



# REDE DE CENTROS SOCIOCULTURAIS SANTIAGO DE COMPOSTELA

## ZONA URBANA 1

### PROGRAMACIÓN

## xaneiro • xuño 2021

### CENTRO SOCIOCULTURAL PONTEPEDRIÑA

Rúa Amor Ruibal, 26  
GPS: 42°52'05.1"N 8°32'47.8"W  
Telf. 981543022 - 699547105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADE PARA MOCIDADE, PERSOAS ADULTAS E SÉNIOR

- **Descarboniza, que non é pouco!**  
Sesiões a concretar coas persoas participantes

#### ACTIVIDADES SÉNIOR

- **Activa a túa memoria**  
Luns de 16.15 a 17.15 h • 12€/trimestre • 8 prazas
- **Encontros, contos e xogos**  
Venres de 16.15 a 17.15 h • De balde • 8 prazas

#### ACTIVIDADES PARA A INFANCIA

- **Apoio ao estudo**  
Luns e venres de 20 a 21 h e Venres de 17.45 a 19h  
De balde • 4 prazas.

- **Pequenos/as creadores/as**  
Luns de 18.30 a 20 h • De balde • 7 prazas

- **Obradoiros creativos**  
Xoves de 18 a 19 h • De balde • 7 prazas

- **Xogos cooperativos**  
Luns e venres de 20 a 21 h e Xoves de 19 a 20h  
De balde • 7 prazas

#### ACTIVIDADES PARA TODOS OS PÚBLICOS

- **Aquí xogamos todos**  
Venres de 19 a 20 h 7 prazas  
Cine Forun (último venres de cada mes)

#### ACTIVIDADES INFORMÁTICA/MÓBIL

##### ADULTOS/AS E SÉNIOR

- **Descubre Internet**  
Mércores de 19 a 19.45 h • De balde • 4 prazas

##### INFANCIA E MOCIDADE

- **Titoría dixital**  
Venres 17.45 a 18.30 h • De balde • 4 prazas

##### Ocio Electrónico

- GRUPO 1: Venres de 19 a 19.45 h
- GRUPO 2: Venres de 20.15 a 21 h
- De balde • 4 prazas

##### TODOS OS PÚBLICOS

- **Coñece o teu móbil/tablet**  
Mércores de 16.30 a 17.15 h • 10€/trimestre. 4 prazas

- **Achégate á Informática**  
Mércores de 17.45 a 18.30 h • 10€/trimestre • 4 prazas

- **Titoría Dixital**  
Mércores de 20.15 a 21 h • De balde • 4 prazas

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ASOCIACIÓN VECIÑAL DE PONTEPEDRIÑA

- **loga**  
Luns e mércores de 21 a 22 h

- **loga terapéutico**  
Martes e xoves de 18 a 19 h

- **Pilates**  
Martes e xoves de 19.45 a 20.45 h

- **Restauración**

- GRUPO 1: Mércores de 16 a 17.45 h
- GRUPO 2: Mércores de 18.15 a 20 h
- GRUPO 3: Mércores de 20.30 a 22.15 h
- GRUPO 4: Xoves de 10 a 11.45 h
- GRUPO 5: Xoves de 12.15 a 14 h

- **Bolillos**  
Sábado de 11.30 a 13 h

- **Club de lectura**  
Derradeiro mércores de mes de 21 a 23 h

### CENTRO SOCIOCULTURAL VIDÁN

Rúa da Ponte Vella, S/N  
GPS: 42°52'10.3"N 8°34'39.3"W  
Telf. 699547105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ASOCIACIÓN GRUPO VECIÑAL

- **Ximnasia**  
Luns e xoves de 20 a 21 h

### CENTRO SOCIOCULTURAL CARDEAL QUIROGA

Rúa Samos, 6  
GPS: 42°51'59.3"N 8°32'33.6"W  
Telf. 699547105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADES SÉNIOR

