahámicas-monoteístas**
28 e 9 de setembro
16 horas
- **Pobreza e infancia. Retos a cooperación o desenvolvemento**
12 – 14 de setembro
25 horas

- **Témoslle Ley: o galego no dereito**
12 - 14 de setembro
25 horas
- **Hacia o abastecemento enerxético: microxeneración distribuída de enerxías térmica e eléctrica**
12 a 15 de setembro
30 horas
16 horas
- **Dieta Atlántica : nutrición e gastronomía. Beneficios para a saúde, benestar e lonxevidade**
9 - 11 de setembro
40 horas

● LUGO

- **O inxeniero agrónomo; presente, pasado e futuro**
18 – 19 de xullo
15 horas
- **A voz coma ferramenta de traballo na profesión docente. Recursos e estratexias de emprego**
19- 21 de xullo
18 horas
- **2011 Ano Internacional dos bosques: Unha aproximación dende Galicia**
19-22 de setembro
16 horas
- **Autoprotección e prevención de accidentes en centros escolares de educación infantil, primaria e secundaria**
5 a 9 de setembro
30 horas
- **Razas autóctonas de Galicia e sus produtos tradicionais**
7 a 9 de Setembro
30 horas
- **A grasa alimentaria : ¿enimiga o aliada?**
12-14 de setembro
20 horas
- **A custodia compartida nas separacións e divorcios: un enfoque multidisciplinar**
14-16 de setembro

24 horas

SARRIA

- **O deenvolvemento económico da zona centro-sur da provincia de Lugo: Sectores forestal, agropecuario e servizos**

18 - 21 de xullo

30 horas

Límite de alumnos: 75

- **Camiño de Santiago, comunicación e dinamización económica**

26 - 30 de xullo

30 horas

Límite de alumnos: 60

GUITIRIZ

- **Auga e territorio: A Ruta da auga en Guitiriz**

18 e 19 de xullo

16 horas

- **Paisaxes simbólicos na nosa cultura**

20 a 22 de xullo

22 horas

VILAGARCÍA DE AROUSA

- **A Camelia: Influencia no desenrolo do sector viverístico ornamental e o turismo en Galicia**

15 e 16 de setembro

15 horas

CALDAS DE REIS

- **A muller e os fluxos migratorios en Galicia**

26 - 29 de xullo

30 horas

FOZ

- **X Curso de historia da Educación, paisaxe e excursionismo: Os proxectos educadores na natureza**

19 - 22 de xullo

32 horas

LALÍN

- **Novas fronteiras na igualdade de oportunidades : Educar para a igualdade de trato**

19 – 22 de xullo

30 horas

RIBADEO

- **A torre dos Moreno e A Arte do seu tempo: Emigración, Patrimonio cultural e Restauración**

20 - 22 de xullo

25 horas

- **Agroecoloxía e desenvolvemento rural**

27 e 28 de xullo

15 horas

ARZÚA

- **Cincuenta anos de sindicalismo agrario en España: Da ditadura a democracia(1936-1986)**

8 a 10 de setembro

20 horas

RIBADUMIA

- **Xornadas de actualización na problemática fitosanitaria do viñado**

8 e 9 de setembro

15 horas

SANXENSO

- **Estrés e saúde: A saúde nas profesións con alto risco de estrés**

19 e 20 de xullo

16 horas

SEOANE DO CAUREL

- **O Patrimonio da serra do Caurel**

5 a 7 de setembro

24 horas

9.2-. *CURSOS IDIOMAS EN SANTIAGO DE COMPOSTELA*

9.2.1 A asociación ex-alumnos da Escola Oficial de Idiomas de Santiago.

Organiza do 1-29 de xullo curso de idiomas no local da escola en Santiago Noia e Ribeira Os cursos son os seguintes:

Santiago de Compostela

- Alemán (inciación) de 10 a 12 h.
- Francés Básico (nivel A2) de 10 a 12 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel básico A2) de 10 a 12 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel básico A2) de 16 a 18 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel intermedio B1) de 10 a 12 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel intermedio B1) de 16 a 18 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel avanzado B2) de 10 a 12 h.
- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel avanzado B2) de 16 a 18 h.
- Italiano (inciación) de 16 a 18 h.

Noia (1-14 xullo, luns a venres):

- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel intermedio B1) de 10 a 12 h./li>

Ribeira (1-14 de xullo, luns a venres)

- Inglés Destrezas Comunicativas (nivel intermedio B1) de 10 a 12 h

Máis información: R/ Ulpiano Villanueva, 1-2

15705 Santiago de Compostela

Tfno. 981 554 710 Fax: 981 554 875

<http://www.eoisantiago.org>

Enderezo de correo electrónico: eoisantiago@edu.xunta.es

aslumnado@eoisantiago.org

9.2.2 Centro de Linguas Modernas

- **Outra opción tes no seguinte catálogo de cursos que organiza o Centro de linguas Modernas de Santiago de Compostela, nos campus de Santiago e Lugo**

Datas: 11-22 de xullo en quenda de mañá ou tarde

Horarios dos cursos:

Curso e nivel	Campus	Quenda de mañá	Quenda de tarde
	Sant. – S Lugo – L	9:30h - 13:45h	16:15h - 20:30h
Alemán n. intermedio	S	X	
Francés n. intermedio	S	X	
Inglés n. intermedio	S		X
Inglés n. avanzado	S	X	
Italiano n. iniciación	S	X	
Polaco n. iniciación	S	X	
Portugués n. iniciación	S	X	
Checo n. iniciación	S	X	
Alemán n. intermedio	L	X	
Francés n. intermedio	L		X
Inglés n. intermedio	L	X	
Italiano n. iniciación	L		X
Portugués n. iniciación	L	X	
Árabe n. iniciación	S	X	
Catalán n. iniciación	S	X	
Chinés n. iniciación	S		X
Español comercial n. intermedio	S		X
Grego moderno n. iniciación	S	X	
Ruso n. iniciación	S		X
Xaponés n. iniciación	S		X

