

# CENTRO SOCIAL PASTORIZA XANEIRO 2024

LUNS

17.30- 18.30h

*Adultos*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES  
E XOVES

17.30 a 18.30h

*Familia*

## MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



VENRES

18.00 a 19.00h

*Familia*

## TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte, o gañador.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTES CITAS...

SÁBADO 13 E  
SÁBADO 27

17.30 a 20.00h

*Familia*

## TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia.



SÁBADO 20

17.30 a 18.30h

*Familia*

## CREANDO CONTOS

A actividade consiste en estimular a creatividade dos/as participantes mediante a creación de personaxes de contos. Os/as participantes conformarán os seus propios personaxes, fomentando a súa imaxinación, e poderán compartir historias para dar vida ás súas creacións.



MARTES 30

17.00 a 20.00h

*Familia*

## ATRAPASOÑOS POLA PAZ

Experiencia creativa onde os participantes deseñan e elaboran estes obxectos simbólicos, crendo que teñen o poder de filtrar os soños positivos e atrapar os negativos, favorecendo así a harmonía e a tranquilidade.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL VILARRODÍS

## XANEIRO 2024

LUNS

18.00 a 19.00h

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES  
E XOVES

18.00 a 19.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



VENRES

18.00 a 19.30h

*Familia*

### OBRADOIRO DE INSTRUMENTOS MUSICAIS

Ofrece aos participantes a oportunidade de crear os seus propios instrumentos a partir de materiais reciclados, fomentando a creatividade e a conciencia ambiental a través da música.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTE CITAS...

SÁBADO 13

17.00 a 18.30h

*Familia*

### CIENCIA DIVERTIDA

Actividade educativa que busca ensinar conceptos científicos dun xeito lúdico e participativo, utilizando experimentos e demostracións interactivas para facer a aprendizaxe entretida e memorable.



SÁBADO 20

18.00 a 19.30h

*Familia*

### ROBÓTICA

Crearemos cos/as nenos/as unha cidade á que lle poñeremos luz con lámpadas LED.



SÁBADO 27

17.00 a 19.00h

*Familia*

### CONTACONTOS: DÍA DA PAZ E NON VIOLENCIA

A través da lectura de contos, mergullarémonos na maxia das historias que promoven valores de paz, tolerancia e respecto, buscando inspirar reflexións sobre a importancia de construír un mundo harmónico e colaborativo.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL OSEIRO

## XANEIRO 2024

LUNS

17.30 a 18.30h

*Familia*

### CRE-ACTÍVATE

CreActivate é unha proposta que ten como obxectivo motivar e potenciar a creatividade dos nosos/as usuarios/as. A idea é proporcionar un espazo onde poidan realizar de forma autónoma diferentes obradoiros creativos: crochet, patchwork,...



MARTES E  
VENRES

18.00 a 19.00h

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



XOVES

17.00 a 18.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTES CITAS...

SÁBADO 13

17.30 a 18.30h

*Adultos*

### OBRADOIRO DE NOVAS TECNOLOXÍAS

Ofrece aos participantes a oportunidade de aprender a utilizar dispositivos móbiles e aplicacións de maneira práctica e accesible.



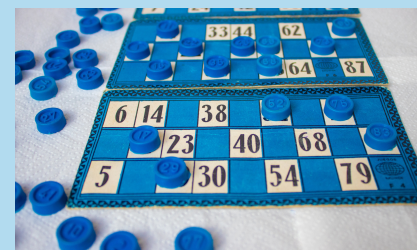
SÁBADO 20

18.00 a 19.30h

*Familia*

### BINGO EN FAMILIA

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



SÁBADO 27

17.30 a 19.30h

*Familia*

### TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL SOL Y MAR

## XANEIRO 2024

LUNS

16.00 a 17.00h

*Adultos*

### EMPRÉGATE

Neste obradoiro obteremos ferramentas útiles e adaptadas ás demandas do mercado actual: deseño de currículos, elaboración de cartas de presentación,...



MARTES

18.00 a 19.00h

*Familia*

### CIENCIA DIVERTIDA

Actividade lúdica- educativa que utiliza experimentos e demostracións interactivas para ensinar conceptos científicos de maneira entretida, fomentando o interese e a participación activa dos/as participantes



MÉRCORES E  
VENRES

18.00 a 19.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTES CITAS...

