



ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES

FEBRERO 2020



* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información diríjase al Centro de su interés.

CENTRO CIUDADANO LAS MADRES

C/ Benito Pérez Galdós s/n, 38203 San Benito / Tfno.: 922 257 454 / E-mail: cclasadres@gmail.com / Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 22:00 h. Sábados de 10:00 a 14:00 horas. Sábado 15 de febrero de 15:00 a 21:00 horas. Cerrado los días 24 y 25 de febrero; y los sábados, 22 y 29 de febrero.

Viernes de 19:00 a 20:15 h, del 1 de febrero al 24 de abril.

Taller Conoce la Música Divirtiéndote

Conocer las figuras musicales, sus nombres, solfeo, lenguaje musical, luego llevarlas al Canto o con flauta. Ejercicios de respiración, expresión, lectura de versos...
Conocer lenguaje musical, y aplicarlo cantando o tocando un instrumento, flauta. Autoconocernos y conocer el entorno a través de la música. Actividad destinada a mayores de 18 años. Inscripción previa: 686.172.997

Promueve: Ángeles Reyes (profesora)

Viernes 7 y jueves 13 de febrero, de 17:30 a 19:30 h.

Cocina Sana y Energética.

Elaboración de recetas sanas y energéticas.

Taller de cocina sana, nutritiva y natural. Inscripción previa. Asociación DNT: 616.211.362 info@asociaciondnt.org

Promueve: Asociación DNT

Viernes 14 y 28 de febrero a las 19.30 h.

Taller de Desarrollo de la Inteligencia Intuitiva

Se impartirá un taller para que los asistentes identifiquen, comprueben y cojan confianza en su inteligencia intuitiva. De como actúa, como se manifiesta y como puede interactuar con ella para utilizarla en cualquier faceta de su vida. Inscripción previa: 696.977.252

Promueve: Sergio Trujillo (terapeuta)

Sábado 15 de febrero, de 10:30 a 13.00 h.

Taller de Peque Chef.

Elaboración de un menú sencillo y saludable.

Taller de Cocina dirigido a niños/as entre 5 y 12 años. Inscripción previa. Asoc. DNT 616.211.362 info@asociaciondnt.org

Promueve: Asociación DNT

Sábado 15 de febrero de 15:00 a 21:00 h.

Pachanga de Scalextric.

Verificación y carrera Slotlagun y Scalextric

Competición de Scalextric para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes

Promueve: Club Deportivo Slotlagun Scalextric

CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

C/ Josefina La Rastroja nº 1 - San Diego / Tfno.: 922 266 669 / E-mail: cciudadanosandiego@gmail.com / Horario: Lunes a viernes de 16:30 a 22:00 h. Martes y jueves de 9:00 a 12:30 horas. Cierre 24 y 25 de febrero.

Martes 11 de Febrero a las 19.00 horas

Presentación de la Novela, Trance Muerto

Novela de Terror y Acción

Se presenta la novela de mano de su autor, Eduardo Yunta.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Jueves de 20.00 a 22.00 horas

Clases de Canto e Interpretación

Clases de canto e interpretación a cargo de la profesora Virginia Guantanamera. Previa inscripción en el teléfono 636743712

Promueve: Concejalía de Participación Ciudadana / Colabora: Consejo de Centro

Lunes de 19.30 a 21.00 horas y Miércoles de 20 a 21.30 horas

Clases de Tai Chi

Se imparten las clases de Tai Chi. Previa inscripción en el OAD. Telf. 922 256 244

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes OAD / Colabora: Consejo Centro

Martes y Jueves de 20.00 a 21.00 horas

Clases de Aeróbic

Se imparten clases de Aeróbic. Previa inscripción en el OAD. Telf. 922 256 244

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes OAD / Colabora: Consejo de centro

Martes y Jueves de 10.30 a 12.00 horas

Clases de Pilates

Se imparten clases de Pilates. Previa inscripción en el OAD. Tlf: 922 256 244

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes OAD / Colabora: Consejo de centro

Martes Y Jueves de 10.30 a 11.30 horas

Clases de Acondicionamiento Físico

Proyecto: Laguneros/as Sobradamente Activos

Se imparten clases de gimnasia de mantenimiento para mayores de 55 años, al aire libre. Previa inscripción en el OAD. Tlf: 922 256 244 o en el centro 922 266 669

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes OAD / Colabora: Consejo de centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN DIEGO

Lunes de 18.00 a 20.00 horas

Clases de teatro

Grupo B de 12 a 15 años

Se imparten clases de teatro para jóvenes de 12 a 15 años donde aprendes a expresar con todos los sentidos compartir la alegría de jugar, crear y representar historias. Previa inscripción en la concejalía de Cultura del Ayto. La Laguna o en las oficinas del Auditorio 922 568 616

Promueve: Escuelas de Teatro Auditorio de Tenerife y Concejalía de Cultura del Ayto. La Laguna / Colabora: Consejo de Centro

