

lecer

SAUDABLE para a mocidade

O Programa de promoción do **lecer saudable para a mocidade** da Concellería de Igualdade, Benestar Social e Participación do Concello da Coruña, desenvólvese desde o **Servizo de Acción Social** coa cofinanciación da Delegación do Goberno para o Plan Nacional sobre Drogas.

Este programa oferta actividades gratuítas de tipo deportivo e lúdico no mes de agosto, dirixida á mocidade de 12 a 30 anos, coa finalidade de ser unha das opcións de lecer dispoñibles á hora de planificar as xornadas diarias de verán.

Nesta edición as actividades desenvolveráanse nas modalidades presencial e online atendendo ás características de cada unha delas.

COMO PODO PARTICIPAR?

- 1. Consulta as actividades e as súas datas e horarios.** Elixes nas que che gustaría participar e fíxate a que idades se dirixen. Non te despistes nas datas de inscrición.
- 2. Este ano a inscrición será on line.** Entra na páxina web **www.coruna.gal/serviciososociales**, na noticia de “**Lecer saudable para a mocidade**” atoparás un arquivo coa descrición das actividades ofertadas e un link coas indicacións que debes seguir para a inscrición.
- 3. Se a información non che chegase a tempo ou te despistaches** coas datas e téis interese por realizar algunha das actividades, consulta na páxina web se a inscrición desa actividade segue aberta por se quedasen prazas libres.
- 4. Para as actividades presenciais e en medio aberto será obrigatorio o uso da máscara e aceptar as condicións de participación** de cada unha delas que se porán en coñecemento dos admitidos no mesmo momento que se lles confirme a súa participación.
- 5. Para a participación nas actividades presenciais será necesario que non esquezas traer o teu DNI.**

INSCRICIÓN

Desde as 8:00h do 28 de xullo ás 00:00h do 30 de xullo

LUGAR: **www.coruna.gal/serviciososociales**

Entra na noticia de “**Lecer saudable para a mocidade**” e alí terás a información sobre a actividades e o link no que poderás inscribirte.

A admisión será por orde de inscrición. As prazas son limitadas e é necesario un número mínimo de inscritos para a realización das actividades.

Os inscritos recibirán a confirmación da admisión na actividade por email así como as indicacións das condicións necesarias para a participación.

INFORMACIÓN

Centros cívicos municipais

WEB: **www.coruna.gal/serviciososociales**

REDES SOCIAIS: **Facebook, instagram e Twitter**



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES
REGISTRACIÓN DEL CONSUMO PARA EL BIENESTAR SOCIAL
SERVICIO CORUNA

OBSERVACIÓNS No caso das actividades “Surf Experience”, “Multideporte Experience” e “Rafting” é imprescindible que os participantes saiban nadar e non teñan impedimento para a realización de actividades deportivas, náuticas e de multiaventura.

ONLINE

COCÍÑAO: TALLER DE PIZZAS

Dirixido a: mocidade de 12 a 17 anos
13, 20, 27 de agosto e 3 de setembro (xoves)
De 12:00 a 12:30h // Nº Prazas: 15
Modalidade: Video

CREACIÓN E MANTEMENTO DE BLOGS E PÁXINAS WEB

Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos
6, 13, 20, 27 de agosto (xoves)
De 11:00 a 12:00h. / Nº Prazas: 10
Modalidade: Videoconferencia

COCÍÑA TEMÁTICA: TUPPERS SAUDABLES

Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos
14, 21, 28 de agosto e 4 de setembro (venres)
De 12:00 a 12:30h. / Nº Prazas: 15
Modalidade: Video

CREACIÓN DE CURTAMETRAXES CON MÓBIL

Dirixido a: mocidade de 13 a 20 anos
11, 13, 18, 20, 25, 27 de agosto e 1, 3 de setembro (martes e xoves)
De 16:00 a 17:30h. / Nº Prazas: 10
Modalidade: Video (30 minutos) + videoconferencia (60 minutos)

