

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
12 de diciembre, 19:00 h	<b>Encuentro Navideño 30 Aniversario del Centro</b>	Con motivo de la Navidad y del 30 Aniversario del Centro, se llevará a cabo diversas actividades. En primer lugar la Inaguración de Portal de Belén, recital de Villancicos, con la actuación del Grupo Sesentuna y Amigos/as y la Parranda Sin Ton Ni Son. Además, tendrá lugar la inaguración de una exposición de nacimientos elaborados con diferentes materiales y estilos del Hogar del Pensionista Padre Anchieta	Consejo de centro	Consejo de Centro
Sábado 14 de 10:00 a 22:00 h.	<b>Pachanga Scalextric</b>	Competición de Scalextric para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes	Club Deportivo Slotlagun Scalextric	Consejo de Centro
A partir del 15 de noviembre en horario de Centro	<b>Exposición del Portal de Belén</b>	En el hall de la planta baja del Centro se mantendrá expuesto el Portal de Belén elaborado por los miembros del Club Deportivo Slotlagun	Club Deportivo Slotlagun Scalextric	Consejo de Centro
Martes y jueves, de 10:00 a 13:00 h	<b>Atención y matrícula de Radio Ecca</b>	Se presta información al alumnado y pueden gestionarse cuestiones relacionadas con la matrícula, en los días y horarios señalados. Recordar que Radio ECCA es una institución educativa, comunicativa y de acción social. Tiene un sistema propio de enseñanza, el Sistema ECCA, en el que se sincroniza el material pedagógico, la clase en audio y la acción tutorial. 677.911.060 / 922.10.09.80	Radio Ecca	
Lunes y miércoles, de 17:00 a 19:00 h. Lunes de 11:00 a 13:00 h.	<b>Clases de Dibujo y Pintura</b>	La Asociación Artcreadores oferta talleres de dibujo y pintura a todos los niveles para adultos. Para más información contactar con el monitor Daniel Lecuona: 622.698.176. No se responde a WhatsApp.	Asociación Cultural Artcreadores	
Lunes, de 19:00 a 20:00 h	<b>Metafísica</b>	Son encuentros en los que se habla sobre la metafísica es una rama de la filosofía que estudia los problemas centrales del pensamiento filosófico: el ser en cuanto tal, el absoluto, Dios, el mundo, el alma. En esa línea, intenta describir las propiedades, fundamentos, condiciones y causas primeras de la realidad, así como su sentido y finalidad. Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Grupo Metafísica	
De lunes a viernes, de 8:00 a 14:00 h	<b>Labores Internas y Atención al Público de la Asociación Creativa</b>	Se atiende al público y realizan gestiones internas relacionadas con la asociación. La Asociación Creativa es una entidad no lucrativa que agrupa a distintos/as profesionales de ámbito social, que pretenden movilizar todos los recursos posibles para ofrecer distintos tipos de servicios: formación, prestación de servicios a personas en situación de exclusión social, y desarrollar programas de promoción del empleo. Entidad que trata de impulsar la igualdad de los derechos sociales, creando entidades, proyectos y programas innovadores y todo tipo de iniciativa que contribuya a ello. Su objetivo es movilizar recursos personales y materiales para generar nuevos empleos, actividades, servicios y estrategias de desarrollo de las personas, de los territorios y de las instituciones públicas y privadas. Para más información: 601.647.502 // 922.92.60.69	Asociación Creativa	
Miércoles de 17:30 a 18.30 h.	<b>Quan Cheng</b>	Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Asociación Quan Cheng para la Salud en Canarias	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Solicitar cita previa	<b>Asesoramiento, Diagnóstico, Talleres...</b>	La Asociación Aspercan da asesoramiento, realiza diagnósticos y lleva a cabo talleres dirigidos a los usuarios de la Asociación. Para más información: 678 801 807	Aspercan	
Lunes y miércoles de 20:15 a 21:45 h.	<b>Taller de Tango</b>	Se imparten clases de iniciación al tango. Información e inscripción <a href="mailto:info@factoriamilonguera.com">info@factoriamilonguera.com</a> // whatsapp 647.158.550	Asoc. Cultural Factoría Milonguera	Consejo de Centro
Miércoles, de 10:00 a 13:00 h	<b>Taller de retoque fotográfico</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu ofrece a los mayores la actividad de retoque fotográfico,	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Miércoles, de 16:00 a 17:30 h	<b>Grupo de lectura</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de grupo de lectura, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:00 a 18:00 h	<b>Pintura al óleo para mayores</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de pintura al óleo, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	<b>Bordado Español</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de bordados, en la que desarrollan diferentes técnicas de bordado. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	<b>Taller de costura</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de costura. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:00 a 17:00 h	<b>Gimnasia</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia para mayores. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Jueves de 16:00 a 17:30 h.	<b>Pintura al óleo para mayores</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de pintura. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	
Jueves de 17:45 a 19:15 h,	<b>Cocina saludable</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de cocina. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	
Miércoles de 18:00 a 19:30 h.	<b>Yoga</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de yoga	Área de Bienestar Social	
Viernes de 16:00 a 17:00 h y de 17:00 a 18:00 h.	<b>Fotografía</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de fotografía.	Área de Bienestar Social	
Jueves de 16:00 a 17:30 h,	<b>Estimulación Cognitiva</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de estimulación para la memoria.	Área de Bienestar Social	
Miércoles y viernes de 10:30 a 11:30 h.	<b>Gimnasia coreográfica</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia	Área de Bienestar Social	
Lunes y miércoles, de 17:30 a 19:00 h	<b>Acondicionamiento Físico</b>	A través del OAD se imparten clases de Acondicionamiento Físico, para más información: <a href="https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d">https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d</a>	Organismo Autónomo de Deportes	
Lunes y miércoles, de 9:00 a 10:30 h	<b>Yoga</b>	A través del OAD se imparten clases de Yoga, para más información: <a href="https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d">https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d</a>	Organismo Autónomo de Deportes	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO GRACIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 1 al 18 de diciembre en horario del centro	<b>Recogida de alimentos no perecederos.</b>	Recogida de alimentos no perecederos. Recogida en la Parroquia de Santa María de Gracia y en el Centro Ciudadano de Gracia, en horario de apertura.	Cáritas Parroquial de Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Domingo 1 de diciembre de 09:00 a 19:00 horas.	<b>XV Concurso de Canarios de Canto Timbrado Español Floreado 2024 (Ciudad de La Laguna- Isla de Tenerife)</b>	Concurso donde se enjuicia el canto de los pájaros. Cada 15 minutos aproximadamente exhiben su canto ante el juez calificador y público asistente. Inscripción previa.	Asociación Tinerfeña de Canaricultores de Canto	Consejo de Centro
Lunes 9 y 16 de diciembre de 15:30 a 18:00 horas. Viernes 13 y 20 de diciembre de 19:15 a 21:45 horas	<b>Taller de figuras navideñas con lana cardada</b>	Se ofrecerán dos sesiones seguidas, y en cada una de ellas se aprenderá a hacer una figura en tres dimensiones con aguja en seco y fieltro. Ambas serán acabadas en la misma sesión. Un Ángel colgante y un enanito para apoyar en superficies planas. Inscripción 627 863 599	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles 11 de diciembre a las 19:30 horas.	<b>VII Festival de Navidad</b>	Festival de navidad, con la actuación de diversos grupo folclóricos. Entrada libre hasta completar aforo	A.E.F. Achimagec	Consejo de Centro
Viernes 13 de diciembre a las 19:30 horas.	<b>Concierto</b>	Actuación de los alumnos/as del taller de piano que se realiza en el centro y del grupo La Esquina. Al terminar realizaran un brindis.	Grupo La Esquina	Consejo de Centro
Lunes 16 de diciembre a las 19:30 horas.	<b>XVIII Encuentro de Villancicos</b>	Festival de navidad, con la actuación de diversos grupo folclóricos. Entrada libre hasta completar aforo	A.F.Alborada Canaria	Consejo de Centro
Martes 17 de diciembre a las 19:30 horas.	<b>VI Festival de Navidad</b>	Festival de navidad, con la actuación de diversos grupo folclóricos. Entrada libre hasta completar aforo	A.C. Andares Isleños	Consejo de Centro
Pendiente confirmar fecha	<b>Cabalgata de Papa Noel y recogida de cartas</b>	No	Asociación de Vecinos Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Jueves de 11:30 a 13:30 horas	<b>Taller de Canto Canario</b>	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas.	<b>Taller de Instrumentación de Folclore Canario</b>	Taller de Instrumentación de Folclore Canario. Inscripción previa. Contacto:Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 21:30 horas	<b>Ensayos</b>	Ensayo musical y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:30 horas	<b>Taller de Canto Canario</b>	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Miércoles de 16:45 a 19:30 horas	<b>Taller de Instrumentación de Folclore Canario</b>	Folclore Canario. Inscripción previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:45 a 18:00 horas	<b>Yoga</b>	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa. Contacto Patricia 616351837	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Lunes 17:30 a 19:00 y martes de 16:30 a 18:30 horas	<b>Taller de Rosetas</b>	Taller de Rosetas, también conocida encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto: Carmen. Telf. 627085523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 21:30 horas	<b>Ensayos</b>	Ensayo instrumental y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec (Grupo Adulto)	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 16:00 a 18:30 horas	<b>Ensayos</b>	Ensayo instrumental y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec (Grupo Infantil)	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	<b>Taller de Baile Tradicional Canario (Iniciación)</b>	Taller de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa. Contacto: Carlos. Telf. 629415800	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Viernes de 16:30 a 17:30 horas. Periodo de septiembre 2024 hasta julio 2025	<b>Taller de Estimulación Cognitiva para Mayores.</b>	Estimulación educativa para optimizar las distintas capacidades y funciones cognitivas. Inscripción 698956041	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Clases de Wing Tsun</b>	Con el Wing Tsun, aprenderás a reconocer situaciones peligrosas y a evitarlas. Se trata de un tipo de defensa personal integral en el que la fuerza física desempeña un papel secundario y se equilibra con una tecnología sofisticada. Inscripción previa. Contacto: Antonio Tlf 609.711.848	Asociación Deportiva G&R Wing Tsun	Consejo de Centro
Sábados de 16:00 a 20:00 horas.	<b>Juegos de Tablero y Rol</b>	Juego interpretativo-narrativo, donde cada jugador representa el papel de un persona. Inscripción previa. <a href="mailto:graciavecinos@gmail.com">graciavecinos@gmail.com</a> 624318757	Asociación de Vecinos Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	<b>Metafísica Básica</b>	La Metafísica es una rama de la filosofía que estudia el pensamiento filosófico. Inscripción previa. Contacto: Vanesa. Tlf, 627863599	Grupo Metafísica	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 21:00 horas. Periodo de septiembre 2024 - junio 2025.	<b>Curso de educación emocional para jóvenes de 18 a 21 años.</b>	Proyecto social basado en una propuesta pedagógica centrada en la educación emocional de valores, liderazgo y financiera.	La Akademia Tenerife	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas	<b>Clases de Informática</b>	Se trata de taller donde se trabajará con el ordenador, teléfono móvil y otros recursos electrónicos. Inscripción previa. Inscripción previa. Teléfono 647 888 620	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes 18:30 a 20:00 horas	<b>Talleres de Percusión Canaria</b>	Tambor, Lapas, Chácaras, Caña y Huesera, Pandereta, Castañetas, Caña rajada, etc. Inscripción previa teléfono 693.743.131	A.F. Alborada Canaria	Consejo de Centro
Jueves de 09:00 a 13:00 horas y viernes de 19:30 a 21:30 horas.	<b>Clases de Piano</b>	Clases de Piano de iniciación. Inscripción previa teléfono 623 114 433	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas.	<b>Clases de telar Kumihimo</b>	Kumihimo es una forma de trenza japonesa. Mediante esta técnica se realizan pulseras. Inscripción llamar al centro 922.26.03.81	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 16:00 a 17:30 horas.	<b>Yoga</b>	Se imparten clases de Yoga a través del Organismo Autónomo de Deportes, para más información: <a href="https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso?est=KplDqapX7kU%3d">https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso?est=KplDqapX7kU%3d</a>	Organismo Autónomo de Deportes	

### CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
A partir del 2 de diciembre	<b>Montaje del Belén</b>	Se procedera a montar el Belén del centro a cargo de los miembros de la Asoc. Amigos y Romeros de San Benito, que poseen una colección de belenes tradicionales y maquetas que lo complementan.	Asociación Amigos y Romeros de San Benito	Consejo de centro
Del 25 de Nov. al 18 de diciembre	<b>Exposición de Pinturas de Tati del castillo</b>	Se expondrán los trabajos de pintura de Tati del Castillo, endiferentes técnicas, óleo, acrílico, pastel y abstracto. Contacto 699 992 252	A.VV.El Monte San Diego	Consejo de centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes 20 de diciembre de las 18:30 a 23:00 horas	<b>Brindis Navideño</b>	Se realizara el tradicional brindis navideño, con aportación de todos los asistentes, se invitara a una parranda para que nos acompañe con villancicos.	Consejo de centro	
Lunes de 17.00 a 18.30 horas	<b>Clases de Baile canario</b>	Se daran clases para el aprendizaje de los pasos de nuestro folklore canario, a cargo de Andrés A.B. de la Asociación Cultural Tajinaste. Actividad dirigida a principiantes. Para más información, acudir en el horario de la actividad.	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes de 17.00 a 18.00 horas	<b>Clases de Timple I</b>	Se imparten clases de iniciación al timple para el aprendizaje de este instrumento tradicional. Previa inscripción en el centro 922 26 66 69	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de centro
Lunes de 18.00 a 19.30 horas	<b>Clases de Timple II</b>	Se imparten las clases de timple para el aprendizaje de este instrumento tradicioanl canario. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18.30 a 19.30 horas	<b>Clases de Yoga Mayores</b>	Se imparten clases de Yoga para mayores. Previa inscripción a través de la asociación y para más información en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 19.30 a 20.30 horas	<b>Clases de Yoga</b>	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración.Inscripción previa llamando al centro 922 266669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 17.30 a 19.00 horas	<b>Clases de Latinos</b>	Se imparten clases de bailes latinos, bachata, cumbia, etc. Previa inscripción el día de la actividad con el profesor.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 20.00 a 20.45 horas	<b>Clases de Pilates</b>	Se imparten clases de Pilates suelo, para adultos, previa inscripción a través de la asociación o profesora.Información en el centro. 922 266 669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 9.00 a 10.00 horas	<b>Clases de Chikung</b>	Se imparten clases de Chikung, donde el alumno realiza movimientos suaves del cuerpo con relajación y respiración.Es un sistema de desarrollo personal.Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 19.00 a 20.00 horas	<b>Clases de Yug - Do</b>	Se imparten clases de Yug do, con estas clases de busca esencialmente la salud y el desarrollo de la Conciencia. Previa inscripción a través del maestro Eusebio Pareja 607404858 o viniendo el día de la actividad.	Asociación de Amigos Centro Gran Dragón	Consejo de Centro
Martes o Jueves de 17.00 a 19.00 horas	<b>Clases de Barro</b>	Se dan clases de barro canario, donde elaboran piezas de la alfarería canaria. Previa inscripción a través de la asociación o en el centro 922 266 669.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 10.30 a 12.00 horas	<b>Clases de Informática (iniciación)</b>	Clases de iniciación a la informática para personas que quieran aprender como manejarse con las nuevas tecnologías, correos, whatsapp, páginas web, Apps, etc. Previa inscripción en el centro o através del profesor Jonathan 647 888 620.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 17.30 a 19.00 horas	<b>Clases de Informática</b>	Se dan las clases de informática varios niveles y necesidades . Previa inscripción a través del teléfono del centro: 922 266669 o con el profesor Jonathan 647 888 620	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 19.00 a 20.00 horas	<b>Clases de Sevillanas</b>	Se dan clases de sevillanas a cargo de la profesora Isabel Fernández. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 19.00 a 20.30h	<b>Curso Escritura Creativa "Contarlo todo"</b>	Curso de escritura creativa que se impartirá de octubre a junio donde se daran herramientas a los asistentes para poder escribir sus propios relatos Previa inscripción con el profesor Mariano Re 626 012 063	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 19.00 horas	<b>Teatro del Buen Trato</b>	Actividad dirigida a las mujeres, con teatro, relatos y sobre todo de buenos tratos. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de Bienestar Social a través del Área de la Mujer del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 16.30 a 17.30 horas	<b>Clases de Zumba</b>	Actividad física adaptada para mayores de 55 años, coreografías de bailes y ejercicios físicos. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 16.30 a 17.30 horas	<b>Clases de Estimulación Musical</b>	Actividad dirigida a mayores de 65 años donde trabajarán la parte cognitiva a través de la música, Previa inscripción en el centro 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 18:30horas	<b>Raíces Digitales</b>	Se imparten clases de digitalización para los mayores de 55 años, manejo del ordenador, tablet, móvil, adquirir conocimientos en el campo de las nuevas tecnologías. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal La Laguna	Consejo de Centro
Viernes de 11.00 a 12.30 horas	<b>Memoria</b>	Se imparten clases para mayores de 55 años reforzando con las manulidades las capacidades cognitivas y la memoria. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Viernes de 9.30 a 11.00 horas	<b>Clases Nuevas Tecnologías</b>	Te enseñamos a utilizar las nuevas tecnologías (móviles, tablets, ordenadores y te ofrecemos un espacio donde compartir momentos de actividades deportivas, ocio y tiempo libre. Previa inscripción 601 655 759 - 922 266 669	Asociación Creativa	Consejo de Centro
Los primeros miércoles de cada mes de 16.30 a 18.30 horas	<b>Grupo de apoyo gratuito a la lactancia materna</b>	Raquel Melián Armas (matrona y asesora de lactancia) y Jennifer Rodríguez (enfermera y asesora de lactancia), daran apoyo gratuito de lactancia materna a través de la Comisión de Lactancia Materna de la Gerencia de Atención Primaria de Tenerife y el Servicio Canario de Salud. Más información e inscripciones en los teléfonos Raquel 687 614 185 y Jennifer 645 394 941.	Comisión de Lactancia Materna de la GAPTF	Consejo de Centro
Los primeros lunes de mes de 16.30 a 18.00 horas	<b>Lectura de un libro</b>	El grupo de lectura se reúne una vez al mes para compartir ideas y reflexiones de la lectura del libro que previamente han elegido entre todos, cultivando un ambiente de respeto, tolerancia y participación. Interesados/as llamar al centro 922 266 669	Grupo de Lectura	Consejo de Centro
Martes y Viernes de 21.00 a 22.30 horas	<b>Ensayo</b>	Ensayo vocal, cualquier persona interesada en formar parte del coro, puede contactar acudiendo directamente al centro en el horario del ensayo.	Coro Star d Choir	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes 2 y 9 de diciembre de 19:00 a 20:00 horas	<b>Taller de Nutrición</b>	Se realizará un taller sobre la nutrición y hábitos saludables dirigido a mayores de 60 años. Se enmarca dentro del Proyecto Sonríe a la Vida	Asociación Red Española de Entidades por el Empleo, Red Araña	Gobierno de Canarias
Miércoles 4 de diciembre de 18:00 a 20:00 horas	<b>Decoración del centro</b>	Con motivo de las fiestas navideñas se decorará el hall de centro.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles 11 de diciembre de 18:00 a 19:30 horas	<b>Proyecto A tu Ritmo</b>	Se realizarán talleres, con actividades y sesiones de coaching destinados a trabajar aspectos como la autoestima, la empatía y asertividad, la gestión de conflictos, el autocontrol, saber poner límites y hacer valer nuestros derechos, de la mano de expertos y profesionales de la psicología	Concejalía de Juventud, Educación y Drogodependencias del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna
Viernes 13 de diciembre de 18:00 a 19:30 horas	<b>Charla "La Soledad"</b>	Charla impartida por D. Ramón Meco Serna, donde se adentrará en todo lo que conlleva la soledad emocional vinculada a los sentimientos como la incomprensión, tristeza e inseguridad. Si percibimos que las personas que tenemos a nuestro alrededor no nos comprenden y no comparten nuestros valores y preferencias, podemos sentirnos solos, desamparados e indefensos	Jose Manuel Brito Cabrera	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 19 de diciembre de 18:00 a 21:00 horas	<b>Festival de Navidad</b>	Se representará una obra a cargo del Grupo de Teatro Ipalan, para a continuación el Grupo de Folclore Alcalahuade y Trío Anaga 4 nos recitarán los típicos villancicos y para finalizar un brindis.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro, Grupo de Teatro Ipalan
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	<b>Ensayo Coro</b>	Se realizarán los ensayos del coro para actuaciones en el centro o concertadas	Asociación D <sup>a</sup> Clorinda de Alumnos/Exalumnos CEPA San Cristóbal	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Metafísica</b>	La metafísica es la parte de la filosofía que se ocupa del ser en cuanto tal, y de sus propiedades, principios y causas primeras.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Yoga</b>	Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo a través de diferentes asanas.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:30 horas	<b>Teatro</b>		Concejalía de Bienestar Social	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Pilates</b>	Se realizarán ejercicios corporales con el control mental, basado en la respiración y la relajación.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	<b>Danzoterapia</b>	Ejercita tu cuerpo con ejercicios, estiramientos, relajación y danza.	Asociación Cultural Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 20:00 horas	<b>Bailes Latinos (Iniciación)</b>	Son clases de iniciación a los bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 18:30 horas	<b>Estimulación Musical</b>		Concejalía de Bienestar Social	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:30 horas	<b>Taller de Estimulación Cognitiva</b>	Se desarrollarán un conjunto de actividades dirigidas a mantener o a perfeccionar el funcionamiento cognitivo en general, a través de ejercicios de memoria, percepción, atención, concentración, lenguaje, soluciones de problemas, planificación y razonamiento.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Bailes Latinos (Avanzado)</b>	Son clases de nivel avanzado de bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Crochet</b>	Se impartirán clases de crochet, técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta y específica.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Día 3 de diciembre de 10:00 a 12:00 horas	<b>Día Internacional de las Personas con Discapacidad</b>	Día Internacional de las personas con discapacidad - 03 de diciembre "Hablemos sobre la doble discriminación "	Área de Bienestar Social Ayuntamiento de San cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Día 5 de diciembre de 18:00 a 22:00 horas	<b>Festival / Concierto</b>	Concierto del alumnado de la "Escuelita". Acto que consiste en actuaciones de canto del mencionado alumnado	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Día 12 de diciembre de 09:00 a 14:30 horas	<b>Encuentro</b>	III Encuentro colaborativo La Laguna Saludable	PENDIENTE	Consejo de Centro
Días 16 y 17 de diciembre de 17:00 a 22:00 horas	<b>Festival de Navidad</b>	Concierto en el que participarán los alumnos/as de La Escuela de Música de La Laguna	Escuela de Música de La Laguna	Consejo de Centro
Viernes 20 de diciembre de 18:00 a 23:00 H	<b>Festival de Villancicos</b>	Encuentro Folclórico en el que se celebrará una muestra de música canaria navideña. Al finalizar se ofrecerá un brindis a los asistentes.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



<p>Todos los lunes alternando una semana de mañana de 10:00 a 12:00 y la siguiente de tarde de 16:00 a 18:00 horas</p>	<p><b>"Servicio apoyo psicosocial comunitario"-Sesiones Grupales</b></p>	<p>Sesiones semanales de dinamización de grupos de apoyo mutuo con usuarios del proyecto. En estas sesiones tendrán lugar reuniones de grupo, dinamización de charlas y/o talleres de gestión emocional. El objetivo de la actividad es dotar a las personas beneficiarias de herramientas de gestión emocional para sobrellevar las situaciones del día a día que requieran de apoyo psicológico.</p>	<p>Cruz Roja Española</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes de 08:00 a 13:00, los martes 08:00 a 14:00 y de 15:00 a 19:00, los miércoles de 10:00 a 13:00 y los jueves 08:00 a 14:00 y de 15:00 a 19:00 horas.</p>	<p><b>Formación reglada ESO</b></p>	<p>Educación dirigida a mayores de 18 años que no han titulado en la ESO</p>	<p>CEPA San Cristóbal</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes 10:00 a 12:00 y viernes de 9:00 a 10:30 horas</p>	<p><b>Danzoterapia</b></p>	<p>Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música</p>	<p>A. C. Cueva de Unicornios</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 horas</p>	<p><b>Tai Chi / Chikung (Mañana)</b></p>	<p>El tai chi y el qi gong son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.</p>	<p>A. C. Cueva de Unicornios</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 12:00 a 13:00 horas</p>	<p><b>Wing Chun</b></p>	<p>El wing chun, romanizado también como wing tsun/tsun o wing tsun, es un arte marcial chino tradicional aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado a la defensa personal creado por una sacerdotisa que se escapó del templo Shaolin, llamada Ng Mui.</p>	<p>A. D. GR Wing Chun</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>De lunes a viernes de 15:00 a 20:00 horas</p>	<p><b>Ocio para Mayores</b></p>	<p>A lo largo de la tarde personas mayores se reúnen para charlar y jugar a juegos de mesa.</p>	<p>Comisión de Fiestas las Paz y la Unión</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes, miércoles y jueves de 15:00 a 17:00 horas</p>	<p><b>Taller de pintura al Óleo</b></p>	<p>Taller donde se aprenderán las distintas técnicas de la pintura al óleo y la utilización de pinceles y colores. Para más información acudir al centro durante el horario de la actividad para hablar directamente con la monitora.</p>	<p>A. F. Ariferint</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 16:30 a 18:00 horas</p>	<p><b>Tai Chi / Chikung (Tarde)</b></p>	<p>El tai chi y el qi gong son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.</p>	<p>A. C. Cueva de Unicornios</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes de 16:00 a 17:00 horas</p>	<p><b>Taller de Canto Canario</b></p>	<p>Taller de refuerzo de las voces que componen la A. F. Ariferint</p>	<p>A. F. Ariferint</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas</p>	<p><b>Refuerzo musical</b></p>	<p>Actividad dirigida a las personas que quieran reforzar sus conocimientos y habilidades de canto</p>	<p>A. F. Ariferint</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes de 17:30 a 20:00 horas</p>	<p><b>"Cultiva tu mente jugando"</b></p>	<p>Se trabajará la estimulación cognitiva, a través de los juegos de mesa</p>	<p>A. C. Cueva de Unicornios</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas</p>	<p><b>Yoga (Tarde)</b></p>	<p>El yoga es un grupo de prácticas o disciplinas físicas, mentales y espirituales que se originaron en la antigua India y tienen como objetivo controlar y aquietar la mente, reconociendo una conciencia-testigo desapegada que no ha sido tocada por la mente y el sufrimiento mundano.</p>	<p>Asociación G&amp;R de Wing Chun</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes de 18:30 a 20:00 horas</p>	<p><b>Sevillanas Infantil</b></p>	<p>Se enseñará distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas adaptado a niños y niñas</p>	<p>A. C. Cueva de Unicornios</p>	<p>Consejo de Centro</p>



# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	<b>Dansumba</b>	Se realizarán talleres donde se tonificará el cuerpo a través del ejercicio y la música	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas	<b>Bachata</b>	Taller donde se enseñará a los usuarios y usuarias el dominio del baile de Bachata	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes de 20:00 a 22:00 horas	<b>Taller de folclore Gomero</b>	Taller en el que se enseñará a los/as usuarios/as el folclore de la isla de La Gomera	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Martes y jueves de 09:00 a 10:00 horas	<b>Taller de Entrenamiento Funcional (Mañana)</b>	Taller de actividad física donde se trabajará Cardio, Gap, Tonificación, Pilates, Flexibilidad y Yoga	A. Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 11:30 a 12:30 horas	<b>Clases</b>	Revisión de trabajos y aclaración de dudas de los alumnos/as que reciben sus clases a través de la plataforma formativa	Radio ECCA	Consejo de Centro
Martes y jueves de 16:30 a 17:30 horas	<b>Iniciación a la informática I</b>	Se enseñará a los usuarios/usuarias el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:00 horas y jueves de 16:00 a 18:00 horas	<b>Curso de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas</b>	Introducción a la Moda, Diseño, Patronaje y Costura y Acabados . Se tratará el curso desde el punto de vista del reciclaje y aprovechamiento de materiales así como la psicología de la moda, dándole un enfoque personalizado y con sentido.	A. C. Agüere	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas	<b>Iniciación a la informática II</b>	Se enseñará a los usuarios/usuarias el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Pilates 1</b>	El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Agüere	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	<b>Pilates 2</b>	El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Agüere	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 21:00 horas	<b>Clases de lenguaje silbado</b>	Se formará a los asistentes en la fonética y gramática del lenguaje silbado	Asociación Yo Silbo	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 21:00 horas	<b>Taller "Danza y vestimentas del mundo"</b>	Se irá realizar un recorrido por las diferentes culturas del mundo y de ellas se realizaran muestras de la danza y vestimenta del país seleccionado. Actualmente se está llevando a cabo el Taller de Joropo Venezolano.	Asociación Cultural Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional (Tarde)</b>	El entrenamiento funcional es una clasificación de los ejercicios que implica entrenar el cuerpo para las actividades de la vida diaria	Asociación ANGORA	Consejo de Centro
Miércoles 10:00 a 11:00 y viernes de 10:30 a 11:30 horas	<b>Yoga I (Mañana)</b>	El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
Miércoles 11:00 a 12:00 y viernes de 11:30 a 12:30 horas	<b>Yoga II (Mañana)</b>	El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 19:00 horas	<b>Clases de baile canario</b>	Se enseñará a bailar las distintas danzas tradicionales dentro del folclore Canario	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 10:00 a 12:00 horas	<b>Calado y Roseta Canaria I</b>	Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves 10:00 a 12:00 horas, actividad quincenal	<b>Círculos de Lectura</b>	Taller donde se intercambiarán opiniones y percepciones de los libros que leen. También se reciben visitas de distintos escritores/escriptoras que acuden invitados para presentar y compartir experiencias de sus publicaciones.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Jueves 12:00 a 14:00 horas	<b>Calado y Roseta Canarias II</b>	Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 20:00 horas	<b>Chácaras y Tambores</b>	Taller en el que se enseñará a tocar las chácaras y tambores, también a sonar el bucio.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes 16:00 a 17:30 horas	<b>Dibujo y pintura Infantil</b>	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Sevillanas Iniciación</b>	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 18:00 a 19:30 horas	<b>Dibujo y pintura Adultos</b>	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	<b>Sevillanas Intermedio</b>	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos de la agrupación</b>	Se realizarán ensayos de los Bailarines Herreños en Tenerife	Bailarines Herreños	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO-EL ROCÍO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 19 de diciembre a partir de las 18:00 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Festival de Villancicos	Rondalla Monte Nevado	Consejo de Centro
Lunes de 18:30 a 20:30 horas y martes de 17:30 a 19:30 horas	<b>Vestimenta Tradicional Canaria</b>	Confección de vestimenta típica y campesina Canaria	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Croché</b>	El ganchillo, croche o tejido de gancho es una técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta o específica	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 17:30 horas.	<b>Pilates</b>	Conjunto de ejercicios físicos en los que se entrena la musculatura, la resistencia, flexibilidad y el control de la respiración y la mente	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	<b>Bailes Latinos</b>	Clases de bailes latinos	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:00 a 16:45 horas	<b>Entrenamientos</b>	Entrenamiento Federados Tenis de Mesa	Federados Tenis Mesa	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 20:00 horas	<b>Ensayo Bailadores Canarios</b>	Ensayo	Asociación de Bailadores Canarios de Diego Felipe – Guaratene	Consejo de Centro
Martes y viernes de 17:30 a 19:00 horas	<b>Ensayo Rondalla</b>	Ensayo	Asociación Cultural Folklórica Monte Nevado	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:00 horas	<b>Zumba</b>	Zumba es una disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 11 de diciembre de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00 y miércoles 18 de diciembre de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Servicio de Psicología y Atención sobre la Salud Mental.</b>	Se llevarán a cabo sesiones de atención psicológica individualizadas a la población en general. Las personas interesadas en asistir deben solicitar cita previa llamando al número de teléfono 614 110 560 o enviando un e-mail a <a href="mailto:citaprevialaguna@gmail.com">citaprevialaguna@gmail.com</a> .	Concejalía de Educación del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Consejo de Centro.
Jueves de 17:45 a 19:15 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	<b>Taller de Manualidades para Personas Mayores.</b>	Taller de Manualidades dirigido a personas mayores, socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se llevarán a cabo trabajos manuales haciendo uso de diferentes materiales. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi, Presidenta de la Asociación Mayores San Jerónimo de Taco, de manera presencial en el Centro Ciudadano San Jerónimo, los lunes o miércoles a las 10:30 o llamando al teléfono 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Viernes de 16:00 a 17:00 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	<b>Zumba para Personas Mayores.</b>	Se imparten clases de gimnasia suave a ritmo de la música adecuada para el ejercicio de personas mayores. Esta actividad está dirigida a las personas socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi; la Presidenta de la Asociación Mayores San Jerónimo de Taco, acudiendo presencialmente al Centro Ciudadano San Jerónimo los lunes o miércoles a las 10:30, o llamando al teléfono 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Martes de 18:00 a 19:30 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	<b>Cocina Saludable para Personas Mayores.</b>	Taller de Cocina Saludable dirigido a personas mayores, socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se llevarán a cabo diferentes recetas de menús para la preparación de platos originales de gastronomía saludables. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi; Presidenta de la Asociación Mayores San Jerónimo de Taco, de manera presencial en el Centro Ciudadano San Jerónimo los lunes o miércoles a las 10:30 o llamando al teléfono 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Miércoles de 18:30 a 20:00 (Curso escolar 2024-2025)	<b>Tutorizaciones de la ESO.</b>	Tutorizaciones de Educación Secundaria Obligatoria. Si es mayor de edad y está interesado o interesada en cursar la ESO a través de Radio ECCA, puede asistir de manera presencial al Centro Ciudadano San Jerónimo, los martes un poco antes de las 18:30 y preguntar por la Tutora; Miriam.	Radio ECCA.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.
Lunes de 17:00 a 20:00 horas (Durante todo el año).	<b>Confección y Tuning de Vestuario.</b>	Taller de costura en el que se confeccionan y tunean prendas de vestir. Para mayor información e inscripción contacte directamente con la tallerista, al teléfono 696 530 275 (Pilar)	Asociación Manos Maestras.	Consejo de Centro.
Lunes y jueves de 20:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	<b>Tai-chi.</b>	Se imparten clases de Tai-chi para personas mayores de edad dos días en semana. Para mayor información e inscripción contacte directamente con el monitor al teléfono 620 47 47 80 (Mario)	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco.	Consejo de Centro.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 09:30 a 10:30 (Durante todo el año).	<b>Entrenamiento Funcional.</b>	Clase deportiva impartida dos días en semana, con una hora de duración en cada sesión. Se trabaja tanto cardio, como tonificación y flexibilidad. Está dirigida a personas mayores de edad. Para mayor información e inscripción contacte directamente con la monitora deportiva al teléfono 661 24 64 00 (Macarena)	Asociación Angora.	Consejo de Centro.
Jueves de 16:00 a 20:00 horas (Durante todo el año).	<b>Clases de Guitarra.</b>	Se imparten clases para aprender a tocar la guitarra o el timple. Para mayor información e inscripción contacte con el profesor al teléfono 615 691 379 (Jesús)	Asociación Cultural Grupo de Estudios e Investigación Achbinico.	Consejo de Centro.
Días sueltos previa solicitud (Durante todo el año).	<b>Proyecto de la A a la Z.</b>	Se prestará atención individualizada a aquellas personas que necesitan acompañamiento para llevar a cabo gestiones con Administraciones Públicas y/o Privadas, además de asesoramiento, derivación y seguimiento por parte de Trabajadoras Sociales. La atención se llevará a cabo con Cita Previa contactando al e-mail: <a href="mailto:contigo2022.info@gmail.com">contigo2022.info@gmail.com</a> .	Asociación Social ConTigO	Consejo de Centro y Área de Bienestar Social del Exmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.
Jueves de 17:00 a 18:00 horas (Hasta julio de 2025)	<b>Metafísica.</b>	Meditación inicial, ¿Qué es la Metafísica?. Ley de Mentalismo Las 7 Leyes Universales. La Llama Violeta y su uso. Se trata de una actividad totalmente gratuita y abierta a todas las personas, mayores de edad, que quieran asistir. Se imparte una hora en semana, empezando con una corta meditación y abordando todos y cada uno de los temas de la programación con el fin de dar a conocer y/o llevar a cabo una ampliación de conceptos que se desarrollan en metafísica. Para mayor información o inscripción envíe un WhatsApp al número 639 22 72 18 (Sandra)	Sandra Morales Correa (Orientadora Laboral y Docente FPE, Experta en Metafísica)	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas. (Durante todo el año).	<b>Pilates.</b>	Se imparten clases de Pilates, dos días en semana, de una hora de duración cada una de las sesiones. Para mayor información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo el día y hora en el que se imparte la actividad o llame al teléfono 670 78 85 45 (Sabina)	Asociación Canaria Sabice.	Consejo de Centro.
Martes, jueves de 18:00 a 21:00 y viernes de 17:00 a 20:00 horas. (Durante todo el año).	<b>Taekwondo Infantil.</b>	Entrenamientos y participación en competiciones de Taekwondo Infantil. Para más información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo en horario de la actividad o llame al teléfono 662 57 29 38 (Rayco)	Asociación Cultural y Deportiva INNAE.	Consejo de Centro.
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas (Durante todo el año).	<b>Clases de Baile Urbano y K-Pop para el público Infantil y Juvenil. Proyecto K-House Dance Academy.</b>	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile Juvenil denominado "K-House Dance Academy" destinado a la formación de Baile Urbano y K-Pop al público infante-juvenil, con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. K-House Academy tiene como fin fomentar el ocio saludable a través del arte de la danza. Impartirán clases de baile juvenil dos días en semana. Para mayor información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram <a href="https://www.instagram.com/oficialkhouse">@oficialkhouse</a> o al tlf. 620 350 652.	Asociación Juvenil K-House.	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 5 y 12 de diciembre a las 18:30 horas	<b>Taller de Escritura Creativa</b>	Taller de escritura creativa que se celebrará en la Biblioteca del centro. Interesados acudir en el horario de la actividad.	Biblioteca del centro	Consejo de centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 12 de diciembre 17:00 a 22:00	<b>Celebración del Aniversario de la Asociación de Mujeres Libergara</b>	La Asociación de Mujeres Libergara te invita a unirse a una gran fiesta de aniversario. Disfrutarán de un picoteo, música en vivo a cargo del grupo Los Entusiasmados, y una fascinante exposición de la ropa de sus murgas. ¡Ven a celebrar con ellas 20 años de compañerismo y lucha!"	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro.
Jueves 12 de diciembre a las 17:15 horas	<b>Club de lectura</b>	Reunión mensual del Club de Lectura de la Biblioteca del centro. Esta actividad fomenta el hábito de lectura, el intercambio de opiniones y la reflexión. Interesados acudir en el horario de la actividad.	Biblioteca del centro	Consejo de centro
Jueves 19 de diciembre a las 17:30 horas	<b>Tarde de juegos</b>	Actividad dirigida a niños/as de entre 6 y 12 años en donde podrán conocer y practicar diversos juegos de mesa. Interesados acudir en el horario de la actividad.	Biblioteca del centro	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas	<b>Taller de Pintura</b>	Taller de pintura. Inscripción en el tlf. 697 348 989.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Martes de 10:00 a 12:00 horas	<b>Taller de Cestería</b>	Taller sobre cestería canaria dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 659 155 336.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 20:00	<b>Taller de Fofuchas y manualidades</b>	Taller de creación de Fofuchas dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 611 256 862.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Martes de 9:30 a 11:30 y jueves de 18:30 a 20:30 horas	<b>Taller Confección Vestimenta Tradicional</b>	Taller de creación y perfeccionamiento de vestimentas típicas canarias. Inscripción en el tlf. 666 270 472.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:15 horas	<b>Pilates (Tarde)</b>	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el whatsapp 690 054 286.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 20:30 a 21:30 horas	<b>Pilates (Noches)</b>	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el tlf. 659 531 793.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 20:30 horas	<b>Bachata para chicas</b>	Taller de Bachata estilo chica. Inscripción en el tlf. 636 278 477.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas	<b>Wing Tsun</b>	Taller de Wing Tsum, arte marcial de origen chino. Actividad deportiva. Inscripción en el tlf. 609 711 848.	Asoc. G & R Wing Tsun	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 18:30 a 20:00 horas	<b>Bujinkan Ninjutsu</b>	Taller del arte marcial Bujinkan Ninjutsu. Inscripción en el tlf. 647 428 634.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 horas	<b>La Escuelita</b>	Actividades de aprendizaje y estimulación cognitiva para mayores. Más información en el tlf. 922 62 42 76.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 y miércoles y jueves 18:30 a 20:00 horas	<b>Defensa Personal Krav Maga</b>	Taller de Defensa Personal Krav Maga. Combate mano a mano que enseña a defender y a contratacar al mismo tiempo. Actividad deportiva. Inscripción en: 619.32.32.80	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas	<b>Entreno Dual</b>	Entreno Dual (Funcional y Zumba Fit) Funcional: Ejercicios de fuerza con material deportivo variado y Zumba Fit: Cardio de alto rendimiento (con y sin pesas). Inscripción e información en el tlfno 622,821,568	Asoc. Cultural y Musical Angora	
Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Ejercicios de fuerza, cardio y estiramientos con material deportivo variado. Inscripciones los Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas en el mismo centro.	Asoc. Cultural y Musical Angora	
Lunes de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller de Canto</b>	Taller de canto impartidas por la cantante Virginia Guantanamera. Inscripción en el mismo centro los lunes de 17:00 a 19:00 horas.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes 18.30 a 20:30	<b>Taller de Teatro Musical "Haz Magia en el Escenario"</b>	Actividad destinada a mayores de 10 años sin experiencia previa . Taller gratuito de teatro impartido por la Compañía Habemus Teatro el cual contará con profesionales de la danza, la música y la interpretación. Para más información e inscripciones enviar un correo electrónico a <a href="mailto:teatromusicalcclalaguna@gmail.com">teatromusicalcclalaguna@gmail.com</a> indicando nombre, apellidos, edad, teléfono y centro ciudadano al que quiere asistir.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 18:30 a 19:30 horas	<b>Cardio dance</b>	Actividad deportiva que combina el baile con el cardio. Inscripción e información en el teléfono 622,285,443	A.V.V. La Montaña	
Lunes y jueves de 17:00 a 18:30 horas	<b>Ensayo de Folklore Canario</b>	Ensayos de folklore. Para formar parte del grupo llamar al 685770129	Grupo de mujeres del barrio	

## CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 18 de diciembre de 20:00 a 22:00 hs	<b>Muestra de Villancicos navideños.</b>	Los miembros de la asociación realizarán una muestra de villancicos navideños adentrándose en el mundo del folclore.	Asociación Folclórica Tacoremi	Consejo de Centro
Jueves 19 de diciembre de 17:00 a 22:00 horas	<b>Exposición fotográfica de los alumnos del Taller de Fotografía</b>	Los alumnos del taller de fotografía del centro ofrecerán una muestra fotográfica del trabajo que han venido realizando a lo largo del curso. Podrá ser visitada este día en el Salón de Actos del centro.	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Viernes 20 de diciembre de 19:30 a 21:00 horas	<b>Concierto de Navidad del alumnado de Canto Lírico</b>	Los alumnos de canto lírico "Lyrics Voice" ofrecerán un concierto de canto con motivo de las fiestas navideñas Asistencia libre hasta completar aforo.	Asociación de Vecinos Avelca	Consejo de Centro
Todos los lunes de 18:30 a 20:00 horas	<b>Metafísica</b>	Clases de metafísica. Para más información contactar con Carmen Díaz en el siguiente número de teléfono 640281041	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los martes de 18:30 a 19:30 horas	<b>Yoga</b>	Descubre el equilibrio entre mente y cuerpo mientras te sumerges en posturas suaves que harán que te sientas fuerte y flexible a la vez. ¡Aprende a calmar tu mente, respirar consciente y a mover tu cuerpo! ¡Te esperamos en la esterilla! Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 644839346	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 09:15 a 10:30 horas	<b>Yoga Adaptada</b>	Hatha Yoga es una oportunidad de conocerte a ti mismo en plenitud, trabajando a través de tu cuerpo. Mediante la realización de las ásanas o posturas, la respiración y la meditación. El yoga es una de las prácticas para el bienestar y la salud más antiguas del mundo, aporta beneficios como relajación o flexibilidad y ayuda a prevenir problemas de espalda y a tomar consciencia de la respiración. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 699 871 907	Asociación de Profesores de Yoga de Canarias "Samanvaya"	Consejo de Centro
Todos los lunes 19:30 a 21:00 horas	<b>Escuela de Baile Folklórico</b>	Taller de baile folklórico con nivel de iniciación y perfeccionamiento. Para más información e inscripciones contactar a través de Whatsapp al 655331514- Andrés Mendoza.	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles 18:00 a 19:30 horas	<b>Escuela de instrumentos de cuerda</b>	Taller para aprender a tocar la guitarra, badurria, timple, bajo y laúd. Para más información e inscripciones contactar con la monitora, Natalia en el siguiente número de teléfono 608723909	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Todos los miércoles de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos de baile y parranda</b>	Ensayo del cuerpo de baile y la parranda de la Agrupación Folklórica Tacoremi . Para más información: 655331514 (Clases de baile) o 608723909 (Clases de cuerda)	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 17:00 a 18:15 horas	<b>Tai- Chi</b>	El Tai-Chi es un arte marcial que ayuda a trabajar el estrés y la disciplina. Para más información e inscripciones acudir 10 minutos antes del inicio de la actividad	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los miércoles de 17:30 a 18:30 horas y los viernes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Capoeira infantil</b>	Clases para niñas y niños de capoeira infantil dónde se aprenderá esta disciplina que combina la danza, acrobacias, artes marciales y música. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	<b>Capoeira adulto</b>	En las clases de capoeira para adultos, se aprenderá esta disciplina que es una combinación de artes marciales, acrobacias y danza. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los martes y viernes de 19:30 a 20:30 horas	<b>Zumba</b>	Zumba es una disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile en un entorno divertido y ameno. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 677785700 (Yvonn)	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los martes y jueves de 10:30 a 11:30 horas y de 17:00 a 18:30 horas	<b>Pilates suelo</b>	El pilates de suelo es una disciplina que permite la tonificación y la activación corporal. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 616178877 (Tere)	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los miércoles de 18:30 a 19:30 horas	<b>Dance Fitness</b>	Disciplina que fusiona el baile y el ejercicio. Mejora la coordinación, atención y el estado físico. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 662555143 (Enelis)	Asociación de Acción Teatral Actrices con A	Consejo de Centro
Todos los lunes, martes, jueves y viernes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Funcional Body</b>	Clases de entrenamiento funcional dirigidos por un monitor deportivo. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 670378209	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los viernes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Taller de Estimulación Cognitiva</b>	La terapia de estimulación cognitiva consiste en desarrollar estrategias para mejorar la calidad de vida y el bienestar físico y social. Esta actividad permite mejorar capacidades y funciones cognitivas como la percepción, la atención, el razonamiento, la memoria, el lenguaje etc. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 698956041 (Davinia)	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los viernes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Estimulación-Gimnasia</b>	Clases de gimnasia para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto
Todos los martes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Fotografía</b>	Clases de fotografía para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto
Todos los jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Yoga</b>	Clases de yoga para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Todos los jueves de 18:30 a 20:30 horas	<b>Taller de Teatro Musical "Haz Magia en el Escenario"</b>	Taller gratuito de teatro impartidos por profesionales de la danza, la música y la interpretación. Para más información e inscripciones enviar un correo electrónico a <a href="mailto:teatromusicalcclalaguna@gmail.com">teatromusicalcclalaguna@gmail.com</a> indicando nombre, apellido y centro ciudadano al que quiere asistir. Actividad destinada a mayores de 10 años sin experiencia previa	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Consejo de Centro
Todos los lunes de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller de Patchwork</b>	Taller de costura que consiste en coser diferentes piezas de tela o retales para obtener un diseño más grande. Para más información e inscripciones deben llamar al 626072238 (Lucy)	A. VV. Avelca	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 02/12/2024 al 11/12/2024 en horario de 18:30 a 21:00 horas: Inscripción y recogida de plantilla para el Concurso de Tarjetas de Navidad - 12/12/2024: Fecha límite para entregar tarjeta. - 13/12/2024 en horario de 16:00 a 20:30 horas: Festival musical y entrega de premios a los/as ganadores/as.	<b>Concurso de Tarjetas de Navidad</b>	Se realizará un Concurso de Tarjetas Navideñas Infantil y Adulto. Inscripción del 2 al 11 de diciembre en el Centro Ciudadano en horario de 18:30 a 21:00 horas. Los premios se entregarán en el transcurso de un Festival musical que se realizará el viernes 13 de diciembre a las 16:00 horas.	Asociación Músico Cultural Murgas las Pirujas	Asociación Musico-cultural Minfaya
De lunes a viernes en horario del Centro	<b>Clases de la Academia del Patronato Ntra. Sra. de Lourdes</b>	Se impartirán clases a través de la Academia del Patronato de Música de las siguientes materias: Música y movimiento, Solfeo, Piano, Trompa, Trompeta, Trombón, Bombardino, Clarinete, Flauta, Percusión, Saxo, Tuba. Información e inscripción en el Centro Ciudadano los lunes de 16:30 a 19:30 horas y miércoles de 16:30 a 20:30 horas. Más información: 630741122 o <a href="mailto:gestion.bandavalleguerra@gmail.com">gestion.bandavalleguerra@gmail.com</a>	Patronato de Música Ntra. Sra. de Lourdes	Consejo de Centro
Información de los horarios en tel. 922 15 03 12, Whatsapp al 689 221 250 o correo electrónico <a href="mailto:38011108@gobiernodecanarias.org">38011108@gobiernodecanarias.org</a>	<b>Formación Básica Inicial</b>	Clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 15 03 12, ó 689221250 (Whatsapp) o en el enlace: <a href="https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenife/matricula/">https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenife/matricula/</a>	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Información de los horarios en tel. 922 15 03 12, Whatsapp al 689 221 250 o correo electrónico <a href="mailto:38011108@gobiernodecanarias.org">38011108@gobiernodecanarias.org</a>	<b>Clases de Graduado en ESO</b>	Clases de secundaria dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 15 03 12, ó 689221250 (Whatsapp) o en el enlace: <a href="https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenife/matricula/">https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenife/matricula/</a>	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro



## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 17:00 a 19:00 horas.	<b>Taller de Dibujo y Pintura.</b>	Se realizará un taller de dibujo y pintura para niños/as y adolescentes a partir de 6 años. Adultos llamar para consultar. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en <a href="mailto:artecreadores@gmail.com">artecreadores@gmail.com</a> o llamando al tlf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Martes y jueves: 1º Grupo: de 17:30 a 18:30 horas. 2º Grupo: de 18:30 a 19:30 horas. 3º Grupo: de 19:30 a 20:30 horas.	<b>Baile Moderno</b>	Se realizará un taller de Baile Moderno. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 628807807 - 1º Grupo de 4 a 7 años - 2º Grupo de 8 a 12 años - 3º Grupo adultos más de 12 años	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Dancefit</b>	Se realizará un taller de Dancefit. Información e inscripciones llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 610 977 952	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 19:00 horas	<b>Baile Folclórico</b>	Se realizará un taller de Baile Folclórico. Información e inscripciones 605 157 963	Asociación Cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:30 a 19:30 horas	<b>Taller de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas</b>	Taller donde se impartirá los siguientes temas: Introcución a la moda, diseño, patronaje y costura y acabados. Se realizará un taller de Baile Folclórico. Información e inscripciones llamando al tlf. 605 157 963	Asociación Mayores El Apio	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 17:30 horas.	<b>Taller Actividad Física-Estimulación Cognitiva</b>	Actividad física y estimulación cognitiva, dirigida a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:00 horas	<b>Taller Estimulación Musical</b>	Taller de estimulación musical dirigido a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO TEJINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes, 2 de diciembre a las 17:00 horas.	<b>Obra de teatro musical "El tercer elfo"</b>	Representación de la obra "El tercer elfo" de Habemus teatro dentro de la programación de Navidad propuesta por la concejalía de Participación Ciudadana		Consejo de Centro
Miércoles 18 y viernes 20 de diciembre de 17:00 a 21:30 horas	<b>Función de Navidad</b>	Función de Navidad de Tejina en Danza, escuela de Danza fundada en Tejina por una usuaria del centro.	Tejina en Danza	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 20:30 horas.	<b>Metafisica</b>	Se impartirán clases de metafísica. Para más información o inscripción contactar con Ana Tovar. Tlf. 647400619 - Ley de Mentalismo - Las siete leyes Universales - Manejo y uso correcto del pensamiento y sentimiento. - Meditación - Principios básicos de las grandes religiones. - Grandes pensadores.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Miércoles de 10:00 a 12:00 horas.	<b>Cestería</b>	Clases de confección de cestas artesanas. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes y jueves de 8:30 a 10:40 horas.	<b>Pilates</b>	Clases de Pilates. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 677111572 (Gigly)	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Jueves de 18:30 a 20:00 horas.	<b>Bailes Folclóricos</b>	Clases de bailes folclóricos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 605157663 (Yurena)	Asociación cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 16:00 a 17:00 horas.	<b>Clases de Lengua de Signos</b>	Clases de lengua de signos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.	<b>Tai-chi y Chi-kung</b>	Clases de Tai-chi y chi-kung. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 681041546 (Matías) - Control de la respiración. - Control Psicomotriz. - Conciencia y Relajación. - Tonificación. - Estiramientos. - Disminución de estrés y ansiedad.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas (grupo para adultos). Jueves de 17:00 a 19:00 horas (grupo para niñas/os y adolescentes).	<b>Taller de Dibujo y Pintura</b>	Se realizará un taller de dibujo y pintura para todos los niveles. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:30 a 21:30 horas.	<b>Zumba con Aránzazu</b>	Se realizará la actividad de Zumba. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 18:30 horas	<b>Iniciación de instrumentos: guitarra, laúd y bandurria</b>	Se impartirán clases de iniciación a guitarra, laúd y bandurria. Para más información llamar al tf. 609 611 259	Asociación cultural Guatatiboa	
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Kung-fu y Wushu para niñas/os y adultos</b>	Kung- Fu y Wushu (niñas/os a partir de 8 años y adultos). Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 681 041 546 ( Matías). - Desarrollo psicomotriz. - Autodefensa. - Diversión. - Disciplina. - Respeto. - Creatividad. - Autocontrol. - Concentración	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 8:30 a 9:30 horas.	<b>Yoga para adultos. Iniciación</b>	Taller de iniciación al yoga para adultos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 676 312 688 (María).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes y jueves de 11:45 a 12:45 horas.	<b>Yoga y Chi-kun en silla</b>	Taller de yoga y Chi-kun en silla para personas con movilidad reducida. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tf. 681 041 546 ( Matías).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Clases de inglés</b>	Se impartirán clases de inglés dirigidas tanto para niños/as entre 8 y 15 años como para adultos a partir de los 16 años. Para más información o inscripción contactar con José Luis y Emma a través del correo emmamfrancis@hotmail.com o llamando a los tlf.606 809 802 y/o 611 621 816.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Viernes de 9:30 a 10:30 horas.	<b>Taller de Acondicionamiento Físico Suave</b>	Taller de Acondicionamiento Físico Suave. Para más información o inscripción puede acudir el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 642324383 (Iraida)	Asociación solidaria de Corazón	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves, 13 de diciembre a las 18:30 horas.	<b>Obra Teatral Castillo Mágico</b>	La compañía Habemus Teatro vendrá el jueves 12 de diciembre a realizar una Obra de Teatro llamada El Castillo Mágico, irán por más centros con diferentes actividades para los más pequeños/as		Consejo de Centro
Domingo 15 de diciembre de 17:30 hasta las 21:30 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Se realizará el tradicional Festival de Villancicos con las actuaciones de agrupaciones de Punta del Hidalgo	Consejo de Centro	Consejo de Centro
Dos Lunes al mes de 18:00 a 19:30 horas	<b>Proyecto "A tu ritmo"</b>	Dos lunes de cada mes hasta febrero se desarrollan sesiones del proyecto comunitario "A tu ritmo" en dónde se creará una red entre vecinos/as	Concejalías de Educación, Drogodependencia, OMIC y de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 19:00 horas y jueves de 17:00 a 20:00 horas	<b>Formación Básica Inicial</b>	Se darán clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922150312 ó en el enlace: <a href="https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordested/etenerife/matricula/">https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordested/etenerife/matricula/</a>	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas (Iniciación) y de 18:00 a 19:00 horas (Avanzado).	<b>Tai chi (iniciación y avanzado)</b>	Se impartirán clases de Tai Chi. Iniciación y avanzado. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Estiramientos/Streching</b>	Se impartirán clases de Estiramientos. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles 18:30 a 19:30 horas	<b>Yoga en Inglés</b>	Se impartirán clases de Yoga en Inglés y otros idiomas. Para más información llamar al tlf 680 731 788 (Francesca)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 20:30 horas	<b>Entrenamiento y salud</b>	Se impartirán clases de entrenamientos individualizados para mejorar la condición física. Para más información llamar al tlf. 666 348 840 (Javier)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:00 horas	<b>Taller de Lectura</b>	Se impartirá un Taller de Lectura una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 649 821 401	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:30 a 19:30 y de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 10:00 a 11:00 horas	<b>Hatha Yoga</b>	Se impartirán clases de Hatha Yoga. Para más información llamar al tlf. 650 480 321 (María)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 Viernes de 10:00 a 12:00 horas	<b>Biodanza</b>	Se impartirán clases de Biodanza. Para más información llamar al tlf. 676 312 688	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 10:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Se impartirán clases de Entrenamiento Funcional. Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc.Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas (adultos) y miércoles de 18:00 a 20:00 horas (niños).	<b>Folclore Instrumental</b>	Se impartirán clases de Folclore Instrumental para niños y adultos. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asoc. de Vecinos Aguacada	Consejo de Centro
Lunes, Martes y Jueves de 16:30 a 17:30 horas y Lunes, Miércoles y Jueves de 19:30 a 20:30 horas	<b>Kickboxing</b>	Se impartirán clases de Kickboxing para todas las edades. Según la edad se adaptará la clase a cada grupo. Para más información llamar al tlf. 686632097 (Jacobo)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Viernes de 12:00 a 13:30 horas	<b>Taller de Cuencos Tibetanos</b>	Se impartirá un Taller de Cuencos Tibetanos al mes. Para más información llamar al tlf. 677468131 (Ruth).	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
lunes 15,30 a 16,45, Jueves de 17:00 a 18:15 y viernes de 11:00 a 12:30 horas	<b>Estiramientos, relajación y terapia integral</b>	Se impartirán clases de estiramientos, relajación y terapia integral. Para más información llamar al tlf. 639423931 (Vanessa)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:30 horas	<b>Pilates</b>	Actividad propuesta y promovida por el OAD, para más información contactar con el Organismo Autónomo de Deportes	OAD (Organismo Autónomo de Deportes)	Consejo de Centro
Miércoles de 16:30 a 18:00 horas, jueves de 18:00 a 19:30 horas y viernes de 8:30 a 10:00 horas	<b>Jiu Jitsu Brasileño</b>	Se darán clases dirigidas a personas con ganas de aprender Jiu Jitsu Brasileño, para más información contactar con Tom - 661184982	Asociación Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:30 horas.	<b>Programa de Radio "Soulake"</b>	Programa de radio on- line y de actualidad de la comarca, noticias, novedades musicales, tertulia, redes sociales, concursos radiofónicos y entrevistas in situ a artistas de la comarca.	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Tercer o cuarto miércoles de mes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Presentaciones de Libros y Charlas Culturales</b>	Se impartirá una vez al mes una Charla o Presentación de algún libro, se impulsa el sentimiento canario y nuestros orígenes, se realizarán normalmente el tercer o cuarto miércoles de cada mes	Departamento de humanidades de la Universidad de La Laguna	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:30 a 17:45 horas	<b>Refuerzo Educativo (Programa CaixaProinfancia)</b>	Actividad de refuerzo educativo enmarcada dentro del programa Caixaproinfancia, y gestionada por la Fundación Ecça Social, para ayudar a los más pequeños con las actividades del cole para que puedan desarrollarse mejor y estar acompañados	Fundación ECCA Social	Concejalía de Participación Ciudadana y Programa Caixaproinfancia

## CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 5 de diciembre a partir de las 19:00 horas	<b>Inauguración del Belén Canario de San Miguel de Geneto 2024</b>	7ª Edición de la Inauguración del Belén Canario de San Miguel de Geneto con la actuación musical del Coro de niños/as del Colegio San Jerónimo de Taco.	Asociación Belenista El Castrejón	Consejo de Centro
Viernes 13 de diciembre a partir de las 20:30 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Festival de Villancicos	Consejo de centro	Consejo de Centro
Viernes 20 de diciembre a partir de las 18:30 horas	<b>Cuenta Cuentos</b>	Cuenta Cuentos Navideños de otras culturas nórdicas, de distintos autores como Charles Dickens, Hofman, los Hermanos Grimm etc, dirigido al público en General.	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Mañanas Lunes y Miércoles de 12:00 a 13:00 horas. Tardes Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Yoga</b>	Clase física de estiramientos y relajación. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Meditación</b>	Ejercicios de calma mental y bienestar. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas Lunes, Miércoles y Jueves de 09:00 a 10:00 horas. Tardes Lunes y Miércoles de 17:00 a 18:00 horas y Viernes de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Pilates</b>	Disciplina deportiva basada en estiramiento y acondicionamiento físico. Inscripción previa: Laura 636 156 137	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 16:00 a 18:00 y de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Cerámica Creativa</b>	Se impartirán talleres de cerámica creativa. Inscripción previa: Juan 639 075 515	Asociación Belenista y Cultural El Castrejón	Consejo de Centro
Mañanas Lunes y Miércoles de 10:00 a 11:00 horas. Tardes Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Zumba</b>	Disciplina fitness mediante movimientos de baile combinados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 horas.	<b>Arreglos y Reutilización de Ropa</b>	Se llevarán a cabo talleres sostenibles de transformación de ropa que se deja abandonada para darle un segundo uso y adaptarla al gusto. Inscripción previa: Gely 637 338 993	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 20:00 a 21:00	<b>Bailes Latinos Iniciación</b>	Se imparten clases de Iniciación de bailes latinos (salsa, bachata, merengue..) Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:30 horas.	<b>Bailes Latinos</b>	Se imparten clases de bailes latinos (salsa, bachata, merengue..) Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 10:00 a 11:00 horas.	<b>Clases de Mantenimiento</b>	Ejercicios físicos de bajo impacto y moderados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Bailes Modernos Infantil</b>	Clases de bailes modernos para niños/as de entre 7 a 13 años. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Viernes de 17:30 a 19:00 horas.	<b>Dibujo y Pintura Infantil / Juvenil</b>	Se imparten clases de dibujo y pintura utilizando varias técnicas, actividad dirigida a menores. Inscripción previa: Raúl 640 662 587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas.	<b>Dibujo y Puntura Adultos</b>	Aprendizaje de técnicas de dibujo y pintura. Inscripción previa: Raúl 640 662 587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas.	<b>Vestimenta Tradicional</b>	Clases de confección de vestimentas tradicionales. Inscripción previa: Carmen 666 270 472	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Mañanas Lunes de 10:00 a 13:00 Tardes Martes y Miércoles de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Crochet</b>	Iniciación, guía de proyectos y charlas entorno al ganchillo. Inscripción previa: Klothly 616 110 375	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 a 19:30 horas.	<b>Clases de Cuerdas</b>	Guitarra, Bandurria, Timple, Laúd, Bajo, Cuatro Venezolano, Ukelle; Tabladura medida, aplicados al folclore y canción popular de Canarias. Inscripción previa: Noly 676 398 407 o Sandra 677 037 310	Asociación Cultural y Musical San Borondón	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Clases de Guitarra y Bajo</b>	Se imparten clases de guitarra y bajo, se trabajarán diferentes estilos musicales y solfeo. Inscripción previa: Frank 669 885 277	Parranda IXEMAD	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Teatro Adulto</b>	Clases de teatro para adultos en la que se incluyen actividades como: sensibilización de los sentidos, conciencia y expresión corporal, creación de personajes, improvisaciones grupales, juego teatral... Inscripción previa: Amalia 628 283 445	Actrices con A	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:30 horas	<b>Iniciación Bailes Canarios 3º Edad</b>	Se impartirán talleres, para principiantes de bailes canarios destinados a la 3º Edad. Inscripción previa: Francisco 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Miércoles y Viernes de 10:00 a 11:00 horas.	<b>Bailes Canarios 3º Edad</b>	Se impartirán talleres de bailes canarios destinados a la 3º Edad. Inscripción previa: Francisco 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:30 horas.	<b>Chácaras y Tambores</b>	Clases de aprendizaje en el manejo de las chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 20:30 horas.	<b>Bailes Tradicionales de Tambor</b>	Clases de bailes típicos con tambores, dentro de la categoría de Chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 horas.	<b>Sevillanas</b>	Clases para aprender su coreografía, compás, estructura, pasos y posiciones del cuerpo. Inscripción previa: Ana 677 084 639	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas Miércoles y Viernes de 11:00 a 12:30 horas Tardes Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:00 horas. Martes y Jueves de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Entrenamiento Funcional que incluye musculación, estiramientos, GAP y cardio. Inscripción previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 8:30 a 15:30 horas	<b>Formación, Asesoramiento y Búsqueda de Empleo</b>	Atenciones para formaciones, asesoramiento y búsqueda de empleo. Cita previa: 619 518 756	Fomación Don Bosco Salesianos Social	Consejo de Centro
Lunes y Jueves de 10:00 a 11:30 horas	<b>Proyecto Actívate (Actividades Cognitivas de Memoria, Manuales y Artísticas)</b>	Talleres de ocio para reforzar la memoria e incentivar la capacidad intelectual a través de actividades lúdicas, manuales y de lecto-escritura. Personas jubiladas, prejubiladas y/o de la tercera edad. Inscripción Previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Escuela Folclórica</b>	Enseñanza de Bailes Tradicionales Canarios de las 8 Islas para edades comprendidas a partir de los 7 años. Inscripción Previa: Jeremy 697 847 286	Grupo Musical IXEMAD	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 20 de diciembre de 17:00 a 21:00h.	<b>Fiesta de Navidad 2024</b>	Brindis participativo de usuarios y colectivos del centro con el fin de compartir y celebrar la Navidad. Amenizado con actuaciones de las actividades del centro.	Consejo de Centro	Consejo de Centro
Todos los Lunes de 18:00h a 19:00h.	<b>Yoga</b>	Clases de Yoga para adultos, actividad física ideal debido a sus beneficios físicos y relajantes. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Jueves de 18:00h a 19:00h	<b>Zumba</b>	Clases de Zumba para adultos, actividad física con coreografía. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Lunes de 16:00h a 18:00h.	<b>Cocina</b>	Clases de cocina para adultos, aprende recetas nuevas y trucos en la cocina. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Martes de 18:00h a 19:00h y Todos los Jueves de 19:00h a 20:00h	<b>Gimnasia</b>	Taller de Gimnasia para mantener una óptima condición física. Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Todos los Martes de 19:00h a 20:00h y Todos los Jueves de 20:00h a 21:00h	<b>Bailes Latinos</b>	Taller donde se aprenden nociones de varios tipos de Bailes Latinos (Salsa, Merengue, Bachata...) Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Todos los Martes de 18:00h a 20:00h.	<b>Estimulación cognitiva</b>	Actividad destinada a personas mayores para optimizar el funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas, con el que pretendemos mejorar el funcionamiento de las capacidades mentales y el bienestar. Inscripciones en el Centro Ciudadano o llamando al 922 82 33 16	Asociación de mayores Club de la 3ª Edad Amigos de la amistad	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 19:00	<b>Baile tradicional</b>	Clases de Baile Tradicional, más información llamando al 697847286.	Asociación Coros y Danzas Acoidán	No
Viernes de 16:00 a 18:00	<b>K-House Dance Academy</b>	Clases de k-pop de competición	Asociación Juvenil K-House	No

## CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 2 al 20 de diciembre, en horario de apertura del centro	<b>Recogida de alimentos solidaria a favor de Cáritas Finca España</b>	Se podrán entregar en el centro alimentos no perecederos y productos de higiene personal. La Asociación de Mujeres de Finca España entregará lo recaudado a Cáritas de Finca España, el jueves 12 de diciembre.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes 13 de diciembre, a partir de las 17:30 horas.	<b>Festival Musical "Navidad 2024"</b>	Como cada año por estas fechas, La Asociación de Mujeres de Finca España quiere invitarte al Festival Musical Navidad 2024, en el que actuarán diferentes grupos de La Escuela Municipal de Música Guillermo González, el grupo de villancicos "Las Cantoras de AMFE", el grupo de teatro "Son las que están y están las que son y el grupo de Chácaras y Tambores "Garajonay". Entrada gratuita hasta completar aforo.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Zumba</b>	Disfruta de esta disciplina fitness que combina rutinas aeróbicas con movimientos de baile, para fortalecer nuestro cuerpo y favorecer una mayor flexibilidad. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	El entrenamiento funcional es una forma de ejercicio que tiene como objetivo preparar a tu cuerpo para hacer frente a las tareas del día a día, como agacharse para recoger algo, mover objetos pesados, estirar los brazos para alcanzar algo, subir escaleras, cargar las bolsas de la compra. etc. Para ello, en lugar de aislar músculos individuales, el entrenamiento funcional se enfoca en los patrones de movimiento completos que utilizamos en la vida diaria. Para más información llamar al 661246400	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro
Lunes de 19:30 a 20:30 horas, martes de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Shinobijutsu (Ninjutsu) jóvenes y Adultos</b>	Clases de Ninjutsu para jóvenes a partir de 12 años y adultos. El Ninjutsu es el arte marcial japonés de los ninja. Esta palabra está compuesta por dos kanji, el nin que significa resistencia, paciencia, perseverancia y el jutsu que hace referencia a un conjunto de técnicas y habilidades, es decir, que el ninjutsu es el arte de la perseverancia. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967 o whatsapp al 642067634	Asociación Cultural de Artes Marciales Bernard San	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 horas	<b>Taller de Escritura Creativa Mente-Corazón</b>	Taller de escritura creativa "Mente-Corazón", de la mano de la escritora y divulgadora Lu Gabat. Un espacio donde la escritura abandona los esquemas tradicionales y se adentra en los caminos de la reflexión personal y colectiva, donde la originalidad, la imaginación y la innovación se dan la mano. Para más información llamar al 922.670.967 o whatsapp al 609.02.04.92	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	<b>Clases de Sevillanas y Flamenco</b>	Aprende con Laura Guillén a bailar sevillanas o cualquier palo de flamenco, de forma distendida y realizando ejercicios físicos, mentales y de coordinación. Para más información e inscripciones contactar vía whatsapp al 651.105.518	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E y Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:30 horas	<b>Taichí</b>	Clases de Taichí, un arte marcial originaria de china que se practica en la actualidad para reducir y aliviar el estrés y la ansiedad, además desarrolla la flexibilidad y el equilibrio. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas	<b>Yoga - Técnicas de Relajación</b>	Clases de Yoga enfocadas a las técnicas de relajación. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	<b>Costura y arreglos</b>	Taller de costura y arreglos de ropa, se puede participar sin conocimientos previos de costura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 19:30 a 21:30 horas	<b>Danza del Vientre</b>	Clases de Danza del Vientre para todos los niveles. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 18:00 horas.	<b>Teatro Aficionado</b>	Si quieres dar clases de teatro amateur con actores no profesionales, creando obras de teatro y participando en las mismas, puedes acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Grupo de Teatro "Son las que están y están las que son"	Consejo de Centro



## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### CENTRO CIUDADANO JARDINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:00 a 17:30 h	<b>Taller de Memoria</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora del Concejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:00 a 18:00	<b>Taller de manualidades</b>	Taller de manualidades donde se harán diferentes trabajos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Octubre 1953 San Luis Gonzaga	Consejo de Centro
Lunes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Taller de pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores Santísimo Cristo de la Montaña de Taco
Martes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Taller de manualidades</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores Santísimo Cristo de la Montaña de Taco
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas	<b>Clases de idiomas</b>	Clases de idiomas para niños/as. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Fundación Universidad ULL	
Lunes y jueves de 16:00 a 20:00 horas. desde el 16 de septiembre hasta finales de diciembre	<b>Talleres de Teatro Social</b>	Clases de Teatro Social dirigidos a todos los públicos.. Para más información acudir al centro en el horario indicado. El "Teatro Social", particularmente teatro foro, busca abordar problemas desde su raíz y promover soluciones colaborativas para fomentar la participación y cooperación democrática. De esta manera estos talleres buscan formar a jóvenes en esta herramienta para poder ofrecer bolos y actividades relacionadas a la ciudadanía.	Asoc. Juvenil y Cultural KAUA	

### CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles y sábados de 16:00 a 20:00	<b>Actividades formativas relacionadas con el patrimonio cultural dentro del proyecto "241 Miradas"</b>	Se realizan diferentes actividades dentro el proyecto "241 Miradas"	Proyecto socioeducativo itinerante Furgoneta Fantástica	Comisión Promotora del Concejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 19:30 a 21:30	<b>Ensayo de la Parranda</b>	Ensayo de la parranda	Parranda Cuevas de Lino	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO GUAMASA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
14 de diciembre a las 19:00 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Tendrá lugar un Festival de Villancicos con los grupos del Centro Ciudadano y algún grupo invitado	A.VV. Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro
Miércoles 20:00 a 22:00	<b>Ensayo de la Danza</b>	Ensayo Danza de Guamasa	Danza Guamasa	No
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 Y martes de 20:00 a 21:30	<b>Ensayo de la A.F. Leopoldo Morales</b>	Ensayo de la parte instrumental y del cuerpo de baile	A.F. Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Miércoles 21:00 a 22:00	<b>Ensayo Parranda Entreamigos</b>	Ensayo de la parte instrumental	Parranda Entreamigos	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 20:00	<b>Clases de Bordados</b>	Actividad donde se aprende el arte de de bordar.Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	C.D. Guamasa	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 22:00	<b>Baile</b>	Como ya es tradición en el centro, se han retomado los bailes que organiza la Comisión de Fiestas con música en directo	Asociación de Fiestas de San Isidro Labrador	Consejo de Centro
Sábados de 18:30 a 18:00	<b>Baile</b>	Los sábados dicha asociación ofrecerá bailes con música en directo a los asistentes.	Asociación de Fiestas Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro
Domingos de 17:00 a 22:00	<b>Baile</b>	Como ya es tradición en el centro, se han retomado los bailes que organiza el Club de Mayores Leopoldo Morales con música en directo	Club de Mayores Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Lunes y viernes 17:00 a 19:00	<b>Baile Urbano</b>	Clases de baile urbano para jóvenes, donde se conoceran los diferentes bailes urbanos y sus pasos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro
Martes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Taller de Estimulación / Actividad Física</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación/Actividad Física, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales
Miércoles de 17:45 a 19:15 horas	<b>Taller de Memoria</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales
Viernes de 16:00 a 17:30 horas	<b>Taller de Manualidades</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales

## CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00	<b>Clases de Gimnasia de Mantenimiento</b>	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Valle Jiménez	
Miércoles de 18:30 a 22:00 y viernes de 20:30 a 22:00 horas	<b>Clases de Guitarra</b>	Clases para aprender a tocar la guitarra.	A.VV. Valle Jiménez	
Martes a sábado de 17:00 a 22:30	<b>Juegos de mesa</b>	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Valle Jiménez	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Ensayo de grupo de música</b>	Ensayo de un grupo de música de nueva creación	Grupo música
Sábados a las 17:00 horas	<b>Fútbol chapas</b>	Se harán ligas, torneos y talleres sobre este hobby apasionante. Para más información sobre esta actividad, acudir en el horario indicado.	Club Fútbol Chapas La Laguna LFC

## CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Sábado 21 de diciembre a las 20:00 h	<b>Festival Villancicos</b>	Actuación del Coro Sueños de Anaga	Coro Sueños de Anaga	
Lunes 20:00 a 21:00 horas	<b>Ensayos Danza</b>	Ensayo Danza de los Viejos Las Mercedes	Danza Los Viejos de Las Mercedes	
Martes y jueves 20:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo Coro</b>	Ensayo del Coro Sueños de Anaga	Coro Sueños de Anaga	
Lunes 17:00 a 19:00 horas	<b>Ensayo Parranda</b>	Ensayo parranda Las Mercedes	Parranda Las Mercedes	

## CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 16:00 a 18:00 horas	<b>Clases de Bordados</b>	Actividad donde se aprende el arte de de bordar. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. San Martín de Porres	
Martes y jueves 20:00 a 20:30 horas	<b>Ensayo A.F.</b>	Ensayo de la A.F. Achamán	A.F. Achamán	
Miércoles 16:00 a 18:00 y Viernes 17:00 a 20:00 horas	<b>Escuela de la A.F. Achamán</b>	Escuela donde se imparten clases de instrumentos de cuerda.	Escuela A.F. Achamán	
De lunes a viernes de 17:00 a 21:00	<b>Juegos de mesa</b>	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. San Martín de Porres	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Viernes de 20:00 a 23:00	<b>Envite</b>	Diferentes equipos se reúnen para jugar al envite	A.VV. San Martín de Porres	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Lunes de 18:15 a 19:30	<b>Zumba</b>	Taller de zumba que consiste en clases dirigidas de actividad aeróbica musical coreografiada. Para más información acudir en el horario indicado al centro ciudadano.	A.VV. San Martín de Porres	
Jueves de 17:00 a 19:30 h	<b>Clases de música</b>	Academia de música Achamán, clases con el profesor Ignacio Borrego	A.F. Achamán	
Martes de 16:30 a 18:00 horas	<b>Yoga</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Viernes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Zumba/Estimulación / Gimnasia</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba/Estimulación/Gimnasia, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Miércoles de 16:00 a 18:00 horas	<b>Memoria</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### CENTRO CIUDADANO EL PILAR-LAS TORRES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
14 de diciembre a partir de las 20:00 hasta las 00:00 horas	<b>Encuentro de Villancicos</b>	Como es tradición se hará en el centro ciudadano el Festival de Villancicos donde actuarán diferentes grupos con repertorio navideño.	A.F. Parranderos y Punto	A.VV. Larpi y Amas de Casa
31 de diciembre a partir de las 23:00h	<b>Fiesta de Fin de Año</b>	Celebración de Fin de Año, se partirá el año en el centro y a continuación habrá una cantante que amenizará con música a los asistentes.	A.VV Larpi	Amas de Casa
Martes de 16:30 a 18:30	<b>Clases de pintura</b>	Se imparten clases de Pintura	Amas de Casa	No
Lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Larpi	No
Jueves de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayo A.F. Parranderos y Punto</b>	Ensayo Agrupación Folklórica	A.F. Parranderos y Puntos	No

### CENTRO CIUDADANO SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
21 de diciembre a las 20:00 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Este año en el tradicional Encuentro de Villancicos participarán varios grupos musicales, los cuales harán una muestra de villancicos.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
3 de enero a partir de las 17:00 horas	<b>Cabalgata de pajes, con recogida de cartas a su llegada al Centro Ciudadano</b>	Como ya es tradición se hará la cabalgata por las calles del barrio y culminará en el centro ciudadano con recogida de cartas de los más pequeños	Consejo de Centro	
Viernes de 20:30 a 22:00	<b>Ensayo A.F. Cuerpo de baile</b>	Ensayos del cuerpo de baile	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:00	<b>Ensayo A.F. parranda</b>	Ensayo de la parranda	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00	<b>Pilates</b>	Taller de Pilates. Se realizan un conjunto de movimientos y ejercicios controlados para mejorar problemas posturales, dolores... Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	
Lunes, miércoles de 18:30 a 19:30 y viernes de 18:00 a 19:00 horas	<b>Gimnasia de mantenimiento</b>	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	<b>Escuela infantil Folklore</b>	Escuela de baile folklórico infantil. Para más información acudir al centro ciudadano, en el horario indicado	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Escuela de Folklore Instrumental</b>	Escuela de folklore instrumental donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:30 a 20:30 horas	<b>Clases de Danza Africana</b>	Clases de Baile de la modalidad de danza Africana, para más información acudir al centro en el horario indicado	Danza Africana	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 22:00 horas	<b>Taller de Baile de Salón</b>	Taller donde se aprenderán diversos pasos de los diferentes tipos de baile de salón. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Consejo de Centro	

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 17:30 a 19:30	<b>Clases de Cuerda para niños y adultos</b>	Clases de cuerda donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda, tanto para niños como para adultos. Para más información acudir al centro en el horario indicado. - 17:30 a 18:30 clases infantil - 18:30 a 19:30 clases adultos	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	<b>Escuela Baile Iraya (Adultos)</b>	Clases de Baile Tradicional para futuro/as componentes. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Lunes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Taller de Yoga</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto
Martes de 16:00 a 17:30 horas	<b>Taller de Teatro</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto
Viernes de 17:30 a 19:00 horas	<b>Taller de pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto

## CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
15 de diciembre a las 18:00 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Tendrá lugar un Festival de Villancicos donde se amenizará con villancicos para finalizar brindis	A.F. Arraigo	Colectivos del Centro
Martes de 21:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo cuerpo de baile</b>	Ensayo del cuerpo de baile de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	
Jueves de 21:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo parranda</b>	Ensayo de la parranda de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	
Miércoles y viernes de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayo Parranda San Lázaro</b>	Ensayo de la Parranda San Lázaro	A.VV. San Lázaro	
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Taller de Creatividad</b>	· Mediante esta actividad lo que se pretende es conseguir, que las personas sean capaces de pensar, analizar la información, comprender las relaciones causa-efecto y sacar conclusiones, favoreciendo así el proceso creativo. • Los medios que se utilizarán para lograr estos objetivos son entre otros: -Pintar -Obras de arte con material reciclado -Jugar con plastilina. ... -Hacer puzles. ... -Hacer manualidades. ... -Juegos de palabras. impartida por alumnos/as de la facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna	Asociación Mayores El parque se San Lázaro	Alumnos/as de la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna
Martes de 16:00 a 17:15 horas	<b>Taller de Cocina Saludable</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Cocina Saludable, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro
Martes de 16:00 a 17:30 horas	<b>Taller de Manualidades</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Taller de Estimulación Musical</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Musical, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro
--------------------------------	---------------------------------------	--	--------------------------	--

## CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
13 de diciembre a las 19:00 horas.	<b>“Caminos con nombre de Mujer”</b>	Proyección del documental "Caminos con nombre de mujer". Se trata de un corto ligado al Festival Anaga Biofest que conecta a las mujeres pescadoras de la isla de La Graciosa con las mujeres gangocheras del Macizo de Anaga. Entrada libre hasta completar aforo ¡No se lo pueden perder	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes 20 de diciembre a partir de las 18:00 horas	<b>Festival de Villancicos</b>	Festival de Villancicos al finalizar se celebrará un brindis navideño. ¡Les esperamos! -Representación del belén -Actuación de la Parranda Isogue - brindis	Asociación de Mayores Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos de la A.F. Isogue</b>	Ensayos de la Agrupación Folclórica de la parte instrumental	A.F. Isogue	Consejo de Centro
Martes y Viernes de 18:30 a 20:00 horas	<b>Ensayos Parranda Isogue de San Juan</b>	Ensayos Parranda Isogue de San Juan	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	<b>Zumbayor</b>	Ejercicios que se inspiran en movimientos y pasos de los bailes latinos. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Bailes de Swing</b>	Se trata de la forma más popular de bailar música Swing en pareja. Un baile en el que conectas con el suelo, la pareja de baile y la música a la vez. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	<b>Gimnasia de mantenimiento</b>	Múltiples ejercicios de fuerza, resistencia y flexibilidad . Es un método de trabajo de bajo impacto. Ayuda a sobrellevar mejor los trabajos cotidianos.Una excelente oportunidad para hacer ejercicio y mejorar la salud en un ambiente agradable. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes, de 16:00 a 17:00 horas	<b>Cardio Boxing</b>	Actividad que mezcla Boxeo y Aerobic. Nace con la finalidad de aportar un valor añadido a la gimnasia aeróbica y mejorar los beneficios de su práctica. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Cardio Boxing	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Tertulia Literaria</b>	El Club de la 3ª Edad, se reúne quincenalmente para hacer lectura de un libro, e intercambiar aspectos del mismo. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Miércoles de 11:00 a 12:30 horas	<b>Encuentro de mujeres</b>	Actividad en la cual se reúnen mujeres para abordar temas relacionados con las vivencias de las mismas.	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Taller de español para alemanes/as</b>	Se imparten clases de español para personas alemanas que quieran aprender el idioma. Para más información, acudir al centro en el horario indicado	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 10:30 a 12:30 horas	<b>Diafredo (Trabajo corporal)</b>	Actividad de trabajo corporal con el objetivo de realinear y reposicionar el cuerpo para permitir movimientos naturales. Reduce el estrés y alivia el dolor. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Yoga</b>	Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud en general. Ayuda a reducir el estrés. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 18:15 a 19:15 horas	<b>RADIO-ECCA</b>	Actividad dirigida a mayores con la finalidad de ofrecerles un espacio de encuentro, potenciando la socialización y las relaciones interpersonales a la vez que ayuda a mantener y mejorar el estado de cognitivo, funcional y afectivo. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad Isogue de San Juan
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	<b>Pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad Isogue de San Juan
Viernes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Manualidades-Pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades/Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad Isogue de San Juan

## CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves, 12 de diciembre a las 18:00 horas	<b>Festival de Navidad</b>	Celebración del tradicional Festival de Navidad con las actuaciones de la Agrupación Folklórica Itamar, Baile Moderno Infantil, Chácaras y Tambores de la Agrupación Cumbres Gomeras y mucho más. ¡No te lo puedes perder!	Asociación 3ª Edad La Candelaria-San Román Asociación Juvenil Lo Damos Todo Por El Barrio	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Ensayos Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"</b>	Ensayos del Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Grupo "Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Martes De 18:30 - 20:00 horas y jueves de 18:00 a 20:00 horas	<b>Baile Moderno</b>	Actividad de expresión corporal artística que nace de la interpretación y visión del bailarín o coreógrafo. Está enfocada a los más pequeños/as. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil " Lo damos por el barrio"	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas	<b>Costura</b>	Actividad dirigida a personas interesadas en aprender a coser. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. de la 3ª Edad La Candelaria-San Román	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Viernes de 19:30 - 21:00 horas	<b>Bailes Latinos</b>	Clases que consisten en bailar de forma individual, parejas o grupo de forma coordinada, siguiendo el ritmo de la música latina. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil " Lo damos por el barrio"	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 17:00 horas	<b>Yoga</b>	Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Lunes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Jueves de 16:00 a 17:30 horas	<b>Estimulación Cognitiva</b>	Actividad destinada a personas mayores para optimizar el funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas, con el que pretendemos mejorar el funcionamiento de las capacidades mentales y el bienestar. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora del Concejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO GUAJARA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:30-19:00	<b>Cocina Saludable</b>	Actividad de cocina saludable que incluirá elaboración de platos sanos y se comentará después el plato con las ventajas nutritivas. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores Carpe Diem
Viernes de 10:30 a 12:00 horas	<b>Raíces digitales</b>	Actividad de manejo de dispositivos para autonomía de personas mayores. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Carpe Diem
Martes y jueves de 11:00 a 12:30	<b>Estimulación Cognitiva y Gimnasia para Mayores</b>	Actividad física y estimulación cognitiva, dirigida a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Carpe Diem
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Baile Creativo</b>	Se llevarán a cabo técnicas de baile e improvisación, mostrando los aspectos más creativos.	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Lunes de 19:30 a 20:30, miércoles de 20:00 a 21:00 y jueves de 17:30 a 18:30	<b>Clases de Piloterapia</b>	Actividad física de Pilates. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Pilaterapia	Consejo de Centro
Lunes 18:30 a 20:30	<b>Clases de Chi kung</b>	Chi kung. Es una técnica que comprende la mente, respiración y ejercicio físico. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
Martes 17:30 a 18:30 horas.	<b>Entrenamiento para el baile social</b>	Algunos bailes como el tango argentino son de difícil aprendizaje y ejecución, a veces nos frustramos porque el cuerpo no está suficientemente despierto, abierto, disociado o tonificado. El equilibrio y los apoyos también son importantes. A la hora de bailar cualquier ritmo, tener el cuerpo entrenado nos ayuda a despreocuparnos de la técnica y disfrutar. Inscripción previa por correo: <a href="mailto:lacasacreciente@gmail.com">lacasacreciente@gmail.com</a>	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
jueves de 18:30 a 20:30 horas	<b>Clases de Wing Tzun</b>	Wing Tzun es un arte marcial chino tradicional, aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado a la defensa personal. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 20:30 horas	<b>Iniciación al Tango</b>	Iniciación al Tango Argentino desde un buen aprendizaje de la técnica base y de los dos roles de la pareja. Para todas las personas que quieran iniciarse en este hermoso baile y para aquellas que quieran mejorar su técnica o aprender otro rol en la pareja. Inscripción previa en el correo: <a href="mailto:lacasacreciente@gmail.com">lacasacreciente@gmail.com</a>	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Miércoles 17:00 a 18:15 horas.	<b>Juegos y desafío escénico</b>	Taller de teatro desde el juego con los diversos desafíos que nos encontramos en la vida, volviendo divertido lo difícil, desarrollando la capacidad de desenvolvernos en cualquier situación, y apropiándonos de los personajes que queramos ser. <a href="mailto:lacasacreciente@gmail.com">lacasacreciente@gmail.com</a>	Asoc. Creciente	Consejo de Centro
Miércoles 18:30 a 19:30 horas.	<b>Bailes Sociales</b>	Aprenderemos a mover el cuerpo de forma armónica y segura, a seguir los diferentes ritmos y proponer o escuchar a la pareja manteniendo el propio centro y el eje. Disfrutaremos de este diálogo improvisado desde el respeto hacia la diversidad de cuerpos y formas de moverse.	Asoc. Creciente	Consejo de Centro
Viernes de 16:30 a 18:30 (1º y 3º viernes del mes)	<b>Talleres de Escritura Creativa</b>	Se llevarán a cabo talleres para crear desde microcuentos hasta la novela. Inscripción previa llamando a 671222814 (Gregory)	AVV Jardines de Guajara	Consejo de Centro



## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes, miércoles y viernes de 18:00 a 20:00. Sábados de 16:00 a 18:00. Domingo de 10:00 a 12:00	<b>Ajedrez</b>	Clases de ajedrez federado	AA.VV Barrio Nuevo Viña Nava	Consejo de centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00	<b>Manualidades</b>	Actividades de manualidades	Asociación Nuestra Señora de Fátima	Consejo de centro
Martes y jueves de 9:30 a 10:30 horas.	<b>Taichí</b>	<u>A través del OAD se imparten clases de Taichí, para más información: <a href="https://deportelagunero.com">https://deportelagunero.com</a></u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 16 de diciembre a partir de las 18:00 horas	<b>Festival Navidad</b>	<u>Se celebrará la Navidad con las familias del barrio con animación y una merienda participativa. Además se inaugurará el Belén del centro. Se amenizará el festival con Villancicos de la mano de la A.F Verode.</u>	AVV El Centenero	A.F Verode
Jueves 19 de diciembre a partir de las 20:00 horas.	<b>Concierto navideño</b>	Se amenizará con un repertorio de villancicos y con proyecciones sobre tradiciones de la época navideña.	A.F Verode	AVV El Centenero
Martes y jueves de 19:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos A.F. Verode</b>	Ensayos instrumental A.F. Verode	A.F. Verode	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas, y viernes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Bailoterapia</b>	Actividad de baile con finalidad terapéutica, a través de la danza se consigue bienestar emocional y anímico.	A.VV. El Centenero	Comisión Promotora del Concejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 19:00 a 20:00 horas	<b>Zumba</b>	Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	A.VV. El Coromoto	
Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	<b>Yoga</b>	Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	A.VV. El Coromoto	
De lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. El Coromoto	
Lunes, miércoles y viernes, de 17:00 a 18:15 horas	<b>Taekwondo</b>	Se imparten clases de Taekwondo destinadas a niños/as y jóvenes. Inscripción previa 686062818.	A.VV. El Coromoto	
Lunes de 20:30 a 21:00 horas	<b>Baile Latino</b>	Se imparten clases de Baile Latinos para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	
Martes y miércoles de 20:00 a 21:30 horas	<b>Baile Canario</b>	Se imparten clases de Baile Canario para todas aquellas personas que deseen participar. Inscripción previa 634584065.	A.VV. El Coromoto	
Jueves de 19:00 a 20:00 horas	<b>Mantenimiento Funcional</b>	Se llevarán a cabo tablas de ejercicios para el mantenimiento y tonificación del cuerpo. Inscripción previa 655273799.	A.VV. El Coromoto	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas	<b>Pilates Suelo</b>	Se llevarán a cabo ejercicios de estiramientos y técnicas de Pilates . Inscripción previa 636156137.	A.VV El Coromoto
--	----------------------	---	------------------

## CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 16:00 a 20:00 horas	<b>Atención Ciudadana</b>	La A.VV. Los Verdeños presta atención ciudadana a la ciudadanía con cita previa.	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 18:00	<b>Clases de Canto</b>	Se imparten clases de cantos para todas aquellas personas que deseen participar.	Asoc. Juvenil AJUVE	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Martes de 20:30 a 22:00 horas y jueves de 20:00 a 22:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Se imparten clases de entrenamiento funcional	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora del Concejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	<b>Zumba</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores de Cruz de la Marca
Viernes de 17:45 a 19:00 horas	<b>Memoria</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores de Cruz de la Marca

## CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 20 de diciembre a las 19:00 horas.	<b>Encuentro de Villancicos</b>	Se celebrará el clásico Encuentro de Villancicos que contará con grupos invitados como El Lomo Colorado , El Carme de Tacoronte, Princesa Yraya y La Agrupación de Santa Ana. El acto culminará con un brindis participativo	A.F Santa Ana	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. La Milagrosa	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:30 horas.	<b>Taller de Teatro</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información pasar por elcentro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de MAYores San Joaquín y Santa Ana
Lunes 16:30 a 17:30 horas.	<b>Taller de zumba</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de zumba, para más información pasar por elcentro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de Mayores San Joaquín y Santa Ana
Martes de 16:30 a 17:30 horas.	<b>Taller de Estimulación</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación musical, para más información pasar por elcentro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de MAYores San Joaquín y Santa Ana

## CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes, miércoles y viernes de 18:00 a 21:00 horas	<b>Karate y Gimnasia de Mantenimiento</b>	Arte marcial que consiste en ir subiendo de categoría , cambiando color y nivel de cinturón mediante examen de evaluación. Ejercicios para mantener la tonificación y musculatura.	Grupo de Karate	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 17:00 a 21:00 horas.	<b>Ensayo</b>	Ensayos de la Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere.	Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere	

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 20 de diciembre a las 20:00 horas.	<b>Encuentro de Villancicos</b>	Se celebrará un Encuentro de Villancicos presentado por José Manuel Melián que contará con las actuaciones de la A.C San Borondón, Grupo Enamorarte, Cuerda y Voz , Grupo Musical Raíces de Anaga y la Tuna de Medicina ULL. Para finalizar se hará un brindis participativo entre los/as asistentes.	Consejo de Centro	
Lunes de 17:30 a 19:30 horas	<b>Zumba</b>	Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Bailoterapia</b>	Actividad de baile con finalidad terapéutica, a través de la danza se consigue bienestar emocional y anímico.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 19:15 a 20:15 horas	<b>Yoga</b>	Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 16:15 a 18:15 horas	<b>Clases Iniciación Informática</b>	Clases de iniciación a informática, en las que se aprenderá lo básico del paquete Office, manejar correo electrónico o acceder a administraciones para hacer gestiones administrativas.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	<b>Clases Indumentaria Canaria</b>	Taller para diseñar y elaborar tejido de indumentaria canaria.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Sábado 21 de diciembre a partir de las 18:00 horas.	<b>Festival de Navidad</b>	Se festejará la Navidad con actuaciones de la A.M El Limo, actuación del alumnado de Virginia Guantanamera , actuación de un mago para las familias y una actuación del alumnado de acordeón. Para finalizar se hará unbrindis participativo.	Consejo de Centro	
De lunes a jueves de 15:30 a 19:00	<b>Clases de acordeón</b>	Clases de acordeón	AA.VV Bentejuí	Consejo de centro
Jueves de 19:30 a 21:30	<b>Clases de canto</b>	Clases de canto con Virginia Guantanamera	Participación Ciudadana	Consejo de centro

## CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Entrenamiento Funcional que incluye musculación, estiramientos, GAP y cardio. Inscripción previa: Macarena 661 246 400	Asoc. Cultural Angora	Consejo de Centro
Lunes de 18:30 a 20:30 horas	<b>Taller de Vocalización</b>	Taller de vocalización, para todas aquellas personas que deseen participar. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico:avlosdragos@hotmail.es	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro
Lunes 2 de diciembre a las 16:30 horas	<b>Digitalización para mayores de 65 años</b>	Finalización del Taller de Digitalización y capacitación destinado a personas mayores de 65 años.	Consejería de Educación	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO PRINCESA IBALLA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Primer miércoles de cada mes de 10:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano</b>	La ciudadanía del municipio tendrá acceso a un Servicio de Atención Psicológica y un Servicio de Información, Orientación, y Atención a las adicciones de manera gratuita. en los distintos barrios y pueblos de La Laguna. Se brinda apoyo emocional y asesoramiento especializado a quienes lo necesiten. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Drogodependencias	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 9:00 a 10:30 horas	<b>Pilates Suelo</b>	<u>A través del OAD se imparten clases de Pilates Suelo, para más información: <a href="https://deportelagunero.com">https://deportelagunero.com</a></u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 10:30 a 12:00 horas.	<b>Dance Fit</b>	<u>A través del OAD se imparten clases de Dance Fit, para más información: <a href="https://deportelagunero.com">https://deportelagunero.com</a></u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 y miércoles de 16:00 a 18:00	<b>Clases de Patchwork</b>	Se dan clases de Patchwork, costura creativa que trata de unir telas y hacer creaciones inéditas.	Asoc Canaria de Patchwork	Club 3ª Edad La Fortaleza
Martes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Pintura</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad La Fortaleza
Miércoles de 16:00 a 17:30 horas	<b>Actividad Física</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Actividad Física, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad La Fortaleza
Lunes de 10:00 a 11:30 horas	<b>Zumba</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores la Fortaleza

## CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 10:00 a 12:00 horas	<b>Taller de Pintura</b>	Taller de pintura dirigido para el grupo de personas mayores que deseen participar	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión
Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 19:30 horas	<b>Ensayos A.F. Tajinaste</b>	Ensayos semanales de la A.F. Tajinaste	A.F Tajinaste	A.F. Tajinaste
Martes de 18:00 a 19:00 horas	<b>Taller Yoga</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de Mayores Nuestra Ilusión
Miércoles de 18:00 a 19:15 horas.	<b>Taller de Memoria</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión
Lunes de 16:00 a 18:00 horas.	<b>Estimulación Cognitiva</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Cognitiva impartida por alumnado de la ULL, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión y ULL
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	<b>Cocina Saludable</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Cocina Saludable, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