- **Activa a túa memoria**  
Martes de 16.30 a 17.30 h • De balde • 8 prazas

- **Espazo de encontro**  
Martes de 17.30 a 18.30 h • De balde • 8 prazas

- **Tardes de xogo**  
Martes de 19 a 20.30 h • De balde • 8 prazas

#### ACTIVIDADES PARA A MOCIDADE, PERSOAS ADULTAS E SÉNIOR

- **Descarboniza, que non é pouco!**  
Sesiões a concretar coas persoas participantes

#### ACTIVIDADES PARA A MOCIDADE

- **Obradoiros de hábitos de vida saudable**  
Venres de 16 a 18 h • De balde • 8 prazas

- **Ocio xove**  
Venres de 18 a 19.30 h • De balde • 8 prazas

#### ACTIVIDADES INFORMÁTICA/MÓBIL

##### INFANCIA

- **Informática para nenos/as**  
Xoves de 16.30 a 17.15 h • De balde • 4 prazas

##### TODOS OS PÚBLICOS

- **Achégate á informática**  
Xoves de 17.45 a 18.30 h • De balde • 4 prazas

- **Impresión 3D**  
Xoves de 19 a 19.45 h • De balde • 4 prazas

- **Taller Maker**  
Xoves de 20.15 a 21 h • De balde • 4 prazas

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ASOCIACIÓN VECIÑAL SANDRA PREGO RIAL

- **Bolillos**  
Martes de 19.30 a 21.30 h e xoves de 18 a 20 h

### CENTRO SOCIOCULTURAL A ROCHA

Rúa do Beado, 1  
GPS: 42°51'35.2"N 8°34'35.6"W  
Telf. 981543003 - 699547105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADES PARA PERSOAS ADULTAS E SÉNIOR

- **Club de teatro**  
Mércores de 18.30 a 20.30 h • 5€/trimestre.

- **Descarboniza, que non é pouco!**  
Sesiões a concretar coas persoas participantes.

- **Compartindo ideas**  
Martes de 16.30 a 18 h • De balde • 6 prazas.

- **Obradoiros creativos**  
Martes de 18 a 19.30 h (2º e 3º martes de mes) • De balde • 6 prazas

- **Activa a túa memoria**  
Martes de 20 a 21.15 h De balde. 6 prazas.

- **Paseos Saudables e visitas culturais**  
Martes de 18 a 19.30 h (último martes de cada mes). De balde. 6 prazas

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ASOCIACIÓN DE VECIÑOS "SERAFÍN ZAS"

- **Pandeireta**  
Martes de 21 a 22 h e Venres de 22 a 23 h

##### ASOCIACIÓN CULTURAL ROCHA FORTE

- Consultar programación específica

### CENTRO SOCIOCULTURAL SAN LOURENZO

Rúa da Carballeira de San Lourenzo, 2  
GPS: 42°52'47.8"N 8°33'18.5"W  
Telf. 699 547 105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADES PARA A INFANCIA

- **Xogos cooperativos**  
Xoves de 18.30 a 20 h e Sábado 17 a 18.30 h  
De balde • 8 prazas

- **Obradoiros creativos**  
Xoves de 17 a 18.30 h e Sábado 18.30 a 20 h  
De balde • 8 prazas.

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ASOCIACIÓN VECIÑAL RÍO SARELA, SAN LOURENZO E CARME DE ABAIXO

- **Danza para maiores**  
Luns e mércores de 10 a 11 h

- **Danza para cativos/as**  
Luns de 17.15 a 18.15 h

- **Zumba**  
Luns e venres de 19.30 a 20.30 h

- **Teatro**  
Martes de 10 a 13 h

- **Movemento e expresión corporal**  
Martes de 16 a 18 h

- **Inglés**  
Martes de 19 a 21 h

- **Pilates**  
Mércores de 17.30 a 18.30 h e venres de 18 a 19 h

- **Danza contemporánea** Mércores de 19 a 20.30 h,  
Xoves de 15 a 16.30 h e venres de 12.30 a 14 h

- **Entrenamiento físico e flexibilidade**  
Venres de 10.30 a 12 h

#### \*CONSULTAR PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA

- \* VIVE O ENTROIDO 2021
- \* MES DAS LETRAS GALEGAS
- \* DÍA DO XOGO
- \* VIVE O VERÁN 2021
- \* DESCARBONIZATE QUE NON É POUCO!