Miércoles de 17.30 a 19.30 horas

Clases de Teatro

Grupo A de 7 a 11 años

Se imparten clases de teatro para niños de 7 a 11 años donde aprendes a expresar con todos los sentidos compartir la alegría de jugar, crear y representar historias. Previa inscripción en la concejalía de Cultura del Ayto. La Laguna o en las oficinas del Auditorio 922 568 616

Promueve: Escuelas de Teatro Auditorio de Tenerife y Concejalía de Cultura del Ayto. La Laguna / Colabora: Consejo de Centro

Lunes de 16.30 a 18.15 horas

Bienestar Físico y Mental

Gimnasia y ejercicios cognitivos

Actividad destinada a mayores de 58 años, donde se trabaja con gimnasia, la coordinación, orientación, equilibrio, etc. y se refuerza la parte mental con ejercicios de memoria, razonamiento, etc. Inscripción en el centro, el día de la actividad.

Promueve: Ansina / Colabora: Consejo de Centro

Martes y Jueves de 09.00 a 10.15 horas

Clases de Chikung

Se imparten clases de chikung, terapia medicinal que comprende mente, respiración y ejercicio físico. Inscripción con el profesor el día de la actividad.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 09.30 a 11.00 horas

Clases de Informática Avanzado

Se imparten clases de Informática avanzada para adultos. Previa inscripción Jonathan 647888620 o en el centro.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 11.00 a 12.30 horas o Miércoles de 17.30 a 19.00 horas

Clases de Informática Inicio

Se imparten clases de informática nivel básico para adultos. Previa inscripción Jonathan 647888620 o en el centro.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN DIEGO

Martes y Jueves 17.00 a 18.00 horas

Clases de Pilates Suelo

Se imparten clases de pilates suelo. Previa inscripción con la profesora Conchy 620756883

Promueve: Coro Star D Choir / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 18.00 a 19.30 horas

Clases de Baile Latino

Se llevan a cabo clases de baile latino, bachata, cumbia, merengue, etc. para inscripción con el profesor el día de la actividad.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Miércoles de 17.00 a 18.15 y de 18.15 a 19.30 horas

Clases de Folklore Instrumental

Clases de Timple y Guitarra

Se imparten clase de timple y guitarra, para principiantes y con conocimientos. Imparte Carlos González, previa inscripción en el centro.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Jueves de 18.30 a 20.00 horas

Taller Aprende a Vivir

Reunión con la psicóloga Mayte Hidalgo, que les aporta herramientas y terapias para afrontar diferentes temas de la vida cotidiana. Previa inscripción con la psicóloga Mayte Hidalgo. El día de la actividad.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Jueves de 18.30 a 20.00 horas

Clases de Manualidades

Se dan clases de manualidades con diferentes técnicas. Inscripción el día de la actividad con la profesora. Anna Michelle

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Jueves de 18.30 a 20.00 horas

Clases de Sevillanas

Se dan clases de Sevillanas para aprender los diferentes pasos y manejo de las manos. Inscripción con la profesora Isabel Fernández el día de la actividad.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Viernes de 17.00 a 18.00 horas

Yoga - Pilates

Se imparte una clase que combina el Yoga con el pilates, estiramientos, relajación, control de la respiración... Previa inscripción el día de la actividad con la profesora Conchy.

Promueve: Coro Star D Choir / Colabora: Consejo de Centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN DIEGO

Viernes de 17.00 a 20.00 horas

Clases de Barro

Se dan clases de barro canario, moldeado a mano sin torno. Inscripción con la profesora el día de la actividad Soledad Expósito.

Promueve: A.VV. El Monte de San Diego / Colabora: Consejo de Centro

Martes y Viernes de 20.00 a 21.00 horas

Ensayo Musical

El coro Star D Choir realiza sus ensayos dos días a la semana. Cualquier persona interesada en formar parte del coro, puede venir los días de ensayo para hablar con su director.

Promueve: Coro Star D Choir / Colabora: Consejo de centro

CENTRO CIUDADANO GRACIA

C/ Universo, 20, (Trasera Instituto Pérez Minik) - Barrio de Gracia / Tfno.: 922 260 381. / E-mail: ccgracia@gmail.com / Horario: lunes a viernes de 15:30 a 22:30 horas. Cierre 24 ,25 de febrero.

Sábado 1 de febrero, a las 17:00 horas.

Salida a Candelaria

Con motivo de la festividad litúrgica de la Virgen de la Candelaria, se realizará una salida de los vecinos/as del barrio, para participar en la procesión de las Candelas. Inscripción previa: Telf. 619909114-922 260381

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Programa de Dinamización e Intervención Social " Ansina" dirigido a los mayores

Viernes 7 de febrero, a las 18:00 horas

VIII Aniversario de la Asociación de Mayores Universo de Gracia

Presentación del Traje de Carnaval 2020.Baile.

Celebración del octavo aniversario de la Asoc. Mayores Universo de Gracia. Entrada libre, hasta completar aforo.