5

Para cursos no Campus de Santiago

Negociado do Centro de Linguas Modernas
 Edificio da Facultade de Filoloxía, 1ª Planta
 Avda. De Castelao s/n
 Santiago de Compostela
 Tel. 881811757
 Email: clm@usc.es

Para cursos no Campus de Lugo

Centro de Linguas Modernas
 Edificio Intercentros
 Lugo

Tel. 982 822460

9.3.CURSOS VERÁN UNIVERSIDADE DA CORUÑA

CURSOS DE VERÁN 2011

Matrícula

Oficina de Cursos, Casa do Lagar, campus de Elviña, teléf. 981 167 000 ext. 1963

occocc@udc.es

<http://www.udc.es/occ>

de luns a venres de 10:00 a 14:00 h.

9.4.CURSOS VERÁN UNIVERSIDADE DE VIGO

Información:

Reitoría

Campus Universitario

36310 Pontevedra

986 812000

[http: www.uvigo.es](http://www.uvigo.es)

9.5.UNIVERSIDAD MENENDEZ PELAYO

Información e matrículas:

Pontevedra

Secretaría de Alumnos

Pazo da Cultura. Rúa Alexandre Bóveda, s/n

36005 Pontevedra

Tfno.: 986 874 092

Enderezo de correo electrónico: pontevedrasa@uimp.e

[http: www.uimp.es](http://www.uimp.es)

A Coruña

Secretaría de Alumnos da UIMP

Rúa San Francisco, s/n

15001 A Coruña

Tfno.: 981 140 790

Enderezo de correo electrónico: www.galiciasauimp.es

9.6. UNIVERSIDADE DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

XV Cursos de Verán Uned. Centro Asociado da Coruña

Información e matrícula:

R/Pepín Rivero, 3

Tfno.: 981 145 051

Correo electrónico: info@a-coruna.uned.es

<http://www.uned.es/ca-a-coruna>

-**Extensión de Ferrol:** R./María, 52-54. Tel.: 981 364 026

-**Extensión de Viveiro:** Avda. Cervantes, s/n. Tfno.: 982 56 36 01

Cursos programados

9.7. UNIVERSIDADES EN ESPAÑA QUE OFRECEN CURSOS DE VERÁN

Universidade Alcalá de Henares: www.uah.es

Universidade de Alicante: www.univerano.ua.es

Universidade de Almería: <http://nevada.ual.é:81/CURSOSVERANO/index.php>

Universidade de Barcelona <http://www.ub.edu/estiu/>

Universidade de Cádiz: www.uca.es

Universidade de Cantabria: <http://www.unican.es/webuc/internet/>

Politécnica de Cataluña: <http://www.upc.es/>

Universidade CEU San Pablo: <http://www.rrii.uspceu.é/pages/summer-school/rrii-summer-school.html>

Universidade de Córdoba: <http://www.uco.es/estudos/sep/corduba/>

Universidade Complutense: www.ucm.es

Universidade complutense no Escorial: <http://www.ucm.es/info/ucmp/index.php>

Universidade de Extremadura:

http://www.unex.es/unex/gobierno/direccion/viceext/estructura/cursos_verán/

Universidade de Granada: <http://www.ugr.es/ugr/index.php?page=estudos/verán/index>

Universidade Jaime I: <http://www.uji.es/CA/serveis/sasc/cest2008/>

Universidade Juan Carlos I: www.urjc.es

Universidade de Málaga: <http://www.fguma.es/cursosverano/>

Universidade de Oviedo: www.uniovi.es

Universidade Pablo de Olavide en Carmona: <http://www.upo.es/olavideencarmona/>

Universidade País Vasco: <http://www.sarrera.ehu.es>

Universidade Politécnica de Madrid <http://www.upm.es/cursosverano/cursos.html>

Universidade de Salamanca: www.usal.es

UIMP en Santander: www.uimp.es

Universidade de Teruel: <http://teruel.unizar.es>

Xarxa estiu: <http://www.estiu.info/>

Universidade de Zaragoza: www.unizar.es

10.-Outras actividades en Galicia

10.1.- FESTIVAL INTERNACIONAL DO MUNDO CELTA DE ORTIGUEIRA

Datas: 8-9-10-11 de xullo do 2011

Lugar: Ortigueira. A Coruña

Contido: distintas actuacións de música folk, obradoiros de danza, fotografía, instrumentos tradicionais, feira de artesanía, desfile e actuacións de bandas, radio en directo, actuacións espontáneas.

Máis información e programa: www.festivaldeortigueira.com

10.2.- RAZSURF

Actividade: XVIII campamentos de surf.

Entidade: rázsurf.

Contido: oferta varios cursos de 7 ou 10 días de duración para elixir durante os meses de xuño, xullo, agosto e setembro, na praia de Razo (A Coruña). Inclúe a estada en pensión completa, actividades e todo o material necesario. Este ano tes varias opcións: -surf-camp

-surf-camp para nenos menores de 17 anos, surf-skate, surf-kite, surf-inglés, só clases

Máis información: www.artsurfcamp.com

Tfno.: 638123495/616605787

Correo electrónico: info@artsurfcamp.com

10.3.- FRANCÉS

Convoca: Alliance Française.

Contido: cursos de francés en distintas localidades de Francia e Bélxica durante os meses de verán. Programas específicos para mozos/as que inclúen actividades de lecer e tempo libre, campamentos de inmersión lingüística ou francés lúdico.

Datas: verán

Prazo: ata cubrir as prazas.