TALLER XÓVENES ESCRITORES

Escritura creativa. Ocuparémonos da creación de textos literarios aprendendo e perfeccionando técnicas narrativas.
Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos
3, 10, 17, 24, 31 de agosto (luns) / De 11:30 a 12:30h. / Nº Prazas: 10
Modalidade: Videoconferencia + documentación

TALLER DE RAP

Dirixido a: mocidade de 13 a 20 anos
5, 12, 29, 26 de agosto e 2 de setembro (mércores)
De 16:30 a 17:30h. / Nº Prazas: 10
Modalidade: Videoconferencia + documentación

PRESENCIAL

SURF EXPERIENCE

Actividade na que dedicaremos catro días ao inicio da práctica do surf e ao seu progreso. É condición obrigatoria para esta actividade que os participantes saiban nadar. Transporte incluído.

Dirixido a: mocidade de 13 a 17 anos / **Días 3, 4, 6 e 7 de agosto** / De 10:30 a 13:30h. / Nº Prazas: 12
Lugar de realización: Praia de Santa Cristina (se algún dos días non houbese ondas para a realización da actividade nesa praia, realizaríase nas praias do Orzán ou Sabón). Desprazamento: Indicarase aos participantes os lugares de recollida do autobús.

MULTIDEPORTE EXPERIENCE

Actividade na que dedicaremos catro días á práctica de actividades náuticas e xogos de praia e na auga (paddle surf, paddle surf XXL, kayak, voley praia...). É condición obrigatoria que os participantes saiban nadar. Transporte incluído.

Dirixido a: mocidade de 13 a 17 anos / **Días 10, 11, 12 e 13 de agosto** / De 10:30 a 13:30h. / Nº Prazas: 12
Lugar de realización: Praia de Sta. Cristina. / Desprazamento: Indicarase aos participantes os lugares de recollida do autobús.

ROTEIRO MEDIOAMBIENTAL RÍO MANDEO - Nivel de dificultade baixa.

Xornada de roteiro pola Reserva da Biosfera das Mariñas Coruñesas. Incluindo un percorrido guiado por unha plantación que traballa na renovación do campo galego, innovando e recuperando técnicas de agricultura tradicional e ecolóxica. Transporte incluído.

Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos / **Día 29 de agosto** / De 10:30 a 18:30h. (aprox) / Nº Prazas: 15
Desprazamento: Indicarase aos participantes os lugares de recollida do autobús.

XORNADA MULTIAGENTURA: RAFTING RÍO ULLA - Nivel de dificultade baixa.

Xornada multiaventura onde se practicará rafting no río Ulla no tramo de Carcacia-Herbón. É condición obrigatoria para esta actividade que os participantes saiban nadar. Transporte incluído.

Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos / **Día 14 de agosto** / De 10:30 a 18:30h. (aprox) / Nº Prazas: 15
Desprazamento: Indicarase aos participantes os lugares de recollida do autobús.

ROTEIRO SENDEIRISMO PONTECESO - ESTUARIO RÍO ANLLÓNS - Nivel de dificultade baixa.

Dirixido a: mocidade de 18 a 30 anos / **Día 15 de agosto (sábado)** / De 10:00h a 18:00h (aprox) / Nº Prazas: 15
Desprazamento: Indicarase aos participantes os lugares de recollida do autobús.

YOUTUBER - Iniciación

Dirixido a: mocidade de 12 a 17 anos / **Días 17, 19, 21, 24 e 26 de agosto** / De 11:00 a 13:00h. / Nº Prazas: 7
Lugar: Centro Cívico Municipal Os Rosales

DEBUXO MANGA - Iniciación

Dirixido a: mocidade de 13 a 20 anos / **Días 5, 12, 19, 26 de agosto** / De 10:30 a 12:30h. / Nº Prazas: 7
Lugar: Centro Cívico Municipal Os Rosales



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES
MINISTERIO
DE SANIDAD, CONSUMO
Y BIENESTAR SOCIAL
DIRECCIÓN DEL GOBIERNO
NACIONAL DE SERVICIOS
SOCIALES