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro. Programa de Dinamización e Intervención Social " Ansina" dirigido a los mayores.

Lunes de 17:30 a 19:15

Ajedrez

Taller de Iniciación al ajedrez, conceptos básicos de estrategia y táctica.

Taller de iniciación al ajedrez para todas las edades. Inscripción previa. Contacto (Monitor) José Manuel. Telf.666545917.Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC GRACIA

Lunes y miércoles de 16:45 a 18:00 horas.

Yoga

Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa. Contacto:(monitora) Patricia. Telf. 606351837. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro

Lunes de 18:15 a 20:15 horas. Miércoles de 18:30 a 20:30 horas.

Ensayo de teatro

La Asociación Cultural Teatro Nova realiza sus ensayos dos días a la semana. Cualquier persona interesada en formar parte del grupo teatral, debe ponerse en contacto con ellos, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación Cultural Teatro Nova / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 16:00 a 17:00 horas.

Clases de Cultura Popular y Alfabetización

Actividades del Programa Municipal de Dinamización de Mayores, para promover el envejecimiento activo y saludable. Información en el centro. Telf. 922 260381

Promueve: Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna y Radio ECCA / Colabora: Consejo de Centro

Martes y miércoles de 17:00 a 18:30 horas.

Taller de Instrumentación

Se impartirán clases de instrumentación para adultos y niños/as. Inscripción previa. Contacto (monitor) Arodi Ramos. Telf. 636131722. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: A.E.F. Guaratene / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 16:00 a 17:00 horas. Miércoles de 18:30 a 19:30 horas.

Taller de Canto Canario

Taller de Canto Canario. Inscripción previa. Contacto (monitor) Arodi Ramos. Telf. 636131722. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: A.E.F. Guaratene / Colabora: Consejo de Centro

Martes y jueves de 19:00 a 20:30 horas.

Taichí

Se imparten clases de Taichí. Inscripción previa. OAD de 9:00 a 13:00 horas. Telf.922256244. Web www.oadlaguna.com

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes. OAD / Colabora: Consejo de Centro

Martes y viernes de 17:00 a 19:00 horas.

Taller de Rosetas" Artesanía Canaria"

Taller de Roseta Canaria, también conocida como Encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto:(Artesana) Carmen. Telf. 627085523. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC GRACIA

Miércoles de 19:00 a 20:30 horas. Viernes de 17:00 a 18:30 horas.

Taller de Baile Tradicional Canario

Se impartirán clases de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa. Información en el centro. Telf. 922260381. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: A.E.F. Guaratene / Colabora: Consejo de Centro

Miércoles de 16:00 a 17:30 horas.

Taller: Yoga terapéutica para mayores

Programa de dinamización de Mayores ANSINA. Dirigidos a mayores de 50 años. Información en el centro. Telf. 922260381.

Promueve: Programa de Dinamización e Intervención Social " Ansina" dirigido a los mayores / Colabora: Asociación de Mayores Universo de Gracia

Jueves de 16:00 a 18:00 horas.

Taller Creativo

Programa de dinamización de Mayores ANSINA. Dirigidos a mayores de 50 años. Información en el centro. Telf. 922260381.

Promueve: Programa de Dinamización e Intervención Social " Ansina" dirigido a los mayores / Colabora: Asociación de Mayores Universo de Gracia

Jueves de 18:00 a 20:00 horas.

Taller de Goma Eva y manualidades

Actividad lúdica, en la que se imparten las distintas técnicas para desarrollar trabajos de manualidades. Información en el Centro. Telf. 922260381

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro

Viernes de 18:00 a 20:00 horas.

Taller: Gimnasia con coordinación, juegos cooperativos y taller de memoria

Programa de dinamización de Mayores ANSINA. Dirigidos a mayores de 50 años. Información en el centro. Telf. 922260381.

Promueve: Programa de Dinamización e Intervención Social " Ansina" dirigido a los mayores / Colabora: Asociación de Mayores Universo de Gracia

Viernes de 16:00 a 18:30 horas.

Ensayo musical Grupo Infantil. A.E.F. Guaratene

La Agrupación-Escuela de Folclore Guaratene (Grupo Infantil) realiza los ensayos musicales un día a la semana. Cualquier persona interesada en formar parte del grupo, debe ponerse en contacto con la agrupación, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Agrupación - Escuela de Folclore Guaratene / Colabora: Consejo de Centro

Viernes de 17:00 a 19:00 horas

Patchwork avanzado

Trabajos de costura que se realiza con telas de distintos colores para formar figuras. Inscripción previa. Contacto (monitora) Rosy. Telf. 616000047. Acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación de Mayores Universo de Gracia / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

C/ Dona, 20 (frente al Centro de Salud) – Taco / Tfno.: 922 626408 / E-mail: ccsanjeronimo@gmail.com / Horario: lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 13:00; martes y jueves de 10:00 a 13:00; lunes y miércoles de 15:00 a 23:00, martes y jueves de 15:00 a 22:00, viernes de 15:00 a 21:00 h. Cierres: 24 y 25 de febrero. Jueves 27 de febrero de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 22:00 horas.