SÁBADO 14

17.00 a 18.30h

*Familia*

### TARXETAS DE SCRAPBOOKING

Actividade creativa na que elaboraremos tarxetas decoradas con cortes de papel de cores, adhesivos, selos ou cintas de cores.



SÁBADO 21

17.30 a 20.00h

*Familia*

### TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia



MARTES 30

17.00 a 18.00h

*Familia*

### MURAL POLA PAZ

Creación colectiva dun mural que expresa mensaxes positivas e visuais relacionados coa paz. A través da pintura e a colaboración, búscase inspirar reflexións sobre a harmonía e a importancia de construír un mundo pacífico.



\* Aportación dalgún material por parte das persoas participantes. Solicita información no teu centro social.

# Arteixo

# CENTRO DE MAIORES A BAIUCA

## XANEIRO 2024

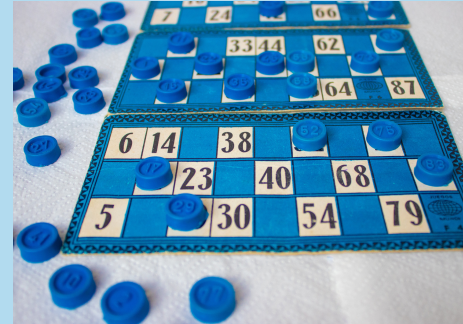
LUNS

18.00 a 19.00h

Adultos

### BINGO

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



MARTES

18.00 a 19.00h

Adultos

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES

17.00 a 19.00h

Adultos

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas.



XOVES

17.30 a 19.30h

Adultos

### CRE-ACTÍVATE

CreActivaTe é unha proposta que ten como obxectivo motivar e potenciar a creatividade dos nosos/as usuarios/as. A idea é proporcionar un espazo onde poidan realizar de forma autónoma diferentes obradoiros creativos: ganchillo, crochet, patchwork,...



VENRES

18.00 a 19.30h

Adultos

### TARXETAS DE SCRAPBOOKING

Actividade creativa na que elaboraremos tarxetas decoradas con cortes de papel de cores, adhesivos, selos ou cintas de cores.



\* Aportación dalgún material por parte das persoas participantes. Solicita información no teu centro social.

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL MEICENDE

## XANEIRO 2024

MARTES

18.00 a 20.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



XOVES

18.30 a 19.30h

*Familia*

### TARXETAS DE SCRAPBOOKING

Actividade creativa na que elaboraremos tarxetas decoradas con cortes de papel de cores, adhesivos, selos ou cintas de cores.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTE CITAS...

MÉRCORES 10

18.00 a 20.00h

*Familia*

### TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia



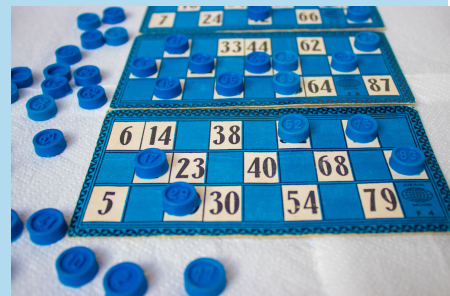
MÉRCORES 17

18.00 a 20.00h

*Familia*

### BINGO EN FAMILIA

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



MÉRCORES 24

17.00 a 19.00h

*Familia*

### CIENCIA DIVERTIDA

Trabállaranse diferentes conceptos de ciencia, a través de sinxelas receitas que os nenos e nenas seguirán axudados do/a monitor/a.



MÉRCORES 31

17.00 a 19.00h

*Familia*

### MURAL POLA PAZ

Creación colectiva dun mural que expresa mensaxes positivas e visuais relacionados coa paz. A través da pintura e a colaboración, búscase inspirar reflexións sobre a harmonía e a importancia de construír un mundo pacífico.



\* Aportación dalgún material por parte das persoas participantes. Solicita información no teu centro social.