Informa: Alliance Française. Tel.: 902 012 866

Enderezo de correo electrónico: www.alliancefrancaise.es

11.-De festa

11.1.-FESTAS DE INTERESA TURÍSTICO

Na Comunidade Autónoma de Galicia contabilízanse 54 festas declaradas pola Administración de interese turístico, a maioría celébranse non verán e teñen un carácter relixioso, lúdico ou gastronómico. Unha é de interese turístico internacional, 21 de interese turístico nacional e 32 de interese turístico de Galicia. A continuación atoparás as máis relevantes do verán:

11.2.-FESTAS DE INTERESE DE GALICIA

- Fogueiras de San Xoán. A Coruña: noite do 23 de xuño.
- Festival Internacional do Mundo Celta de Ortigueira (A Coruña): primeira quincena de xullo.
- Gran Premio de Carrilanas de Esteiro. Muros (A Coruña): terceiro fin de semana de xullo.
- Romaría da Fraga das Pontes (A Coruña): 24 e 25 de xullo.
- Mostra da Cheiraría de Buño. Buño-(Malpica de Bergantiños ,A Coruña): segunda quincena de agosto.
- A Virxe de Guadalupe. Rianxo (A Coruña): 8 de setembro.
- Feira do Bonito, en Burela (Lugo): primeiro sábado de agosto.
- Queimada Popular de Cervo (Lugo): sábado seguinte ao 16 de agosto.
- Festa do Pemento de Arbo. Arnoia (Ourense): primeiro fin de semana de agosto.
- Romaría da Saínza. Rairiz de Veiga (Ourense): setembro.
- Festa do Pemento de Herbón. Padrón (Pontevedra): primeiro sábado de agosto.
- Festas de San Roque de Vilagarcía (Pontevedra): semana do 16 de agosto.

- Festa da Empanada de Bandeira. Silleda (Pontevedra): terceiro sábado de agosto.
- Romaría da Virxe da Franqueira. A Cañiza (Pontevedra): 8 de setembro.

11.3.- FESTAS DE INTERESE NACIONAL

- Festas Patronais de San Roque, en Betanzos (A Coruña): do 14 ao 25 de agosto.
- Festas Patronais de San Roque, en Sada (A Coruña): 16 de agosto.
- Romaría de Nosa Señora da Barca, en Muxía (A Coruña): domingo seguinte ao 8 de setembro.
- A Rapa das Bestas de Candaoso en San Andrés de Boimente. Viveiro (Lugo): primeiro domingo de xullo.
- Festas patronais de San Lourenzo, en Foz (Lugo): 10 de agosto (día grande).
- Festa da Santa Cruz de Ribadeo (Lugo): 1.º domingo de agosto.
- Romaría do Naseiro, Viveiro (Lugo): finais de agosto.
- Festa do Polbo do Carballiño (Ourense): 2.º domingo de agosto.
- Festa da Historia en Ribadavia (Ourense): último sábado de agosto.
- A Rapa das Bestas de San Lourenzo de Sabucedo. A Estrada (Pontevedra): Primeira fin de semana de xullo.
- Festa de San Bieito de Lérez (Pontevedra): 11 de xullo.
- Festa do Viño Albariño de Cambados (Pontevedra): 1.º domingo de agosto.
- Romaría Viquinga de Catoira (Pontevedra): primeiro domingo de agosto.

11.4.-FESTAS DE INTERESE INTERNACIONAL

- Festas do Apóstolo Santiago (A Coruña): 25 de xullo.
- Máis información non teléfono: 981 542 343.

12.-Outras cousas por ver e facer

PARQUES TEMÁTICOS

12.1.- -En Galicia:

Domus - Casa do Home

Santa Teresa, 1
15002 A Coruña

Tfno.: 981 189 840

O obxectivo deste espazo é divertir o visitante estimulando a súa curiosidade e facéndoo reflexionar sobre as características da especie humana.

Horario: xullo e agosto, de 9 a 21 horas.

Acuarium

Paseo Marítimo

15002 A Coruña

Tfno.: 981 189 842

Representación das distintas especies do ecosistema mariño galego.

Conta tamén con varias actividades:

- Facer ondas.
- Pilotar un barco.
- Como facer nós.
- Quen come a quen.

Horario: xullo e agosto, de 10 a 21 horas.

Acuapark

Cerceda

Tfno.: 696 961 015

É un parque acuático con piscinas, xogos e zonas verdes.

Pluton Park

Avda. de Peinador, 59, Mos (Vigo)

Tfno.: 986 288 081

É o primeiro e único parque de atraccións de Galicia. Aberto as fins de semana e mais os días festivos.

Vigo-Zoo

Parque zoolóxico da Madroa. Monte da Madroa. Praza dous Leóns, Vigo.

Tfno.: 986 267 783

Nas instalacións deste zoo atópanse 90 especies de animais procedentes de todo o planeta. Conta cun planetario, un insectario e unha exposición de astronomía. Xunto á beira do zoo discorre un sendeiro panorámico de longo percorrido.

Http:www.vigozoo.com

Kárting París Dakar

Praza de Maior, 36990 Sanxenxo (Pontevedra)

Tfno.: 986 723 977

Unha superficie total de 50.000 m con varias actividades, circuío de karts, campo de minigolf, lago con canoas, parque infantil, xogos, rutas de sendeirismo.

Acuarium Galicia

Punta Moreiras. O Grove (Pontevedra)

Tfno.: 986 731 515

Casa do Queixo

Casal de Abaixo, 2

15816 Grixalva - Sobrado dos Monxes (A Coruña)

Tfno.: 981 195 729

Atoparás utensilios, curiosidades e información sobre o mundo do queixo. Tamén hai un zoo de animais domésticos e pódense realizar actividades de tempo libre con monitores.

Museo do Parque Etnográfico do Arnoia

O parque etnográfico do Río Arnoia está integrado polos seguintes elementos:

Muíño do Burato: situado á beira do río Arnoia, é unha mostra representativa dos numerosos muíños hidráulicos que se poden atopar ao longo do río. Dende a súa rehabilitación, un muiñeiro móstralles aos visitantes a tradicional moenda de gran do cereal.

