



PROGRAMA

PRIMAVERA 2016

Astronomía, ciencia,
filmoteca, fotografía,
habilidades sociales,
arquitectura, teatro...

LEGER

~
C ÁGORA



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



HISTORIA E ARTE

PAISAXES DA ALMA: MISTICISMO E ARTE

Luns, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Héctor Mosquera

Que parellos enigmas encerran unha catedral gótica, a Alhambra de Granada e a pintura de paisaxe románica? Neste obradoiro, trataremos de desentrañar os profundos misterios que irmandan estas tres maravillosas obras de arte e así, sen dúbida, descubriremos como a súa orixe se remonta ao pensamento taoísta e ás súas idénticas manifestacións na filosofía sufi e no misticismo occidental.

HISTORIA DA ANIMACIÓN

Luns, de 17.30 a 19.00 h

RESPONSABLE: Antonio Brea

Realizaremos un percorrido desde os inicios ata os nosos días a través dos distintos tipos de animación: debuxos animados tradicionais, stop motion... e coñeceremos desde os precursores ata as últimas tendencias, de xeito ameno e dinámico.

MITOLOXÍA

Luns, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Susana Vicente

Breve percorrido pola Mitoloxía Clásica: Introducción ao tema e presentación dos mitos principais: deuses olímpicos, guerra de Troia, Hércules, Edipo... Descrición de cada un deles e a súa repercusión na cultura occidental ata os nosos días.

A PAISAXE NA HISTORIA DA ARTE DOS SÉCULOS XX E XXI

Martes, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Pablo Cobas

A pintura de paisaxe xa aparece como un xénero autónomo despois do Renacemento pero será durante o século pasado cando a relación entre arte e paisaxe adquira

unha nova dimensión. Dun xeito ameno e distendido, descubriremos como a natureza representa un elemento fundamental para o desenvolvemento da escultura, a arquitectura ou a pintura do século XX e XXI.

DESCUBRINDO EUROPA: ARQUITECTURA DAS GRANDES URBES EUROPEAS

Mércores, de 11.00 a 12.30 h

RESPONSABLE: Félix Huerga

Europa constitúe o berce da cultura occidental. A historia fixo dela testemuña dos grandes movementos culturais e artísticos creados pola humanidade desde tempos clásicos. Para descubriremos todas estas cuestións, tomaremos como referencia a arquitectura das grandes cidades europeas para indagar ata poder coñecer todos estes emprazamentos dun xeito global.

SABER VER A ARQUITECTURA

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Jesús Freire

Aprenderemos a ver a arquitectura con outros ollos, non desde un punto de vista técnico, senón como "usuarias/os" da vivenda en que residimos e como veciñas/os da cidade que habitamos. Analizaremos os edificios máis significativos da nosa cidade e do noso ámbito e realizaremos visitas explicativas da súa construción, o seu arquitecto, a súa historia..., así como da cidade.

SUMÉRXETE NAS EXPOSICIÓNS

Mércores, de 17.30 a 19.00 h

RESPONSABLES: Pablo Cobas,
Paula Naveira e Viriato Valdés

Moitas veces, o máis próximo é o gran descoñecido. Por iso, a oferta cultural que nos ofrece a cidade será o fío condutor deste curso. Por medio de sesións alternativas na

aula e nos diferentes espazos museísticos, iremos descubrindo e analizando cada unha das exposicións da nosa contorna.

DESCUBRIR A ESCULTURA: PROCESO CREATIVO

Mércores, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLES: Francisco Escudero
e Pablo Cobas

Unha escultura supón a creación de espazos e volumes para acadar unha representación tridimensional pero, que se agocha detrás deste proceso? Durante o curso, descubriremos, da man dun escultor e dun historiador da arte, o día a día do taller como lugar de creación; analizaremos a evolución da escultura ao longo da historia e afondaremos nas peculiaridades dos materiais e técnicas empregados.