Lunes 17 de febrero, de 16:00 a 21:00 horas.

Curso: "Conducción y Manejo de Carretilla Elevadora y PRL para el Mozo de Almacén".

El lunes 17 se impartirá la parte teórica del curso. La parte práctica se llevará a cabo otro día. Será la propia Asociación la que informe al alumnado sobre el lugar, fecha y hora de esta última.

Se impartirá la parte teórica del curso de Manejo de Carretilla Elevadora y PRL para el Mozo de Almacén. Para más información e inscripción llamar al tfno. 922 786167.

Promueve: Asociación Entrelazados / Colabora: Consejo de Centro.

Viernes 28 de febrero, de 16:00 a 21:00 horas.

Curso: "Manipulador de Alimentos y Control de Alérgenos en Empresas Alimentarias".

Se impartirá un curso para la obtención del Carnet de Manipulador/a de Alimentos de Mayor Riesgo en Comidas Preparadas. Además de formación en Control de Alérgenos en Empresas. El certificado no caduca según la normativa (Reg. CE 852/2004. Anexo II – Cap.12). Información e inscripción previa llamando al tfno.: 922 786 167.

Promueve: Asociación Entrelazados / Colabora: Consejo de Centro.

Lunes y miércoles de 19:30 a 21:00, martes y jueves de 18:00 a 19:30 y viernes de 16:30 a 18:30 y de 19:00 a 21:00 horas.

Clases de Taekwondo Infantil.

Las clases se dividen en 4 grupos:

1. Grupo de los más pequeños: martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas.
2. Grupo de mayores: lunes y jueves de 19:30 a 20:30 horas.
3. Grupo de competidores pequeños: viernes de 16:00 a 18:00 horas.
4. Grupo de competidores mayores: viernes de 19:00 a 21:00 horas.

Se impartirán clases de Taekwondo Infantil para menores con edades comprendidas entre los 5 y 14 años de edad. Las clases se dividen por grupos de edad. Para mayor información e inscripción dirijase directamente al Monitor de la actividad Rayco Tfno.: 622 062 266.

Promueve: Asociación Cultural y Deportiva INNAE. / Colabora: Consejo de Centro.

Lunes y miércoles de 10:00 a 13:00 horas.

Unidad de Estimulación Cognitiva.

Se impartirán 4 horas semanales, divididas en dos sesiones; una los lunes y otra los miércoles.

La Unidad de Estimulación Cognitiva está destinada a personas con algún tipo de demencia y sus cuidadores/as.

Se llevan a cabo ejercicios para: Potenciar, conservar o ralentizar la pérdida de las capacidades en la realización de actividades cotidianas; Mantener y desarrollar las habilidades socioafectivas para la interacción con los/as demás; Trabajar las capacidades intelectuales en su mantenimiento cognoscitivo; Ofrecer asesoramiento y formación a las personas que les cuidan; Entre otras.

Para mayor información e inscripción dirijase al Tfno.: 922 577 668 e-mail: info@acufade.org

Promueve: ACUFADE (Asociación de Cuidadores/as de Familiares Dependientes. / Colabora: Consejo de Centro.

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN JERÓNIMO

De martes a viernes, de 17:00 a 18:30 horas.

Clases de Refuerzo Escolar para alumnado de Primaria y Primer Ciclo de E.S.O.

Las clases se impartirán organizadas en dos grupos. El alumnado recibirá 3 horas lectivas a la semana, distribuidas en dos días (de martes a viernes de 17:00 a 18:30 horas).

Se imparten clases de Refuerzo Escolar en el que se trabajarán materias tales como: inglés, Lengua Castellana y Literatura, Matemáticas, Biología y Geología, Geografía e Historia, etc. Para mayor información e inscripción contacte con María Navarro (Graduada en Logopedia y Estudiante de Psicología ULL) tfno.: 625 237 279

Promueve: Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco. / Colabora: Consejo de Centro.

Martes y jueves de 18:00 a 20:00 horas.

Clases de Dibujo y Pintura.

Se impartirán clases de dibujo y pintura para personas adultas, utilizando diferentes técnicas. Para más información e inscripción acudir al centro el día de la actividad (un poco antes de la hora de inicio).

Promueve: Asociación Cultural Manos Maestras. / Colabora: Consejo de Centro.

Martes de 16:30 a 18:30 y jueves de 17:00 a 19:00 horas.

Clases de Música, Cuerda, Solfeo y Canto.

Se impartirán clases de música mediante la interpretación de diferentes repertorios musicales con varios métodos: Método con Lenguaje Musical, Método Clásico de Imitación u Oído y Método con Cidrado. También se enseñará Canto Tradicional Canario, tocar instrumentos de cuerda de la Música Tradicional Canaria, así como apoyo y preparación para el alumnado que esté realizando estudios en el Conservatorio. Para más información e inscripción llamar al tf. 645 691 379 o enviando un e-mail a: achbinico@hotmail.es

Promueve: Asociación Cultural: "Grupo de Estudios e Investigación Achbinico". / Colabora: Consejo de Centro.

CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

Calle San Agustín s/n / Tfno.: 922 624276 / E-mail: ccsanmatias@gmail.com / Horario: de lunes a jueves de 15:00 a 22:00 horas, viernes de 15:00 a 20:00 horas. Cierres: 24 y 25 de febrero.

Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas

Taekwondo Infantil

Clases del arte marcial de Taekwondo para niños y niñas. Para más información e inscripción acudir al centro en el horario en que se imparte la actividad.

Promueve: Asociación Cultural Famayce / Colabora: Consejo de Centro

De lunes a jueves de 17:30 a 19:30 horas

Refuerzo Educativo

Se establecen dos grupos de alumnos/as para impartir apoyo escolar y diferentes técnicas de estudio. Para más información e inscripción puede ponerse en contacto en el tf: 611 492 446

Promueve: Asociación Cultural Famayce / Colabora: Consejo de Centro

... continuación CC SAN MATÍAS II

Martes y jueves de 20:30 a 21:30 horas

Zumba Fitness Tarde Grupo 2

Actividad de entrenamiento completo que combina todos los elementos del acondicionamiento físico, al ritmo de la música latina. Para más información e inscripción, acudir al centro en la fecha y horarios de la actividad.

Promueve: Asociación Cultural Famayce / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

Avenida El Cardonal s/n (antiguo colegio Pérez Soto) Tfno.: 922 617527 / E-mail: ccperezsotocardonal@gmail.com / Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 22:00 horas. Sábados 15 y 29 de febrero de 9:30 a 14:00 horas. Cierres: 24 y 25 de febrero.

5, 12 y 19 de febrero de 2020 de 17:00 a 19:00 horas

Déjame que te cuente sobre mi barrio

Formación en narración oral dirigida a personas mayores de 62 años donde se trabajará la construcción de la memoria del municipio a través de sus relatos.

Promueve: Biblioteca Municipal de La Laguna/ Colabora: Excmo. Ayuntamiento de La Laguna

Miércoles y jueves desde enero hasta julio 2020 de 09:00 a 16:00 horas

Atención individualizada

La asociación atiende durante el horario establecido a personas y familias individualmente.

Promueve: Asociación Rayuela / Colabora: Consejo de Centro

14, 17 y 18 de febrero de 09:00 a 13:00 horas

Curso de Monitor de Comedor Escolar

Se impartirá un curso de Monitor/a de Comedor Escolar, de 20 horas de duración, que cuenta con el reconocimiento de la ESSSCAN. Está dirigido a personas en posesión de titulación de EGB ó 1º y 2º ESO. Inscripción previa llamando al tfno. 922 786 167.

Promueve: Asociación Entrelazados / Colabora: Consejo de Centro

19, 20 y 21 de febrero de 09:00 a 13:00 horas

Curso de Acogida Temprana

Adquisición de la titulación correspondiente. Más información e inscripciones 922786167

Promueve: Asociación Entrelazados / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

Carretera General Santa Cruz - La Laguna, Plaza de El Tranvía nº 5, La Cuesta / 38320 San Cristóbal. Teléfono 922656544 / e-mail: cmeltranvia@gmail.com / lunes, martes y miércoles de 8:30 a 22:00, jueves de 8:30 a 21:30 y los viernes de 9:30 a 22:00 h. Cierre: 24 y 25 de febrero.

Martes de 17:00 a 19:00 horas

Taller de Motricidad Fina

Se trabajará el control de la motricidad fina que consiste en la coordinación de músculos, huesos y nervios para producir movimientos pequeños y precisos, con personas diagnosticadas de Fibromialgia y Fatiga Crónica. Para más información contactar en los teléfonos 665062656 - 625188055 o gestionafiten@gmail.com

Promueve: AFITEN / Colabora: Consejo de Centro

Martes y viernes de febrero de 17:00 a 19:00 horas

Taller de Percusión "Sacudiendo, frotando y golpeando"

Taller de géneros musicales, de la música Afrocaribeña y sus instrumentos: bongo, campana, clave, maraca y güiro.

Promueve: A. Cultural Cueva de Unicornios / Colabora: Consejo de Centro

Martes 4 de febrero de 18:30 a 20:30 horas

Reunión Crohn

Se realizará la reunión mensual con los asociados, enfermos de Crohn, colitis ulcerosa y simpatizante. Para asistir no se necesita inscripción previa.