Muíño do Tecido "O Fiadeiro": Allariz, como importante zona de produción de liño e elaboración de tecidos durante o século pasado, conta na actualidade con esta mostra dos aparellos empregados no cultivo e transformación do liño, un antigo tear en uso e diversas pezas antigas tecidas a man.

Museo do Coiro "Fábrica de Curtidos Familia Nogueiras": nel aínda pódense observar os pilos da curtición e as ferramentas empregadas neste oficio.

Museo Galego do Xoguete:

É unha exposición de grande interese, que recolle unha colección de aproximadamente 700 xoguetes pertencentes a un veciño de Allariz.

Tfno.: 988 440 859

Enderezo: Casa da Cultura
R./Castelao s/n
Arnoia. Allariz. Ourense
Tfno.: 988 440 859

12.2.- EN ESPAÑA

Port Aventura .Tarragona

O parque divídese en cinco áreas temáticas, Mediterránea, Polinesia, China, México e Far West. As súas principais atraccións son: O Dragon Khan, Stampida, o Templo do Fog e Sexa Odyssey.

Web oficial do parque: www.portaventura.com

Tel.:902202220

Terra Mítica

Benidorm-Costa Branca

Tfno.: 902 020 220

Descrición: parque temático inspirado no antigo Mediterráneo. Conta con cinco áreas temáticas: Iberia, As Illas, Exipto, Grecia e Roma. Atraccións principais:

- Magnus Colosus (a maior montaña rusa de madeira de Europa).
- O voo do Fénix: atracción de caída libre.
- O labirinto do Minotauro: atracción interactiva.
- A furia do Tritón: atracción acuática.

Páxina web: www.terramiticapark.com

Warner Bros. Park

Nacional IV saída km 22 - San Martín de la Vega (Madrid)

Tfno.: 918 211 234

Descrición: parque dedicado ao cine e aos personaxes da Warner Bros como Piolín, Bugs Bunny, Tom e Jerry... Consta de 5 áreas temáticas con espectaculares atraccións referentes a películas como Batman ou Arma letal.

Páxina web: www.warnerbrospark.com

Illa Maxica

Illa da Cartuxa - Pavillón de España (Sevilla).

Tfno.: 902 161 716

Descrición: parque ambientado non mundo das descubertas. Constitueno 5 áreas temáticas con numerosas atraccións e espectáculos. As atraccións principais son:

- O xaguar: monta rusa.
- A furia dos deuses: nova atracción que simula unha serpe.
- Planetario.
- Iguaz: atracción acuática.

Página web: www.islamagica.es

Palmeira Anana Park

San Bartolomé de Tiranaja (Gran Canaria).

Tfno.: 928 140 276

Xardín botánico e ornitolxico cunha colección de 1.500 aves de 230 especies de todo o mundo. Tamén atoparás a Casa das Bolboretas, a Casa das Orqudeas e un acuario.

13.-O Camiño de Santiago

Chmaselle Camiño de Santiago  ruta de peregrinación que xurdiu cando persoas de todos os países comezaron a visitar ou sepulcro do Apóstolo Santiago, descuberto en Santiago de Compostela a principios do século IX. O Camiño foi declarado pola Unesco Patrimonio Universal da Humanidade en 1985 e Primeiro Itinerario Cultural Europeo en 1987.

13.1.-OS CAMIÑOS

As rutas establecidas para chegar a Santiago son:

- O Camiño Francés.
- A Ruta Xacobeas do Mar de Arousa.
- O Camiño do Norte.
- O Camiño Portugués.
- A Vía da Prata.
- O Camiño Inglés.
- O Camiño a Fisterra.

- O Camiño da Fonsagrada ou Astur-Galaico do Interior.

13.2.-A COMPOSTELA

É a certificación oficial que concede o Cabildo Catedralicio de Santiago, que ratifica a peregrinación por motivos relixiosos ou espirituais a Santiago. Para conseguila débese amosar a Credencial, co selo dos sitios polos que se peregrinou (refuxios). É necesario percorrer polo menos 100 km a pé ou 200 en bicicleta ou a cabalo.

13.3.-A CREDENCIAL

É un documento que acredita a condición de peregrino. Pódese atopar persoalmente nas asociacións do Camiño de Santiago e nos arcebispados.

13.4.-O BOTAFUMEIRO

Entre os séculos XIII e XIV é posible que principiase a funcionar o botafumeiro, un dous símbolos máis coñecidos da basílica compostelá. Símbolo sobre todo de purificación espiritual, este gran incensario, que precisa para ser movido sobre as alturas da catedral dun grupo de oito tiraboleiros, serviu nas súas orixes para limpar cheiros e purificar a Catedral de Santiago. O actual botafumeiro, de 1.10 metros de altura e 50 kg de peso, foi realizado en Santiago a mediados do século XVIII.

Podes atopar máis información nas seguintes entidades:

Archicofradía Universal do Apóstolo Santiago

Praza da Quintana, s/n

15704 Santiago de Compostela

<http://www.archicompostela.org>

Asociación Galega de Amigos do Camiño de Santiago

Rúa Costa Nova, 55

15705 Santiago de Compostela

Web: <http://www.amigosdelcamino.com>

Enderezo de correo electrónico: info@amigosdelcamino.com

Oficina de Acollida ao Peregrino

Rúa do Vilar, 1

15705 Santiago de Compostela

Tfno.: 981 568 846 Fax: 981 563 924

Http: www.archicompostela.org

Enderezo de correo electrónico: peregrinosarchicompostela.org

Oficina do Xacobeo

Rúa do Vilar, 30-32

15705 Santiago de Compostela

Tfno.: 981 572 004

Http: www.xacobeo.es

Enderezo de correo electrónico: información.xacobeo@xunta.gal

Catedral de Santiago www.catedraldesantiago.es

13.5.-ALBERGUES DO CAMIÑO

Os albergues no Camiño polo xeral son de utilización gratuíta e teñen preferenza os peregrinos que fan o camiño a pé. Ocúpanse por orde de chegada. Existen outras entidades que ofertan servizos similares pagando a estancia. Tamén podes utilizar os albergues xuvenís e os cámpings que pasen polo Camiño, nestes casos hai que aboar tamén a estancia.