INICIA NA ARTE

Xoves, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLES: Bea Álvarez,
Paula Naveira e Viriato Valdés

De que se ocupa a Historia da Arte? Se a nosa meta esencial é comprender o

esfuerzo creador do ser humano no tempo, necesitaremos coñecer e profundar nos procesos creativos e nas experiencias artísticas e na súa dimensión social e temporal. O coñecemento e valoración da obra artística tamén nos permitirá construímos unha visión crítica do noso patrimonio artístico, así como comprendermos mellor a sociedade e o tempo en que vivimos, as súas claves estéticas e culturais.

POR GALICIA ADIANTE (OS SÉCULOS XIX E XX)

Xoves, de 19.15 a 20.45 h

RESPONSABLES: Bea Álvarez,
Paula Naveira e Viriato Valdés

Actividade formativa que nos invita a realizarmos desde a aula un percorrido histórico e artístico por diferentes enclaves galegos para "visitar" os seus monumentos e manifestacións artísticas e culturais máis destacados. Abrangueremos nesta ocasión un período histórico moi concreto, desde a Idade Media ata a Galicia Moderna; quedaremos ás portas do século XX.

MÚSICA

O JAZZ CO PASO DO TEMPO

Martes, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Dumia Pernas

Un percorrido pola historia do Jazz "clásico", desde o seu nacemento e a súa evolución ata a época do Swing. Falaremos das orixes do estilo, da súa xeografía, do seu contexto, dos seus protagonistas, das súas composicións destacadas...

O ROCK E A SÚA EVOLUCIÓN

Venres, de 18.00 a 19.30 h

RESPONSABLE: Dumia Pernas

Desde que fixo a súa aparición alá pola década dos 50, o Rock 'n' Roll estivo presente nas nosas vidas pero, canto sabemos deste estilo e da súa evolución?

LITERATURA, ESCRITURA CREATIVA E NOVAS TECNOLOXÍAS

A VOLTAS COAS PALABRAS

Martes, de 10.30 a 12.00 h

RESPONSABLE: Chus Molina

Obradoiro en que se traballa coas palabras desde un punto de vista creativo. A partir dunha serie de pautas, crearemos os nosos propios textos literarios desenvolvendo a nosa creatividade e imaxinación. Á vez que escribimos, iremos aprendendo os diversos elementos e técnicas literarias, compartindo e comentando os textos escritos.

DE LITERATURA E OUTRAS ARTES

Mércoles, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Dores Tembrás

Prestarémolle atención ao contacto de determinadas obras da literatura universal con outras disciplinas artísticas como cine, pintura, arquitectura... A dita conexión permite contextualizar a palabra e afondar nas características que singularizan determinados movementos. O que nos interesa é repararmos nos fíos, máis ou menos explícitos, entre disciplinas.

ESCRITURA E ILUSTRACIÓN CREATIVA

Xoves, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Ángeles Díaz

Obradoiro de contidos teóricos e prácticos en que as experiencias e percepcións persoais serán as protagonistas á hora de lle darmos renda solta á creatividade narrativa, tanto escrita como ilustrada. Xogos e dinámicas axudarannos a levar os pensamentos a un estado ideal para potenciarmos a creatividade.

CONSTRÚE O TEU BLOGUE

Venres, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Anxo Carracedo

Un blog é unha estupenda ferramenta de expresión persoal e de comunicación. Desde darlles renda solta a vocacións artísticas ou literarias ata poñer en marcha unha pequena tenda en liña ou compartir afeccións como a cociña, a moda ou a fotografía, as súas posibilidades son infinitas. Neste obradoiro, aprenderemos como pór un a andar e como o darmos a coñecer.

FOTOGRAFÍA E NOVAS TECNOLOXÍAS

PREVENCIÓN DA INTIMIDADE NAS REDES SOCIAIS

Martes, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Lidia Aldeguer

Nunha sociedade eminentemente tecnolóxica, cómpre sabermos protexer a nosa intimidade e os nosos datos, xa que é doado que estean a circular pola rede. Traballarase desde o uso que se fai das redes sociais a través dos ordenadores como a información que levamos connosco nos smartphones e nas súas coñecidas aplicacións (App's).