## CENTRO CIUDADANO SAN ROQUE

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:30 horas	<b>Taller de Manualidades</b>	Se trabajarán diversas técnicas con materiales de todo tipo, se elaborarán proyectos mensuales con temáticas para días señalados. Inscripción previa (654419411 /Eli)	AVV San Roque	

## CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:30 a 18:30 horas	<b>Taller de Canto Virginia Guantanamera</b>	Se imparten clases de canto y técnicas vocales por Virginia Guantanamera, talleres gratuitos que se realizan todo el año y que culminan con un concierto final dónde se expresa todo lo aprendido durante el curso.	Participación Ciudadana	
Jueves de 17:00 a 21:00 horas	<b>Maquetismo y modelismo</b>	Elaboración de maquetas y trabajos artesanales.	Asociación de Maquetistas de Tenerife	
Lunes y miércoles de 19:30 a 21:00 y de 21:00 a 23:00	<b>Ensayos de cuerpo de baile y agrupación</b>	Se realizan ensayos habitualmente de la agrupación, el cuerpo de baile e instrumentación y canto.	Agrupación Folclórica Los Majuelos	
Martes y jueves de 20:30 a 22:00	<b>Ensayos</b>	LA rondalla realiza ensayos dos veces por semana en el centro.	Rondalla Lírica las Valkirias	
Miércoles de 20:00 a 21:00	<b>Talleres de Canto</b>	Se imparten clases de canto por parte de la A.F Los Majuelos.	A.F Los Majuelos	
Martes de 17:45 a 19:15 horas	<b>Teatro</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores
Miércoles de 17:15 a 18:15	<b>Radio ECCA</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Radio ECCA, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores
Jueves de 17:45 a 19:15	<b>Estimulación Cognitiva-Gimnasia</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Cognitiva-Gimnasia, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores

## CENTRO CIUDADANO CAMINO TORNERO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
11 de diciembre a las 19:00 horas	<b>Taller de Primeros Auxilios</b>	Dentro de las XXX Jornadas Cultural Barrio Camino Tornero el primer día tendrá lugar una charla - taller de Primeros Auxilios a cargo de Fernando Galván experto en el área como instructor especializado ¡Una oportunidad única para adquirir conocimientos básico tan importantes!	Asoc. Mujeres "La Atalaya" A.VV "La Atalaya" Asoc. Juvenil "Atalay Joven"	
12 de diciembre a las 20:00 horas	<b>Visionado de Fotografías</b>	Dentro de las XXX Jornadas Cultural Barrio Camino Tornero el segundo día tendrá lugar un Visionado de fotos a cargo de la Asociación de Mujeres "La Atalaya" y para finalizar un brindis para todos los asistentes	Asoc. Mujeres "La Atalaya" A.VV "La Atalaya" Asoc. Juvenil "Atalay Joven"	
13 de diciembre a las 20:00 horas	<b>Festival Navideño</b>	Dentro de las XXX Jornadas Cultural Barrio Camino Tornero el tercer día tendrá habrá un acto con música navideña , amenizado por un grupo folklórico. Al finalizar un brindis.	Asoc. Mujeres "La Atalaya" A.VV "La Atalaya" Asoc. Juvenil "Atalay Joven"	

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



---

14 de diciembre de 16:00 a 20:00 horas	<b>Recogida de alimentos y juguetes</b> <b>Talleres para los más pequeños</b> <b>Visita del Paje Real de SS.MM. Los Reyes Magos de Oriente.</b>	Dentro de las XXX Jornadas Cultural Barrio Camino Tornero el último día habrá una recogida de alimentos y juguetes con talleres para los más pequeños . Además, el Paje Real estará presente para recibir las cartas de sus majestades los Reyes Magos.	Asoc. Mujeres "La Atalaya" A.VV "La Atalaya" Asoc. Juvenil "Atalay Joven"
--	---	---	---

---

## HORARIOS DE LOS CENTROS CIUDADANOS – DICIEMBRE DE 2024

### 1. C.C. SAN JERÓNIMO

Teléfono: 922626408

Correo electrónico: [ccsanjeronimo@gmail.com](mailto:ccsanjeronimo@gmail.com)

Horario habitual: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

Cierres: 23 y 30 de diciembre

Los días 26 y 27 de diciembre el centro abrirá sólo de 8:00 a 15:30 horas

### 2. C.C. PÉREZ SOTO

Teléfono: 922617527

Correo electrónico: [ccperezsotocardonal@gmail.com](mailto:ccperezsotocardonal@gmail.com)

Horario habitual: De 9:00 a 22:00 horas.

Cierres: 23 y 30 de diciembre

Los días 26 y 27 de diciembre el centro abrirá sólo de 9:00 a 14:45 horas

### 3. C.C. SAN MATÍAS II

Teléfono: 922624276

Correo electrónico: [ccsanmatias@gmail.com](mailto:ccsanmatias@gmail.com)

Horario: Lunes, miércoles y jueves de 14:30 a 22:00 horas; martes y viernes de 8:15 a 15:45 horas.

Los días 23, 26 y 30 de diciembre el centro abrirá de 8:15 a 15:45 horas

### 4. C.C. TEJINA

Teléfono: 922546842

Correo electrónico: [cctejina@gmail.com](mailto:cctejina@gmail.com)

Horario: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

Los días 23, 26, 27 y 30 de diciembre se abre en horario de 8:00 a 15:30 horas.

Cierre los días 6, 24, 25 y 31 de diciembre.

### 5. C.C. VALLE DE GUERRA

Teléfono: 922159983

Correo electrónico: [ccvalleguerra@gmail.com](mailto:ccvalleguerra@gmail.com)

Horario: De lunes a jueves de 14:00 a 21:30 horas y los viernes de 14:15 a 21:30 horas.

Cierre los días 6, 24, 25 y 31 de diciembre.

### 6. C.C. PUNTA DEL HIDALGO

Teléfono: 922156509

Correo electrónico: [ccpuntahidalgo@gmail.com](mailto:ccpuntahidalgo@gmail.com)

Horario: De lunes a jueves de 14:00 horas; a 21:30 horas y los viernes de 8:00 a 15:15 horas.

Apertura el domingo 15 de diciembre de 17:30 a 21:30 horas con motivo de la realización del Festival de Navidad.

El día 26 se abrirá de mañana de 8:00 a 15:30 horas.

Cierre los días 6, 23, 24, 25, 30 y 31 de diciembre.

### 7. C.C. LAS CHUMBERAS

Teléfono: 922823316

Correo electrónico: [cclaschumberas@gmail.com](mailto:cclaschumberas@gmail.com)

Horario: De lunes a viernes de 15:30 a 21:30 horas del 2 al 20 de diciembre.

Cierre del 23 de diciembre al 3 de enero:

-Cierre el día 23 de diciembre por compensación de la Noche en Blanco.

-Cierre el 24 y 31 de diciembre por acuerdo de empresa.

-Cierre el 25 de diciembre y 1 y 6 de enero por festivo.

-Cierre del centro desde el lunes 23 de diciembre al 3 de enero ambos inclusive por decisión del consejo de centro.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### 8. C.C. SAN MIGUEL DE GENETO

Teléfono: 822179127

Correo electrónico: ccsanmigueldegeneto@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas del 2 al 20 de diciembre

Horario del 26, 27 de diciembre y 2 y 3 de enero de 8:30 a 14:00

Cierre el día 23 de diciembre por compensación de la Noche en Blanco.

Cierre del 24 y 31 por acuerdo de empresa.

Cierre el 25 de diciembre y 1 y 6 de enero por festivo.

### 9. C.C. VISTAMAR

Teléfono: 922663320

Correo electrónico: ccvistamar@gmail.com

Horario. de lunes a viernes de 15.00 a 21.00 horas.

### 10. C.C. GRACIA

Teléfono: 922260381

Correo electrónico: ccgracia@gmail.com

Horario: Lunes 15:00 a 22:00 horas. Martes 14:30 a 22:00 horas. Miércoles

14:30 a 22:00 horas. Jueves 8:00 a 15:30 horas. Viernes 14:30 a 22:00 horas.

Miércoles 11 de diciembre de 14:30 a 23:00.

Lunes 16 de diciembre de 15:00 a 23:00

Martes 17 de diciembre de 15:30 a 23:00

Miércoles 18 de diciembre abrir a las 15:30 horas.

Jueves 19 de diciembre cerrar a las 14:00 horas

Viernes 20 de diciembre abrir a las 15:30 horas.

Cierre los días 23, 26, 27 y 30 de diciembre por acuerdo del Consejo de Centro

Cierre los días 24 y 31 de diciembre por acuerdo de empresa.

Cierre los días 6 y 25 de diciembre por ser festivos.

### 11. C.C. SAN DIEGO

Teléfono: 922266669

Correo electrónico: cciudadanosandiego@gmail.com

**Nuevo Horario:** Lunes: 16.00 a 22.00 horas. Martes: de 9.00 a 13.00 horas y de 16.00 a 22.00 horas. Miércoles: 16.00 a 22.00 horas. Jueves: de 9.00 a 13.00 horas y de 16.00 a 22.00 horas. Viernes: 9.00 a 14.15 horas.

Viernes 20

Cierre los días 23, 26, 27 y 30 de diciembre por acuerdo del Consejo de Centro

Cierre los días 24 y 31 de diciembre por acuerdo de empresa.

Cierre los días 6 y 25 de diciembre por ser festivos.

### 12. C.C. LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

Teléfono: 922257454

Correo electrónico: cclasmadres@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 22:00 horas.

Horario de aperturas ordinarias de dos sábados al mes: el sábado 14 de diciembre de 10:00 a 22:00.

Cierre los días 23, 26, 27 y 30 de 8.00 a 15.30 h

Cierre los días 24 y 31 de diciembre por acuerdo de empresa.

Cierre los días 6 y 25 de diciembre por ser festivos.

### 13. C.C. FINCA ESPAÑA

Teléfono: 922670967

Correo electrónico: ccfincaesp@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:30 a 22:00 y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

Cierre el día 23 de diciembre por compensación de la Noche en Blanco.

Cierre el 24 y 31 de diciembre por acuerdo de empresa.

Cierre el 25 de diciembre y 1 y 6 de enero por festivo.



## **CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024**

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### **14. C.C. SALUD ALTO- EL ROCÍO**

Teléfono: 922882796

Correo electrónico: ccelrocio@gmail.com

Horario habitual: Horario: Lunes, miércoles y jueves de 15:00 a 21:00 horas y martes y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

### **15. C.C. EL TRANVÍA**

Teléfono: 922656544

Correo electrónico: cmeltranvia@gmail.com

Horario habitual: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas. Ampliación de horario el viernes 11 de octubre de 22.00 a 23.00 horas.

### **CENTROS CIUDADANOS SIN PERSONAL PERMANENTE**

#### **16. C.C. LAS MERCEDES**

Horario: De lunes a viernes de 17:00 a 23:00 horas.

#### **17. C.C. SAN LUIS GONZAGA**

Abren los días con actividad programada.

#### **18. C.C. JARDINA**

Horario: De lunes a domingo de 17:00 a 23:00 horas.

#### **19. C.C. LAS CARBONERAS**

Abren los días con actividad programada.

#### **20. C.C. GUAMASA**

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 17:00 a 22:00 horas - sábados y domingos de 17:00 a 22:00 horas.

#### **21. C.C. VALLE JIMÉNEZ**

Horario: Lunes de 16:00 a 20:00 horas y de martes a domingo de 17:00 a 22:30 horas.

### **22. C.C. BRONCO - LOMO LARGO**

Abren los días con actividad programada.

### **23. C.C. LOS ANDENES**

Abren los días con actividad programada.

### **24. C.C. PILAR - LAS TORRES**

Lunes, jueves y viernes: de 17:00 a 22:00

Martes y miércoles: de 17:00 a 22:00

Martes y viernes: de 11:00 a 12:00

Jueves: de 10:00 a 12:00

Sábados: dependerá de las actividades programadas

### **25. C.C. SAN BARTOLOMÉ DE GENETO**

Horario: de lunes a sábado de 16:00 a 22:00 horas.

### **26. C.C. EL BATÁN**

Abren los días con actividad programada.

### **27. C.C. SAN LÁZARO**

Abren los días con actividad programada.

### **28. C.C. CAMINO TORNERO**

Abren los días con actividad programada.

### **29. ESPACIO POLIVALENTE LAS CANTERAS**

Abren los días con actividad programada.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – DICIEMBRE 2024

<https://www.aytolaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



### 30. C.C. BAJAMAR

Teléfono: 922 150 044

Correo electrónico: ccbajamar@gmail.com

Horario:

Días con personal de dinamización: Lunes y miércoles fijos y viernes alternos (con el CC La Candelaria) de 17:00 a 21:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: martes y jueves fijos y viernes alternos de 16:30 a 21:00 horas.

Cierre del centro el lunes 23 de diciembre.

### 31. C.C. GUAJARA

Abre los días con actividad programada.

### 32. C.C. EL ORTIGAL I

Horario: De lunes a sábados de 17:00 a 21:00 horas.

### 33. C.C. EL ORTIGAL II

Abren los días con actividad programada.

### 34. C.C. CRUZ CHICA

Abren los días con actividad programada.

### 35. C.C. EL COROMOTO

Abren de lunes a viernes con las actividades programadas.

### 36. C.C. LOS BALDÍOS

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 23:00 horas.

### 37. C.C. EL CENTENERO

Horario: De lunes a viernes de 17:00 a 21:00 horas.

### 38. C.C. SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

Abren los días con actividad programada.

### 39. C.C. LAS MANTECAS

Abren los días con actividad programada.

### 40. C.C. PRINCESA IBALLA

Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 20:30 horas.

### 41. C.C. LA CANDELARIA

Teléfono: 922 647 896

Correo electrónico: ccbarriolacandelaria@gmail.com

Horario: Días con personal de dinamización: martes y jueves fijos y viernes alternos (con el CC Bajamar) de 16:00 a 20:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: lunes y miércoles fijos y viernes alternos cuando tienen actividad.

### 42. C.C. VILLA HILARIA

Horario: De lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas.

### 43. C.C. LA PITERITA

Lunes, martes, jueves y viernes de 9:00 a 12:30 y de 17:00 a 20:00 horas.

Miércoles de 17:00 a 20:00 horas.

### 44. C.C. LA VERDELLADA

Horario: De lunes a viernes de 16:30 a 20:00 horas.

### 45. C.C. SAN ROQUE

Horario: De lunes a sábados de 18:00 a 22:00 horas.

### 46. C.C. BARRIO NUEVO

Abren los días con actividad programada.