Podes consultar os aloxamentos e outros datos de interese para facer o Camiño nas páxinas web que relacionamos deseguido:

www.xacobeo.es

www.turgalicia.es

www.amigosdelcamino.com

www.caminonorte.org

www.caminotino.com

www.caminosantiagoastur.com

www.viaplata.org

www.jacobeus.web.pt

www.camisantjaume.com

14.-Directorio:

■ Oficinas Tive de Galicia:

Praza do Matadoiro s/n
15703 Santiago de Compostela. A Coruña
Tfno.: 981 572 426

Oficina de Ferrol

R./Edif. Administrativo praza Camilo José Cela, 1.º- Ferrol
Tfno.: 981 337 290

Oficina da Coruña

Durán Loriga, 9-1.º
15003 A Coruña
Tfno.: 981 226 550

Oficina de Lugo

Rolda da Muralla, 70-3.º
27002 Lugo
Tfno.: 982 294 224

Oficina de Ourense

Avda. da Habana, 81
32004 Ourense
Tfno.: 988 386 118

Oficina de Pontevedra

Rúa Fernando Olmedo s/n
36001 Pontevedra
Tfno.: 986 866 790

Oficina de Vigo

Concepción Areal, 8-1.º 36201. Vigo. Pontevedra
Tfno.: 986 817 079

■ **Club de Montañismo en Galicia**

Provincia da Coruña

- Club Montaña Ferrol Apdo. de Correos 297
15480 - Ferrol
- Sección de Montaña Pórtico Astano Apdo. de Correos 994
15400 - Ferrol
- Sociedade de Montaña Ártabros Sta. Teresa 14 Baixo
15002 - A Coruña
- Sección de Montaña Taranis Praza de Santo Domingo 1
15001 - A Coruña
- Agrupación Montañeiros Independentes San Nicolás 45 1.º A 15001
- A Coruña
- Club de Montaña Pico do Castro Rúa Falperra 6- 6.º D
15005 - A Coruña
- Centro Excursionista Galego Rúa Ines de Castro 7 - Baixo
15005 - A Coruña
- S.M.Clube Deportivo Fontiñas Rúa Varsovia, 4-C 4.ºA- Área Central
15703 - Santiago
- Agrup. de Montaña e Escalada Bestarruza Apdo. de Correos 105
15620 - Mugardos
- Club de Montaña O Carroucho Edificio Servizos Múltiples
Ramón Cabanillas 14
15670 - O Burgo
- Club de Montaña O Caxado Manuel Doce Branco
Rúa Brixeo s/n
15320 - As Pontes

Provincia de Lugo

- S. M. Club Ancares Concepción Areal 55 - Entr.
27004 - Lugo
- Grupo de Montaña Pena Tallada Reme de Enriba 4
27714 - Ribadeo
- Club de Montaña Mustallar Dr. Fleming 1- 7.º D

27002 - Lugo

- Club de Montaña O Veral Rúa Pousadela 2-1.º

27004 - Lugo

Provincia de Ourense

- Club Alpino Ourense - Manzaneda Cruz Vermella 4-2.º

32005 - Ourense

- Club Pena Trevinca-Barco Apdo. 93

32300 - O Barco de Valdeoras

- Club de Montañismo Kirlo Apdo. 73

32300 - O Barco de Valdeorras

- Club de Montaña Fonte de Trave Avda. Quiroga 4-3.ºA 32350-A

Rúa

- Clube de Montaña Ribeira Sacra Parada do Sil s/n

32740-Parada do Sil

Provincia de Pontevedra

- Club Montañeiros Celtas Avda. Camélias 78-Of.K

36211-Vigo

- Club Pena Trevinca - Montañeiros de Galicia Brasil 46 - Entr.

36204 - Vigo

- Club de Montaña Monteceibe Pi e Margall 58

36202 - Vigo

- Club Montaña Serra do Suído Rúa Serafín Avendaño 4, 7.º D

36201 - Vigo

- Club Montañeiros de Pontevedra Estadio da Xuventude

Rúa Pai Fernando Olmedo s/n

36002 - Pontevedra

- Clube de Montaña Xistra Rúa Zaragoza 62 baixo (fondo do patio)

Apdo. 5.430 - 36200 - Vigo

- Clube de Montaña e Escalada Azimut Pi e Margall 53

36202 - Vigo

- Club de Montaña Neno do Curvo Baixada á praia 2
36780 - A Guarda
- Clube de Montañismo A Peniza Apdo. de Correos 154
36500 - Lalin
- Club Alpino da Universidade de Vigo Fac. CCias. Biolóxicas
Campus Universitario
36310 - Vigo
- Clube de Montaña Monte Faro-Camba Rúa A, n.º 28 - Baixo
36530 - Rodeiro
- Grupo de Montaña Alude Torrecedeira 55 ? Of. 7
36202 - Vigo

■ ESCOLAS DE TEMPO LIBRE NA CORUÑA, ESCOLAS DE EDUCADORES/AS DE TEMPO LIBRE, ANIMACIÓN E INTERVENCIÓN SOCIAL

CRUZ BERMELLA XUVENTUDE

R./Cruz Vermella Española, n.º 1
15002 - A Coruña
Tfno.: 981 221 000. ext: 1583
Enderezo de correo electrónico: crjac@cruzroja.es