Promueve: ACCU CANARIAS (Asociación de Crohn y Colitis Ulcerosa de Canarias) / Colabora: Consejo de centro

Viernes 7 de febrero de 19:00 a 21:30 horas

Recital Solidario

Actuaciones de:

- Francisco Morales
- Carlos Chico
- Tomás Vera
- Ányelo Fernández
- Elena Herrera
- Luis Almeida

Se realizará un recital de cantautores, en el cual actuarán, Francisco Morales, Carlos Chico, Tomás Vera, Ányelo Fernández, Elena herrera y Luis Almeida

Promueve: Asociación Tinerfeña de Escritores (ACTE) / Colabora: Consejo de centro

Viernes 14 de febrero de 19:00 a 20:00 horas

Taller de Nutrición

Taller en el que se trabajará para cambiar los hábitos para mejorar la salud mental y física.

Promueve: Asociación Cultural Agüere / Colabora: Consejo de centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC EL TRANVÍA

Miércoles 19 de febrero de 17:00 a 19:00 horas

“Échate un cuento”

Sesión de cuentacuentos para adultos.

Promueve: Asociación Cultural Cueva de Unicornios / Colabora: Consejo de centro

Viernes 21 de febrero de 10:00 a 11:00 horas

Taller de Nutrición

Taller en el que se trabajará para cambiar los hábitos para mejorar la salud mental y física.

Promueve: Asociación Cultural Agüere / Colabora: Consejo de centro

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

C/ Anatael Cabrera, nº 4, 38320 - La Higuerita / Tfno.: 922 663 320 / E-mail: ccvistamar@gmail.com / Horario: lunes a viernes de 15:00 a 21:00 h. Cierres: 24 y 25 de febrero.

Lunes de 16:00 a 18:00 horas

Teatro

Clases de teatro para mayores

Promueve: Ansina / Colabora: Consejo de centro

Lunes de 19.00 a 21:00 horas

Yoga

Clases de estiramientos y relajación

Promueve: A.VV. Ipalan / Colabora: Consejo de centro

Martes de 18:00 a 20:00 horas

Clases de gimnasia y estimulación cognitiva

Clases de gimnasia para mayores y talleres de memoria

Promueve: Ansina / Colabora: Consejo de centro

Miércoles de 17.00 a 20.00 horas

Clases de música instrumental y guitarra

Se dan clases de música instrumental y guitarra

Promueve: A.VV. Ipalan / Colabora: Consejo de centro

... continuación VISTAMAR

Jueves de 18.00 a 19.30 horas

Ensayos del grupo folclórico Alcalahuade

Ensayos del grupo folclórico, si alguna persona está interesada en formar parte del grupo, ponerse en contacto en el centro, los jueves de 18:00 a 19:30 horas

Promueve: AF.Alcalahuade / Colabora: Consejo de centro

Viernes de 19.00 a 20.30 horas

Clases de Bailes Latinos

Se dan clases de Bailes Latinos

Promueve: AA.VV. Ipalan / Colabora: Consejo de centro

Viernes de 16.00 a 20.00 horas

Clases de música folclórica

Se dan clases de guitarra, bandurria, timple los viernes de 16:00 a 18:00 horas para niños y de 18:00 a 20:00 horas, para adultos

Promueve: A.F. Alcalahuade / Colabora: Consejo de centro

CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

C/ Calvario, s/n, 38270 Valle de Guerra / Tfno.: 922 159 983 / E-mail: ccvalleguerra@gmail.com / Horario: Lunes y viernes de 15.00 a 23.00 h. Martes de 15.00 a 21.00 h. Miércoles de 15.00 a 21:30 h. Jueves de 9:30 a 12:00 y de 15.00 a 21.00 h. Cierre el día 24 de febrero.

Lunes 24 de febrero a las 18:00 horas

Festival de Carnaval

Actuaciones de:

- Murga Infantil Los Vallerit@s
- Murga Las Pirujas
- Murga Los Roscacios .
- Desfile de disfraces.

Se realizará el Festival de Carnaval del Centro, donde participarán la Murga Infantil Los Vallerit@s, Murga Las Pirujas, Murga Los Roscacios, además del tradicional desfile de disfraces.

Promueve: Asociación Músico Cultural Minfaya y Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

C/ Fasnía, nº 17, 38205 - Finca España / Tfno.: 922 670 967 / E-mail: ccfinceasp@gmail.com / Horario: lunes y miércoles de 16:00 a 22:30 h. Martes de 9:00 a 13:30 y de 16:00 a 22:30 h. Jueves 15:30 a 22:30 h. Viernes 16:00 a 22:00 horas. Cierre: 24 y 25 de febrero.

Viernes 14 de febrero a partir de las 17:00 horas

Concurso de Postales de "San Valentín"

- Del 3 al 10 de febrero se abrirá el plazo de entrega en el centro de las postales que quieran participar en el concurso.
- Los días 11, 12 y 13 de febrero el jurado decidirá las postales ganadoras.
- El día 14 de febrero se realizará la exposición de todas las postales participantes y se dará a conocer cuales son las ganadoras.