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL O FOXO

## XANEIRO 2024

**MARTES 9**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



**MARTES 16**

**17.00 a 19.00h**

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



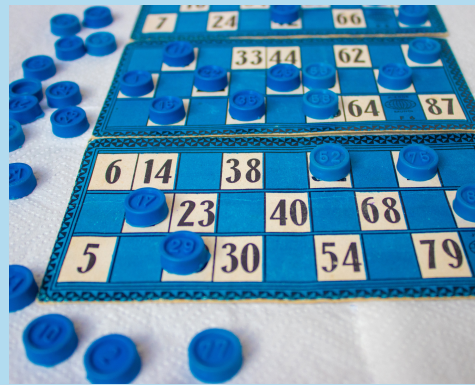
**MARTES 23**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### BINGO EN FAMILIA

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



**MARTES 30**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### MURAL POLA PAZ

Creación colectiva dun mural que expresa mensaxes positivas e visuais relacionados coa paz. A través da pintura e a colaboración, búscase inspirar reflexións sobre a harmonía e a importancia de construír un mundo pacífico.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL RAÑOBRE

## XANEIRO 2024

TODOS OS  
MÉRCORES

17.00 a 18.00h

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



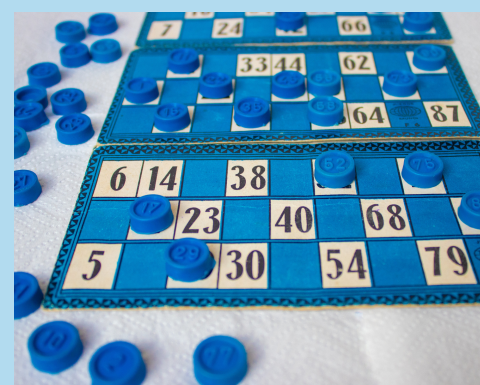
MÉRCORES 10

18.00 a 19.00h

*Familia*

### BINGO EN FAMILIA

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



MÉRCORES 17

18.00 a 19.00h

*Adultos*

### TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte o gañador.



MÉRCORES 24

18.00 a 19.00h

*Familia*

### MURAL POLA PAZ

Creación colectiva dun mural que expresa mensaxes positivas e visuais relacionados coa paz. A través da pintura e a colaboración, búscase inspirar reflexións sobre a harmonía e a importancia de construír un mundo pacífico.



MÉRCORES 31

18.00 a 19.00h

*Familia*

\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo



# CENTRO SOCIAL QUINTÁN

## XANEIRO 2024

### ADESTRANDO A MENTE

LUNS 8

17.00 a 19.00h

*Adultos*

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



### MANUALIDADES CREATIVAS

LUNS 15

17.00 a 19.00h

*Familia*

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



### OBRADOIRO DE NOVAS TECNOLOXÍAS

LUNS 22

17.00 a 19.00h

*Adultos*

Ofrece aos participantes a oportunidade de aprender a utilizar dispositivos móbiles e aplicacións de maneira práctica e accesible.



### TARDE DE XOGOS: PASAPALABRA

LUNS 29

17.00 a 19.00h

*Familia*

Xogo de palabras e coñecementos no que os/as participantes enfróntanse a unha serie de definicións e deben adiviñar a palabra correspondente. Se non saben a resposta, poden dicir "pasapalabra" e pasar á seguinte. O obxectivo é completar o roscó de palabras antes de que se esgote o tempo.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL

## ALTO DE ARTEIXO

**XANEIRO 2024**

TODOS OS  
XOVES

17.00 a 19.00h

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



## ADEMAIS, NON PODES FALTAR ÁS SEGUINTES CITAS...

VENRES 12

17.00 a 19.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



VENRES 19

17.00 a 19.00h

*Familia*

### TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte o gañador.



VENRES 26

17.00 a 19.00h

*Familia*

### TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo



# CENTRO SOCIAL MONTEAGUDO

## XANEIRO 2024

**MARTES 9**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### MANUALIDADES EN FAMILIA

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



**MARTES 16**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### OBRADOIRO DE RECICLAXE: MACETA RECICLADA I

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



**MARTES 23**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### OBRADOIRO DE RECICLAXE: MACETA RECICLADA II

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



**MARTES 30**

**17.00 a 19.00h**

*Familia*

### TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte o gañador.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL A LAGOA

## XANEIRO 2024

MARTES 9

16.00 a 18.00h

*Adultos*

### ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MARTES 16

16.00 a 18.00h

*Familia*

### TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte o gañador.



MARTES 23

16.00 a 18.00h

*Familia*

### MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



MARTES 30

16.00 a 18.00h

*Familia*

### MURAL POLA PAZ

Creación colectiva dun mural que expresa mensaxes positivas e visuais relacionados coa paz. A través da pintura e a colaboración, búscase inspirar reflexións sobre a harmonía e a importancia de construír un mundo pacífico.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL LARÍN XANEIRO 2024