ESCOLA DE TEMPO LIBRE ALDEBARÁN

R./Ramón García Aller 12-10 baixo
15010 - A Coruña
Tfno.: 981 270 168
Enderezo de correo electrónico: centrotomasbarros.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "CAMPA"

Rúa Nova, 18-1.º Dta.
15003 - A Coruña
Tfno.: 981 214 444
Enderezo de correo electrónico: etlcampa@etlcampa.net

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "LICEO A PAZ"

R./Sebastián Martínez Risco, n.º 12

15009 - A Coruña

Tfno.: 670 235 223/981 286 122

Enderezo de correo electrónico: futbitoliceolapaz.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "QUERCUS"

R./Perpetuo Socorro 1

1.º Esq. 15006 - A Coruña

Tfno.: 686 434 734

Enderezo de correo electrónico: etl@querqus.org

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "KELTIA"

R./Adelaida Muro, 66-baixo 1.º

15002 - A Coruña

Tfno.: 981 213 730

Enderezo de correo electrónico: etlkeltia@yahoo.é

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "UNIVERSIDADE DA CORUÑA"

Pavillón de Deportes. Campus de Elviña. 15071 - A Coruña

Tfno.: 981 167 000 ext. 1905- Fax: 981 167 163

Enderezo de correo electrónico: etl.deportesudc.é

ESCOLA GALEGA DE TEMPO LIBRE

R./Xeneral Sanjurjo 122-124, 1.º

15006 - A Coruña

Tfno.: 981 276 812- Fax: 981 201 405

Enderezo de correo electrónico: egtl@egtl.net

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "XARUMA"

Lugar de Quistiláns - Bugallido. Ames (A Coruña)

Apdo. Corrédevos 3232

36025 - Vigo

Tfno.: 639 406 994

Enderezo de correo electrónico: escolaxaruma@latinmail.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "ICARO"

Estr. Castela, 58-64, esc. C-baixo. 15404 - Ferrol

Tfno.: 981 333 011

Enderezo de correo electrónico: etlicaro@wanadoo.e

ESCOLA DIOCESANA DE EDUCADORES NON TEMPO LIBRE MONDOÑEDO-FERROL

R./Magdalena, 153-2.º esq. 15402 - Ferrol

Tfno.: 981 353 295/981 353 150

Enderezo de correo electrónico: edetl@mondonedoferrol.org

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "NÉBOA"

R./Muchiqueira 24. 15579 - A Mourela - Neda (A Coruña)

Tfno.: 981 347 690/699 111 183

Enderezo de correo electrónico: escola@neboa.org

ESCOLA DE TEMPO LIBRE ANA MOGAS

Centro Pastoral Ana Mogas Rianxiño - 15920 Rianxo

Tfno.: 981 866 518

ESCOLA DE AIRE LIBRE DE CÁRITAS DIOCESANA DE SANTIAGO

R./Hospitalillo 2 bis. 15704 - Santiago

Tfno.: 981 552 140- Fax: 981 563 085

Enderezo de correo electrónico: etl.caritassantiago@hotmail.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE E ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL DON BOSCO

R./Belvís, 2. 15703 - Santiago

Tfno.: 981 582 243. Fax: 981 570 263

Enderezo de correo electrónico: donbosco@infonegocio.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "ESCOL@CTIVA"

R./Betanzos 44, baixo. 15703 - Santiago

Tfno.: 981 582 836/637 851 305

Enderezo de correo electrónico: galicia@coperactiva.org

ESCOLA SCOUT "INSIGNIA DE MADEIRA"

R./Nosa Sra. Da Luz 14, baixo. 15007 A Coruña

Tfno.: 981 246 681

Enderezo de correo electrónico: antonnovo@gmail.com

"ESCOLA GALEGA DE LECER E TEMPO LIBRE"

Dirección Xeral de Mocidade. Xunta de Galicia

Edif. Administrativo S. Caetano, bloque 3, 1.º

15771 - SANTIAGO

Tfno.: 981 544 855

Enderezo de correo electrónico: mita@xunta.é

■ ESCOLAS DE TEMPO LIBRE EN LUGO

ESCOLA LUCENSE DE TEMPO LIBRE

R./Monte Picato 18, entreplanta

27004 - Lugo

Tfno.: 630 61 37 45

Enderezo de correo electrónico: darribaprado@hotmail.com

"BUGALLO" ESCOLA DE TEMPO LIBRE

R./Paxariños 30, baixo. 27002 - Lugo

Tfno.: 636 04 74 42

■ ESCOLAS DE TEMPO LIBRE EN OURENSE

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "BAIXA LIMIA"

Pza. de San Rosendo. 32880 Mugeimes - Muíños (Ourense)

Tfno.: 988 456 403

concello.muinos@eidolocal.é

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "ANIMACIÓN"

R./Murillo 20, baixo

32002 Ourense

Tfno.: 988 391 389

Responsable: Dositeo Veiga

Enderezo de correo electrónico: info@altega.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE DE CÁRITAS DIOCESANA DE OURENSE

Praza de Bispo Cesáreo s/n

32005 Ourense

Tfno.: 988 236 819

Enderezo de correo electrónico: caritasourense@teletel.é

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "ESCOLA LIMICORUM"

Centro de Información da Limia CDR "O Viso"

Pza. Maior, 1. 32630 Xinzo de Limia (Ourense)

Tfno.: 988 461 571

Enderezo de correo electrónico: cixdalimia@cdroviso.org

■ ESCOLAS DE TEMPO LIBRE EN PONTEVEDRA

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "MISTURA"

R./Xusto Martínez 15, 3.º

36680- A Estrada (Pontevedra)

Tfno.: 986 572 670

Enderezo de correo electrónico: misturatempolibre@yahoo.é

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "DAJALCA"

Apdo. de Correos 456

36080 Pontevedra

Tfno.: 629 83 49 33

Enderezo de correo electrónico: escolatldajalca@hotmail.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "MEU LAREIRA"

Avda. de Rebullón 21. Puxeiros 36416 Mos - Pontevedra

Tfno.: 986 487 792/986 486 033

Enderezo de correo electrónico: colegiolar@colegiolar.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "PASPALLÁS"

R./Altamira 7, 2.º dta.

