



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS
CCM MESOIRO
SETEMBRO-DECEMBRO 2017

CENTRO CÍVICO MUNICIPAL DE MESOIRO

DATAS DE ACCESO ÁS ACTIVIDADES
consultar no centro a partir do 1 de setembro



CCM MESOIRO C/Ancas, 15
Tfn. 981 184 370
Teléfono información ciudadana: 010
www.serviciosociales.coruna.es



INFANCIA

DEBUXO E PINTURA*

Para nenas e nenos entre 4 e 6 anos

Espazo para a expresión e o xogo a través da
pintura

Mércores de 17:00 a 18:00h

Custo: 7 €

SCRAPBOOKING INFANTIL*

Para nenas e nenos de 6 a 12 anos

Iniciación a esta técnica de recortes, pegado ou collage,
para crear unha composición de memorias e recordos

Venres de 18:35 a 19:35 h

Custo: 7 €

MONOGRÁFICO DE REPOSTERÍA SALUDABLE I

Para nenas e nenos de 5-8 anos
Diversas técnicas de repostería

Mércores de 18:30 a 20:00 h

Custo: 7 €

MONOGRÁFICO DE REPOSTERÍA SALUDABLE II

Para nenas e nenos de 8-12 anos
Diversas técnicas de repostería

Venres de 19:45 a 21:15 h

Custo: 7 €

MÚSICA

Para nenas e nenos de 4-6 anos

Espazo para descubrir instrumentos, cantar, bailar
e..... moitas máis sorpresas musicais

Luns de 18:00 a 19:00 h

Custo: 7 €

BAILE MODERNO

Para nenas e nenos de 6-12 anos

Realización de coreografías e estilos musicais para
os máis peques

Venres de 18:00 a 19:00 h

15 decembro

Custo: 7 €

GUIARRA *

Para nenos e nenas de 8 a 12 anos

Aprenderás a tocar a guitarra española de forma
totalmente práctica, sen necesidade de saber
solfeo.

Luns de 19:10 a 20:10 h

Custo: 7 €

MAXIA

Para nenas e nenos de 6 a 12 anos

Iniciación á maxia con distintos trucos moi
divertidos

Venres de 18:35 a 19:35 h

Custo: 7 €



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS CCM MESOIRO SETEMBRO- 2017

INFANCIA

OBRADOIRO NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

Para nenas e nenos de 4-7 anos
Actividade orientada á participación de menores con
necesidades educativas especiais nun obradoiro de
expresión corporal e de educación musical

Martes de 17:00 a 18:30 h

Custo: 11 €

OBRADOIRO DE EMOCIÓN

Para nenas e nenos de 2-4 anos
Os menores participarán na actividade
acompañados por un adulto responsable do menor.
Non se acepta ningún menor na actividade que non
esté anotado.

Descubriremos o mundo das emocións, sentimentos e
cómo orientalos dende un enfoque divertido

Luns de 17:00 a 18:00 h

Custo: 7 €

APOIO ESCOLAR PRIMARIA I

Para nenas e nenos escolarizados en 3º e 4º de Ed. primaria
Espazo para a realización das tarefas escolares e de
aprendizaxe para mellorar ás técnicas de estudo

Luns e mércores de 18:00 a 19:00 h

ACTIVIDADE GRATUITA

APOIO ESCOLAR PRIMARIA II

Para nenas e nenos escolarizados en 5º y 6º de Ed. Primaria
Espazo para a realización das tarefas escolares e de
aprendizaxe para mellorar ás técnicas de estudo

Martes e xoves de 18:00 a 19:00 h

ACTIVIDADE GRATUITA

XOGANDO COA MÚSICA

Para nenas e nenos de 2 a 4 anos
Os menores participarán na actividade acompañados
por un adulto responsable do menor. Non se acepta
ningún menor na actividade que non esté anotado.
Os pequenos descubrirán instrumentos, cantarán e
moitas sorpresas máis

Venres de 17:15 a 18:15 h

Custo: 7 €

MANUALIDADES INFANTIL*

Para nenas e nenos de 6 a 12 anos
Aprenderás a realizar manualidades útiles, ónde o
protagonista serás tí.

Luns de 18:00 a 19:00 h

Custo: 7 €

CCM MESOIRO C/Ancas, 15
Tfn. 981 184 370
Teléfono información ciudadana: 010
www.serviciosociales.coruna.es



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



**ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS
CCM MESOIRO
SETEMBRO- 2017**

INFANCIA

PEQUENOS ATLETAS I

Para nenas e nenos de 2 a 4 anos

Os menores participarán na actividade acompañados por un adulto responsable do menor. Non se acepta ningún menor na actividade que non esté anotado. Os pequenos atletas exercerán as súas habilidades con movementos e exercicios atléticos.

Mércores de 17:00 a 18:00 h

Custo: 7 €

PEQUENOS ATLETAS II

Para nenas e nenos de 5 a 8 anos

Os pequenos atletas exercerán as súas habilidades con movementos e exercicios atléticos.

Mércores de 18:00 a 19:00 h

Custo: 7 €

**OBRADOIRO DE ESTIMULACIÓN MOTRIZ
PARA NENOS/AS CON NECESIDADES
EDUCATIVAS ESPECIAIS**

Para nenos e nenas de 6 meses a 4 anos

Os menores participarán na actividade acompañados por un adulto responsable do menor. Non se acepta ningún menor na actividade que non esté anotado.