### CENTRO SOCIOCULTURAL SAR

Rúa Ponte de Sar, 43  
GPS: 42°52'17.8"N 8°32'05.1"W  
Telf. 981543007 - 699547105  
sfreirel@santiagodecompostela.gal  
www.santiagodecompostela.gal

#### ACTIVIDADE PARA MOCIDADE, PERSOAS ADULTAS E SÉNIOR

- **Descarboniza, que non é pouco!**  
Sesiões a concretar coas persoas participantes

#### ACTIVIDADES PARA PERSOAS ADULTAS E SÉNIOR

- **Reciclando e Cacharreando**  
Mércores de 17 a 18.30 h • De balde • 6 prazas

- **Rutas a pé pola contorna**  
Mércores de 18.30 a 19.30 h (último mércores de mes).  
De balde • 6 prazas  
Consulta programa específico no centro

- **Entre nós; conversa que anima, teño tanto que contar...**  
Mércores de 19 a 20.30 h • De balde • 6 prazas  
Consultar programa específico no centro.

- **Tecendo redes**  
Xoves de 17 a 18.30 h • De balde • 6 prazas

- **Compartindo saberes**  
Actividade en alternancia con Descarboniza, que non é pouco  
Xoves de 19 a 20.30 h (Un día ao mes)  
De balde • 6 prazas

#### ACTIVIDADES SÉNIOR

- **Activa a túa memoria**  
Mércores de 19.30 a 21 h • 15€/trimestre • 8 prazas

#### ACTIVIDADES PARA A INFANCIA

- **Xogos cooperativos**  
Xoves de 18.30 a 20 h e Sábado 17 a 18.30 h  
De balde • 8 prazas

#### ACTIVIDADES EN COLABORACIÓN COAS ASOCIACIÓNS

##### ESPAZO VECIÑAL DE SAR

- Consultar programación específica

### Cómo me inscribo?

- Online na páxina [www.santiagodecompostela.gal](http://www.santiagodecompostela.gal) cubrindo o formulario.
- Chamando ao centro onde te interese participar e te daremos cita previa para presencialmente recoller o formulario.

### PERÍODO DE PREINSCRICIÓNS

**DO 14 AO 28 DE DECEMBRO**  
De ser necesario realizar sorteo para adjudicación de prazas, comunicarse nos propios centros.

### FORMALIZACIÓN DE MATRÍCULA E PAGAMENTO

**DO 4 AO 13 DE XANEIRO 2021**

\*A participación nas actividades promovidas polos centros socioculturais supón a aceptación das súas condicións marcadas polas autoridades sanitarias, a obriga de información e consentimento informado mediante a sinatura do formulario dispoñible en [www.santiagodecompostela.gal](http://www.santiagodecompostela.gal)

\*Esta programación poderá ser modificada ou suspendida por razóns sanitarias.

\*O programa de actividades do Concello de Santiago e das entidades usuarias dos centros socioculturais, pode variar en función da situación e medidas que se teñan que adoptar en caso de rebrote ou confinamento.

\*Todo o noso persoal estará preparado para poder seguir impartindo as clases vía telemática ou por medios que sexan axeitados para o seu correcto desenvolvemento.

\*Se eres persoa de risco, por favor, extrema as precaucións.

\*Solicita información a cada monitor ou monitora das actividades sobre a posibilidade de unirse ao grupo dende casa.