36002 - Pontevedra

Tfno.: 986 865 884

Enderezo de correo electrónico: etlpaspallas@mundo-r.com

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "RÍAS BAIXAS"

Pza. Méndez Núñez, 1

36002 - Pontevedra

Tfno.: 986 850 251

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "FERVENZA"

R./Camiño Costa da Gaitreira 1

36317 - Vigo

Tfno.: 606 321 636

Enderezo de correo electrónica: fervenza@arrakis.é

ESCOLA DE TEMPO LIBRE "PASATEMPOS"

Avenida Alcalde Portanet 5, baixo

36210 - Vigo

Tfno./fax: 986 242 313 - 685 847 741

Enderezo de correo electrónico: viaxespasatempos@pasatempos.com

■ ALBERGUES

www.yha.org.uk

www.syha.org.uk

www.ymca.org.uk

www.independenthostelguide.co.uk

Rede de albergues:

www.svif.se

Albergues independentes:

www.svenskaturistforeningen.se

www.backpackers.no

Rede de albergues: www.srmnet.org

■ OFICINAS DE TURISMO:

Oficina Británica de Turismo:

www.visitbritain.com

Oficina de Turismo de Irlanda:

www.turismodeirlanda.com

■ ALBERGUES PRIVADOS

www.celtic-accommodation.ie

www.hostels-ireland.com

Oficina Norueguesa de Turismo:

www.visitnorway.com

Rede de albergues:

www.vandrerhjem.com

Albergues independentes:

www.backpackers.no

Oficina Sueca de Turismo:

www.visitsweden.com

Oficina Finesa de turismo:

www.visitfinland.com/é

■ CENTROS ASOCIADOS UNED EN ESPAÑA

ALBACETE (Albacete)

Centro Asociado á UNED

Avda. da Mancha, 2
02006 Albacete
Tels.: 967 21 76 12; Fax: 967 19 11 20
Correo electrónico: info@albacete.uned.es

ALCALÁ LA REAL (JAÉN)

Centro Asociado á UNED
R/ Real, 50
23680 Alcalá la Real (Jaén)
Tels.: 953 58 22 17; Fax: 953 58 39 10
Correo electrónico: info@alcala-real.uned.es
Páxina Web: www.uned.es/ca-jaen-ubeda

ASTURIAS (Cangas de Onís, Xixón)

Centro Asociado á UNED
Av. de Xardín Botánico 1345 (rúa interior)
33203 Xixón (Asturias)
Tels.: 985 33 18 88; Fax: 985 33 54 87
Correo electrónico: info@gijon.uned.es
Páxina Web: www.uned.es/ca-gijon

ÁVILA (Ávila, El Barco de Ávila)

Centro Asociado á UNED
Edif. Centros Universitarios, R/ Canteiros, s/n
05005 Ávila
Tels.: 920 20 62 12 |13 |21; Fax: 920 20 62 05 |15
Correo electrónico: info@avila.uned.es
Páxina Web: www.fundacioncst.net
www.uned.es/ca-avila

BARBASTRO (Barbastro)

Centro Asociado á UNED
R/ Argensola, 55 e 60

22300 Barbastro (Huesca)

Tels.: 974 31 60 00; Fax: 974 31 42 47

Correo electrónico: cursosverano@barbastro.unedaragon.org

Páxina Web: <http://www.barbastro.unedaragon.org>

BAZA (Baza)

Centro Asociado á UNED

Avda. José de Moura, 77

18800 Baza (Selecta)

Tels.: 958 86 12 36 - 958 86 12 70; Fax: 958 86 00 31

Correo electrónico: info@baza.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-baza>

CÁDIZ (Medina Sidonia, Vejer de la Frontera)

Centro Asociado á UNED

Praza San Antonio, 2

11003 Cádiz

Tels.: 956 21 23 02 |03; Fax: 956 21 23 06

Correo electrónico: info@cadiz.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-cadiz>

CANTABRIA (Santander)

Centro Asociado á UNED

R/ Alta, 82 9008 Santander

Tels.: 942 27 79 56; Fax: 942 27 65 88

Correo electrónico: info@santander.uned.es

Páxina Web: <http://www.unedcantabria.org>

CEUTA (Ceuta)

Centro Asociado á UNED

Avda. África, 12 - "O Morro"

51001 Ceuta

Tels.: 956 52 23 78; Fax: 956 50 75 84

Correo electrónico: info@ceuta.uned.es

Páxina Web: <http://www.unedceuta.org>

CUENCA (Cuenca)

Centro Asociado á UNED

R/ Colón, 6

16002 Cuenca

Tels.: 969 24 02 67 - 969 24 02 70; Fax: 969 24 00 63

Correo electrónico: info@cuenca.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-conca>

DENIA (Denia)

Centro Asociado á UNED

Praza Jaime I, s/n

03700 Denia (Alacante)

Tels.: 96 578 17 54; Fax: 96 578 94 14

Correo electrónico: info@denia.uned.es

Páxina Web: <http://www.uneddenia.es>

GANDIA (Valencia)

Centro Asociado á UNED

Praza Escolas Pías, 7

46700 Gandía (Valencia)

Tels.: 96 286 85 61; Fax: 96 286 96 62

Correo electrónico: info@gandia.uned.es

Páxina Web: www.uned-valencia.net

GUADALAJARA (Guadalajara, Molina de Aragón)

Centro Asociado á UNED

R/ Atienza, 4 - Centro San Jose

19003 Guadalajara

Tels.: 949 21 52 60 - 949 21 51 13; Fax: 949 21 14 26

Correo electrónico: secretariaguadalajara.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-guadalajara>