Se realizará un concurso de postales hechas a mano bajo la temática "El Amor y la Amistad", para celebrar la festividad de San Valentín. Las personas interesadas en participar deberán entregar su postal en el centro del 3 al 10 de febrero, en su horario de apertura habitual. Para más información acudir al centro o llamar al 922.670.967

Promueve: Asociación de Mujeres de Finca España (AMFE) / Colabora: Consejo de Centro

Jueves 27 de febrero a partir de las 17:00 horas

Taller de Torrijas

Se realizará un taller del postre típico de los carnavales, la torrija. Una vez finalizado el taller se realizará una merienda entre todas las personas participantes. Para todos los públicos, inscripción gratuita. Para participar es necesario apuntarse en el centro acudiendo personalmente o llamando al 922.670.967

Promueve: Asociación de Mujeres de Finca España (AMFE) / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

C/ Volcán Estrómboli, s/n / Teléfono: 922 823 316 / e-mail: cclaschumberas@gmail.com / Horario.- lunes a viernes de 16:00 a 22:00 h. Cierre: lunes 24 de febrero.

Lunes de 16 a 18 horas

Taller de Calado

Taller impartido por un maestro artesano en la especialidad de calados. Más información e inscripción: consultar en el centro en el horario de la actividad.

Promueve: AA. VV. Las Chumberas La Montañeta / Colabora: Consejo de Centro

Lunes de 18 a 20 horas

Clases de Teatro

Ensayos e impartición de clases de teatro. Además los interesados podrán formar parte de un grupo teatral. Más información e inscripción: consultar en el centro en el horario de la actividad.

Promueve: Asociación Cultural "Teatros" / Colabora: Consejo de Centro

... continuación CC LAS CHUMBERAS

Lunes y miércoles de 19 a 20:30 horas

Clases de Zumba

Clases de Zumba impartidas por la monitora Raquel con un amplio currículum detrás, siendo novedad en el centro este nuevo año. Para más información consultar en el centro en el horario de la actividad.

Promueve: AA. VV. Las Chumberas La Montañeta / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 16 a 18 horas

Clases de Pintura

Clases de Pintura orientadas a principiantes y personas avanzadas. Más información e inscripción: consultar en el centro en el horario de la actividad.

Promueve: AA. VV. Las Chumberas La Montañeta / Colabora: Consejo de Centro

Martes y jueves de 19 a 20 horas

Zumba

Clases de zumba impartidas por Airám. Para más información consultar en el centro en el horario de la actividad.

Promueve: AA. VV. Las Chumberas La Montañeta / Colabora: Consejo de Centro

Miércoles de 16:30 a 18:30 h. (Comienzo 15 de enero)

Taller Huerto Urbano

Serán 6 sesiones de dos horas cada día.

- 1.- Presentación y preparación de los materiales.
- 2 y 3.- Preparación y/o construcción del Maceto-huerto o mesa o cajonera de cultivo.
- 4 y 5.- planta y siembra de especies y elaboración de compost y purines.
- 6.- Demostración de la implantación del riego y el tutorado. Acabado y decoración.

Se impartirá un taller básico, con grupos de 10 personas en 6 sesiones de 2 horas, una sesión por semana. Se realizará una mesa o cajonera de cultivo colectiva o un maceto-huerto de recipientes individuales con opción de llevar a casa.

Promueve: Asociación AGRARTE / Colabora: Ayuntamiento de La Laguna

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

C/Afrodita, s/n, 38296 San Miguel de Geneto/ Tfno.: 822 17 91 27/ E-mail: ccsanmigueldegeneto@gmail.com/ Horario: de lunes a viernes de 17:00 a 23:00 horas. Cierre: 24 y 25 de febrero.

Martes de 18:00 a 20:00 horas.

Talleres de cocina fácil

- Cada semana se elaborará un menú para la siguiente sesión.

Se llevarán a cabo talleres de cocina fácil y rápida para organizar el menú semanal. Inscripción llamando al 636 22 31 38 (María del Cristo)

Promueve: Asociación de Vecinos el Moral / Colabora: Consejo de Centro

Miércoles de 20:00 a 22:00 horas.

Clases de canto e interpretación

Talleres de canto e interpretación, impartidos por Virginia Guantanamera. Inscripción llamando al 636743712.

Promueve: Concejalía de Participación Ciudadana

Lunes, miércoles y viernes 17:00 a 18:00 horas

Zumba

Se impartirán clases de zumba. Inscripción llamando al 655408797 (Casandra)

Promueve: Asociación de Vecinos el Moral / Colabora: Consejo de Centro

Viernes de 18:00 a 19:00 horas

Bailes Modernos Kids

Se impartirán clases de bailes modernos para niños/as de 4 a 12 años. Inscripción llamando al 655408797 (Casandra)

Promueve: Asociación de Vecinos el Moral / Colabora: Consejo de Centro

Viernes de 19:30 a 21:00 horas.

Bailes Latinos

Se impartirán clases de bailes latinos como salsa, merengue y bachata... Inscripción llamando al 655408797 (Casandra)

Promueve: Asociación de Vecinos el Moral / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 17:30 a 18:30 horas.