Martes de 17:00 a 18:30 h

Custo: 11 €

XUVENTUDE (13 a 18 anos)

APOIO ESCOLAR ESO I

Para xuventude que estea estudando 1º y 2º E.S.O.

Se traballarán técnicas e hábitos de estudo

Luns e mércores de 19:00 a 20:00 h

ACTIVIDADE GRATUITA

APOIO ESCOLAR ESO II

Para xuventude que estea estudando 3º y 4º E.S.O.

Se traballarán técnicas e hábitos de estudo

Martes e xoves de 19:00 a 20:00 h

ACTIVIDADE GRATUITA

CCM MESOIRO C/Ancas, 15
Tfn. 981 184 370
Teléfono información ciudadana: 010
www.serviciosociales.coruna.es



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS
CCM MESOIRO
SETEMBRO- 2017

INTERXENERACIONAL (a partir de 16 anos)

**COSTURA DE
PERFECCIONAMENTO ***

Aprendizaxe para persoas con coñecementos de
técnicas de corte e confección

Sábados de 10:30 a 12:00 h
Custo: 11 €

XESTIÓN DE EMOCIÓN

Espazo de encontro para traballar a autoestima e
aprender a manexar situacións difíciles.
Dirixido a maiores de idade.

Mércores de 12:00 a 13:00 h
Custo: 7 €

PILATES I

Actividade dirixida ó entreno do corpo, idóneo
para traballar a relaxación e o stress

Mércores e venres de 10:00 a 11:00 h
Custo: 11 €

PILATES II

Actividade dirixida ó entreno do corpo, idóneo
para traballar a relaxación e o stress

Luns e mércores de 20:30 a 21:30 h
Custo: 11 €

DANZA DO VENTRE

Aprenderemos a tonificar e fortalecer os músculos do
corpo a través desta danza oriental

Sábado de 11:00 a 12:00 h
Custo: 7 €

AERÓBIC LATINO I

Movimentos de baile combinados con rutinas
aeróbicas para manterte en forma con ritmos latinos

Luns e xoves de 10:00 a 11:00 h
Custo: 11 €

AERÓBIC LATINO II

Movimentos de baile combinados con rutinas
aeróbicas para manterte en forma con ritmos latinos.

Martes de 19:30 a 20:30 h
Custo: 7 €

PATCHWORK *

Elaboraremos con retales prendas coma mantas,
fundas, coxines, etc.

Martes de 19:30 a 21:00 h
Custo: 11 €

**MONOGRÁFICO DE
MANUALIDADES RECICLADAS ***

Actividade onde se traballará a destreza manual
reciclando diferentes obxectos

Mércores de 19:30 a 21:00 h
Custo: 7 €

ABALORIOS *

Aprenderemos técnicas de elaboración de bisutería
utilizando abalorios

Venres de 18:30 a 20:00 h
Custo: 7 €

CCM MESOIRO C/Ancas, 15
Tfn. 981 184 370
Teléfono información ciudadana: 010
www.serviciosociales.coruna.es



INTERXENERACIONAL

IOGA

Iniciación a unha actividade que busca o benestar físico, mental e espiritual, axudando á relaxación e á meditación

Luns e mércores de 19:30 a 20:30 h
Custo: 11 €

XIMNASIA

Ximnasia de mantemento, exercicios físicos de mantemento, tonificación e coordinación que te axudarán a manterte en forma

Martes e xoves de 18:30 a 19:30 h
Custo: 11 €

COCIÑA

Introducción a distintas técnicas de cociña e receitas

Xoves de 18:40 a 20:40 h
Custo: 11 €

MONOGRÁFICO DE REPOSTERÍA SALUDABLE

Introducción ás técnicas de repostería
Luns de 19:15 a 21:15 h
Custo: 7 €

INICIACIÓN AS LABORES *

Traballaremos técnicas de calceta, ganchillo, bordado, etc...

Venres de 19:45 a 21:15h
Custo: 7 €

BOLETÍNS MENSUAIS

O longo do ano, dende o Centro Cívico poñeremos en marcha actividades para diferentes grupos de idade: charlas, obradoiros para conmemorar datas sinaladas, exposicións, etc.

Atoparedes a información nos boletíns mensuais no Centro Cívico.

CRITERIOS XERAIS DE PARTICIPACIÓN NAS ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS DA CONCELLERÍA DE XUSTIZA SOCIAL E COIDADOS

Os criterios de participación nas actividades estarán publicados na páxina web do Concello de A Coruña, no taboleiro de anuncios de cada centro cívico e no taboleiro de edictos do Concello de A Coruña.

Aquelas persoas que o desexen poderán consultar no centro cívico unha copia das normas vixentes para cada convocatoria.

A presentación da solicitude de participación nas actividades organizadas pola Concellería de Xustiza Social e Coidados supón aceptar todos os criterios de participación, así como seguir as directrices e instrucións que se indiquen pola dirección técnica e polo monitorado responsable das actividades.

*Algún material necesario para o desenvolvemento dalgunha actividade de tipo manual correrá a cargo de cada participante.