FOTOGRAFÍA BÁSICA: PAISAXES FOTOGRÁFICAS

Xoves, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Cándido Díaz

Obradoiro de iniciación á fotografía de carácter eminentemente práctico, en que buscamos descubrir a cidade e as imaxes que transcorren nela día a día. Como, cando, onde e por que debemos sacar as nosas fotografías coa intención de interiorizarmos recursos e técnicas que nos permitan tirarlles o máximo partido ás paisaxes que estamos observando.

TEATRO

INTERPRÉTAO

Luns, de 19.15 a 20.45 h

RESPONSABLE: GATEA

Obradoiro de introdución á interpretación para todos os públicos, onde se tratarán distintas disciplinas e técnicas (expresión corporal, improvisación, teatro físico, máscara e teatro de texto clásico e contemporáneo), co obxectivo de que as e os participantes desenvolvan un coñecemento básico sobre a súa ferramenta de traballo: o corpo, a voz, a dicción, o ritmo e o pensamento.

COMEDIA: O MONÓLOGO

Martes, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Víctor Grande

Neste curso, o alumnado aprenderá as claves da comedia desde dous grandes bloques: a escritura do monólogo e a súa interpretación. Desde técnicas de escritura de gags ata a súa interpretación diante do público a través de dinámicas participativas, exercicios prácticos e interacción continua entre o alumnado, para aprender dos demais e promover a crítica construtiva. Todo iso da man dun dos mellores monologuistas da escena nacional.

CINE

APRENDER A VER CINE II

Luns, de 19.15 a 20.45 h

RESPONSABLE: Antonio Brea

Nesta continuación do obradoiro sobre linguaxe cinematográfica e historia do cine, afondaremos na análise dos elementos que compoñen as películas, ademais de abordarmos outros aspectos como o espazo cinematográfico, o guión, a dirección artística e a evolución da arte cinematográfica a partir da irrupción das "novas correntes".

OBRADOIRO DE CLOWN

Xoves, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Pedro Brandariz

Todas e todos temos un "pallaso" dentro de nós, que nos pode axudar a levar a vida desde un punto de vista máis positivo e optimista. Neste curso, traballaremos sobre as técnicas para atopar o clown, para que cada persoa encontre a súa identidade cómica. Para iso, contaremos cun dos mellores clowns do panorama artístico actual.

RADIOTEATRO

Xoves, de 19.00 a 20.45 h

RESPONSABLE: Vicky Pérez e CUAC FM

Obradoiro que pretende achegar o alumnado ao apaixonante mundo da interpretación textual actoral e á lectura en grupo de textos teatrais, coa intención de que as persoas participantes se desinhiban e poidan gozar da experiencia de interpretaren. Culminará coa gravación dun proxecto de radioteatro que se emitirá en CUAC FM, no 103.4 dos nosos transistores.

MÁIS CINEASTAS ESENCIAIS

Mércoles, de 19.00 a 20.30 h

RESPONSABLE: Martín Pawley

O cinema cumpre 120 anos e celebráramo analizando algúns dos creadores e creadoras que se converteron en referencia esencial desta arte. A vida e a obra de grandes cineastas ocupará de maneira monográfica cada sesión. Nomes lendarios coma Ozu, Pasolini ou Mizoguchi mais tamén autores en activo coma Werner Herzog, Tsai Ming-Liang ou Agnes Varda, entre outros, serán obxecto de atención nun obradoiro en que ademais seguiremos repasando a programación das salas de cinema da nosa cidade e a actualidade dos festivais de cinema máis importantes.

CIDADE E CONTORNA

**A IMAXE DESAPARECIDA:
RECONSTRUÍNDO A CIDADE DO S. XX**
Martes, de 19.00 a 20.30 h
RESPONSABLE: Pablo Cobas

As imaxes antigas da cidade son o mellor xeito para apreciar a evolución da nosa arquitectura e urbanismo. A través delas, descubrimos os principais cambios producidos na arte e na sociedade coruñesa ao longo do século XX.