VENRES 12

16.00 a 18.00h

*Adultos*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



VENRES 19

16.00 a 18.00h

*Familia*

## OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



VENRES 26

16.00 a 18.00h

*Familia*

## MANUALIDADES CREATIVAS

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL UXES XANEIRO 2024

MÉRCORES 10  
17.00 a 19.00h

*Adultos*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES 17  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



MÉRCORES 24  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## MANUALIDADES EN FAMILIA

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



MÉRCORES 31  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte, o gañador.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL LAÑAS XANEIRO 2024

MÉRCORES 10  
17.00 a 19.00h

*Adultos*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES 17  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## TARDE DE CINE

Proxección dunha película para ver en familia



MÉRCORES 24  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## MANUALIDADES EN FAMILIA

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



MÉRCORES 31  
17.00 a 19.00h

*Familia*

## TARDE DE XOGOS: A RULETA DA SORTE

Xogo en equipo, baseado nun coñecido programa de televisión, no que os concursantes fan xirar unha gran ruleta para determinar a súa sorte e poder resolver os enigmas, sendo o equipo que máis enigmas acerte, o gañador.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo



# CENTRO SOCIAL SUEVOS XANEIRO 2024

MÉRCORES 10  
16.00 a 18.00h

*Adultos*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



MÉRCORES 17  
16.00 a 18.00h

*Familia*

## OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



MÉRCORES 24  
16.00 a 18.00h

*Familia*

## MANUALIDADES EN FAMILIA

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.

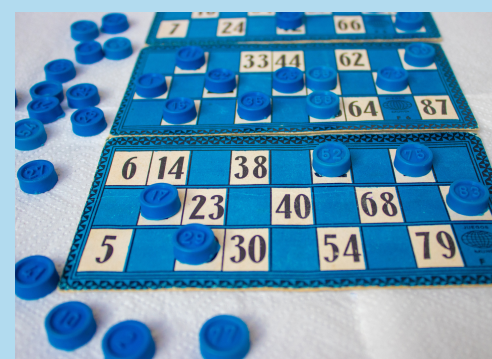


MÉRCORES 31  
16.00 a 18.00h

*Familia*

## BINGO EN FAMILIA

Disfruta dunha tarde xogando ó bingo cos teus veciños/as.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL BARRAÑÁN

**XANEIRO 2024**

**XOVES 11**

**16.00 a 17.00h**

*Adultos*

## **ADESTRANDO A MENTE**

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



**XOVES 18**

**16.00 a 18.00h**

*Familia*

## **OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE**

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



**XOVES 25**

**16.00 a 18.00h**

*Familia*

## **MANUALIDADES EN FAMILIA**

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL O RAÑAL

**XANEIRO 2024**

## OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



**XOVES 11**  
**18.00 a 20.00h**

*Familia*

## MANUALIDADES EN FAMILIA

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



**XOVES 18**  
**18.00 a 20.00h**

*Familia*

## ADESTRANDO A MENTE

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



**XOVES 25**  
**18.00 a 20.00h**

*Adultos*

\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo

# CENTRO SOCIAL ARMENTÓN

**XANEIRO 2024**

## OBRADOIRO DE ARTE E RECICLAXE

**XOVES 11**  
**18.00 a 20.00h**

Con materiais de reciclaxe pódense construír obxectos decorativos, instrumentos e outras ferramentas, fomentando a quen participa nunha serie de novos comportamentos, con vistas á concienciación ambiental e á sustentabilidade.



*Familia*

## MANUALIDADES EN FAMILIA

**XOVES 18**  
**18.00 a 20.00h**

Realizaranse diferentes creacións artísticas para toda a familia.



*Familia*

## ADESTRANDO A MENTE

**XOVES 25**  
**18.00 a 19.00h**

Tarefas de adestramento memorístico e exercicios de atención, concentración e de desenvolvemento lóxico.



*Adultos*

\*Para algunha das actividades é necesario que as persoas participantes acheguen algún dos materiais. Solicita información no teu centro social

# Arteixo