LANZAROTE (Lanzarote)

Centro Asociado á UNED

R/ Blas Cabrera Felipe, s/n - Antigo Parador de Turismo

35500 Arrecife de Lanzarote

Tels.: 928 81 07 27; Fax: 928 81 27 32

Correo electrónico: info@lanzarote.uned.es

Páxina Web: <http://www.unedlanzarote.es>

A PALMA (A Palma)

Centro Asociado á UNED

Praza de España, 1

38700 Santacruz da Palma

Tels.: 922 41 13 38; Fax: 922 42 00 02

Correo electrónico: info@santa-cruz.uned.es

A RIOXA (Logroño)

Centro Asociado á UNED

R/ Barriocepo, 34

26001 Logroño (A Rioja)

Tels.: 941 25 97 22 |45; Fax: 941 25 76 72

Correo electrónico: info@logrono.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-logrono>

LLES ILLES BALERARS (Palma de Mallorca, Menorca, Eivissa)

Centro Asociado á UNED

Cami Roig, s/n - Travesía de Gremio Tintoreros (Polígono Son Castelló)

07009 Palma de Mallorca

Tels.: 971 43 45 46; Fax: 971 43 45 47

Correo electrónico: info@palma.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned-illesbalears.net>

MENORCA

Extensión da UNED

Praza Miranda, s/n - Claustro do Carmen

07701 Maó

Tels.: 971 36 67 69; Fax: 971 36 10 82

Correo electrónico: info@mao.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned-illesbalears.net>

IBIZA

Extensión da UNED

R/ d'Ernest Ehrenfeld, s/n - Cas Serres D'Alt

07800 Eivissa

Tels.: 971 39 06 06; Fax: 971 30 70 22

Correo electrónico: info@eivissa.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned-illesbalears.net>

MADRID (FUNDACIÓN) (Madrid)

Fundación Xeral UNED

R/ Francisco de Vermellas, 2 | 2º Dcha.

28010 Madrid

Tels.: 91 386 72 75 - 91 386 15 92; Fax: 91 386 72 79

Correo electrónico: rperez@fundacion.uned.es

Páxina Web: <http://www.fundacion.uned.es>

<http://www.uned.es/madrid>

MÁLAGA (Málaga)

Centro Asociado á UNED

R/ Sherlock Holmes, 4

29006 Málaga

Tels.: 952 36 32 95 | Fax: 952 36 32 97

Correo electrónico: info@malaga.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-malaga>

MÉRIDA (Mérida, Badaxoz)

Centro Asociado á UNED

R/ Moreno de Vargas, 10

06800 Mérida (Badaxoz)

Tels.: 924 31 50 11 |50; Fax: 924 30 25 56

Correo electrónico: info@merida.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-merida>

MOTRIL (Motril)

Centro Asociado á UNED

Avda. Marquesa de Esquilache, s/n

18600 Motril (Selecta)

Tels.: 958 83 49 29; Fax: 958 82 13 07

Correo electrónico: info@motril.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-motril>

PALENCIA (Palencia)

Centro Asociado á UNED

R/ Pobóaa, 6

34002 Palencia

Tels.: 979 72 06 62; Fax: 979 71 06 97

Correo electrónico: info@palencia.uned.es

Páxina Web: Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-palencia>

PLASENCIA (Plasencia)

Centro Asociado á UNED

Praza Santa Ana, s/n

10600 Plasencia (Cáceres)

Tels.: 927 42 05 20; Fax: 927 41 85 38

Correo electrónico: info@plasencia.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-plasencia>

PONTEVEDRA (Pontevedra)

Centro Asociado á UNED

Rúa de Portugal, 1

36004 Pontevedra

Tels.: 986 85 18 50 ; Fax: 986 86 22 09

Correo electrónico: cverano@pontevedra.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-pontevedra>

SEGOVIA (Segovia)

Centro Asociado á UNED

Pza. de Colmenares, 1

40001 Segovia

Tels.: 921 46 31 92 |91 |93

Correo electrónico: info@segovia.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-segovia>

TENERIFE (Tenerife)

Centro Asociado á UNED

R/ San Agustín, 30

38009 San Cristóbal de la Laguna

Tels.: 922 25 96 09 - 922 63 37 19; Fax: 922 63 11 57

Correo electrónico: cursosdeverano@unedtenerife.es

Páxina Web: <http://www.unedtenerife.es>

TORTOSA (Tortosa)

Centro Asociado á UNED

R/ Cervantes, 17

43500 Tortosa

Tels.: 977 44 31 04 - 977 44 31 08; Fax: 977 44 64 13

Correo electrónico: info@tortosa.uned.es

Páxina Web: <http://www.uned.es/ca-tortosa>

VALENCIA (Valencia)

Centro Asociado á UNED

R/ Casa da Misericordia, 34
46014 Valencia
Tel.: 963 707 812 ; Fax: 963 502 711
Correo electrónico: info@valencia.uned.es
Páxina Web: www.uned-valencia.net

VILA-REAL (Benicarló, Benicassim)

Centro Asociado á UNED
R/ Arrabal do Carmen, 82
12540 Vila-real (Castelló)
Tels.: 964 52 33 61 |31 |61; Fax: 964 52 47 74
Correo electrónico: info@vila-real.uned.es
Páxina Web: <http://www.uned.vila-real.es>

VIVEIRO-LUGO

Centro Asociado á UNED
R/ Cervantes, s/n
27850 Viveiro (Lugo)
Tels.: 982 56 36 01; Fax:982 55 16 92
Correo electrónico: viveiro@lugo.uned.es

ZAMORA

Centro Asociado á UNED
R/ San Torcuato, 43
49014 Zamora
Tels.: 980 528 399; Fax: 980 512 181
Correo electrónico: info@zamora.uned.es