Talleres de Nutrición

Se llevarán a cabo talleres de nutrición y asesoramiento para la alimentación saludable. Información llamando al 645698623 (Linda)

Promueve: Asociación de Vecinos el Moral / Colabora: Consejo de Centro

Martes y jueves de 18:30 a 20:00 horas.

Acondicionamiento Físico

Se impartirán clases de Acondicionamiento Físico en horario de tarde mediante inscripción previa. Para más información e inscripción llamar al Organismo Autónomo de Deportes, tlf. 922 256 244 o en página Web www.oadlaguna.com

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes / Colabora: Consejo de Centro

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN MIGUEL DE GENETO

Lunes, miércoles y viernes de 19:00 a 20:30 horas

Pilates Suelo

Se impartirán clases de Pilates Suelo en horario de tarde mediante inscripción previa. Para más información e inscripción llamar al Organismo Autónomo de Deportes, tlf. 922 256 244 o en página Web www.oadlaguna.com

Promueve: Organismo Autónomo de Deportes / Colabora: Consejo de Centro

Jueves de 18:00 a 19:00 horas.

Cuerdas Folclore

Clases de música con instrumentos de cuerdas. Más información e inscripción: Noly 676398407 y Sandra 677037310

Promueve: Asociación Cultural San Borondón / Colabora: Consejo de centro

Lunes de 18:30 a 20:30 horas.

Indumentaria Tradicional Canaria

Clases de Confección de indumentaria canaria. Más información e inscripción llamando al 666270472 (Carmen)

Promueve: Asociación de Mujeres La Trilla / Colabora: Consejo de Centro

Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

Yoga Antiguo

Enseñanza de la práctica de yoga con bambú. Más información e inscripción 691202170 (Sheyla)

Promueve: Asociación de Mujeres La Trilla / Colabora: Consejo de Centro

Todos los martes de 18:00 a 20:00 horas.

Cestería con papel de periódico. Taller artesanal "Alfa y Omega"

Clases de cestería con papel de periódico, dirigida para niños y niñas(a partir de 10 años) jóvenes y adultos. Inscripción llamando al 684207020 (Elizabeth)

Promueve: Asociación de Mujeres La Trilla / Colabora: Consejo de Centro

Lunes, viernes de 18:00 a 19:00 horas y miércoles de 17:00 a 19:00 horas.

Baile canario

Baile canario para principiantes. Más información ponerse en contacto llamando al 642191920 o 666706717 (Brian)

Promueve: Asociación Cultural y Musical Angora / Colabora: Consejo de Centro

Lunes y miércoles de 20:30 a 22:00 horas.

Clases de Defensa Personal

Se llevarán a cabo clases para proporcionar habilidades para lograr la máxima eficacia para resolver conflictos de agresión física, destinada a adultos. Para más información contactar con 609380021 (Marcial)

Promueve: Asociación Cultural Deportiva S.C.L.L Wing Tsun

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES – LA LAGUNA – FEBRERO 2020

* Esta programación está sujeta a posibles cambios. Para más información dirijase al Centro Ciudadano de su interés.

... continuación CC SAN MIGUEL DE GENETO

Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas.

Clases de Defensa Personal

Se llevarán a cabo clases para proporcionar habilidades para lograr la máxima eficacia para resolver conflictos de agresión física. Destinado a jóvenes mayores de 12 años. Para más información contactar con 609380021 (Marcial)

Promueve: Asociación Cultural Deportiva S.C.L.L Wing Tsun

De lunes a jueves de 17:00 a 20:00 horas,

Clases de Canto

Se impartirán clases de canto: lírico, moderno y flocklore. Destinado a personas a partir de los 12 años. Información e inscripción llamando al 670612322.

Promueve: Parranda Ixemad / Colabora: Consejo de Centro

Martes de 18:00 a 19:00

Clases de Fitflamnc

Clases de fitflamnc, una fusión entre el fitness y el flamenco. Para más información contactar con el teléfono

Promueve: Asociación Cultural y Musical Angora / Colabora: Consejo de Centro'

CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

Carretera General Bajamar - Punta del Hidalgo, 111, 38250 /Horario: lunes a domingos de 16:00 a 22:00 horas

Sábado 1 de febrero, a las 19:00 horas

26 Aniversario Club del Pensionista Isogue de San Juan

Representación teatral y baile

Con motivo del 26 aniversario del Club del Pensionista Isogue de San Juan, habrá una representación teatral, baile y a su término, brindis.

Promueve: Club del Pensionista Isogue de San Juan / Colabora: Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO GUAMASA

Camino Santa Rosa de Lima, 47 / Horario.- lunes a viernes de 17:00 a 22:00 horas.

Lunes de 16:30 a 18:30 h. (Comienzo 13 de enero)

Taller Huerto Urbano

Se impartirá un taller básico, con grupos de 10 personas en 6 sesiones de 2 horas, una sesión por semana. Se realizará una mesa o cajonera de cultivo colectiva o un maceto-huerto de recipientes individuales con opción de llevar a casa.

Promovido por Asociación AGRARTE.