**O PATRIMONIO CULTURAL DA
CORUÑA E DA SÚA CONTORNA:
PAISAXES ARQUEOLÓXICAS**
Xoves, de 10.30 a 12.00 h
RESPONSABLE: Fidel Méndez

Realizarase un repaso ás primeiras fases da historia da Coruña e a súa comarca analizando a súa relación cos elementos do patrimonio cultural hoxe en día observables e rememorando as paisaxes que se teceron entre ambas as realidades. Mostrarase como

a arqueoloxía é unha técnica de coñecemento válida para os períodos máis remotos e para obter coñecemento das distintas sociedades que ocuparon o noso mesmo espazo xeográfico. O paseo pola cidade e a súa contorna tratará de destacar elementos da nosa paisaxe cotiá para os dotar dun novo significado.

**UN PASEO POLA CIDADE, DESDE A
ILUSTRACIÓN ATA OS NÓSOS DÍAS**
Venres, de 10.00 a 11.30 h
RESPONSABLE: Patricia Angulo
e Fernando Campos

Coñecer a historia da nosa cidade, desde a época dos ilustrados coruñeses ata os nosos días, a través de visitas a pé en que a historia se entremestura coa realidade, onde coñeceremos enigmas, anécdotas, lendas e a propia configuración da cidade a través do paso dos anos.

ACTIVIDADE MOTRIZ

DÁLLE RITMO
GRUPO I - martes e xoves, de 9.30 a 10.30 h
GRUPO II - martes e xoves, de 10.30 a 11.30 h
RESPONSABLE: Ana Lago

Actividade física variada para manter e mellorar a condición física, gañar habilidade e mellorar niveis de mobilidade articular mediante diversas dinámicas, estiramientos, traballo de resistencia, tonificación, exercicios para mellorar posturas diarias, prevención de doenzas musculares, xogos (motores, de habilidade, percepción, reflexos), táboas de exercicios específicos, bailes...

CORPO E CREATIVIDADE
Mércores, de 19.00 a 20.30 h
RESPONSABLE: Carmen Rodríguez
Obradoiro de autoconhecimento e autoexpresión orientado á estimulación

da creatividade, á exploración e ao desenvolvemento das capacidades individuais. Unha oportunidade única de descubrir máis sobre un mesmo e sobre os demais.

***TODO ESTÁ NOS TEUS PÉS**
Mércores, de 19.00 a 20.30 h
Grupo I: martes, de 11.30 a 13.00 h
Grupo II: mércores, de 11.00 a 12.30 h
RESPONSABLE: Rubén da Silva

A través dos pés e tras descubrir uns coñecementos básicos e sinxelos sobre eles, aprenderemos a masaxear as zonas reflexas que posúen para sermos capaces de desbloquear o sistema inmunitario de noso corpo. Trátase dun obradoiro eminentemente práctico, polo que é necesaria roupa cómoda. *As persoas que tiñan praza neste obradoiro (que en outono se impartiu os venres) poderán escoller a continuidade no grupo que prefiran.

CREATIVIDADE MANUAL

ENPAPELARTE
Luns de 17.00 a 18.30 h
RESPONSABLE: Sylvia Kehl
Neste novo obradoiro, aprenderemos diferentes técnicas de encadernación artesanal, técnicas de Scrapbooking, Wachitape..., así como diversas pautas de pintura artística que farán deste obradoiro unha ferramenta de creatividade e imaxinación activa. O resultado final permitiranos crear os nosos propios cadernos, álbums, tarxetas personalizadas, calendarios e obxectos decorativos variados.

MINITRUCOS CASEIROS
Martes, de 18.00 a 20.00 h
RESPONSABLE: Laura Blanco
Traballaranse distintas manualidades como pintura en tea (roupiña de bebés, camisetas, mandís), coiro (pulseiras, cintos ou carteiras), traballo con fimo ou jumping clay, pirogravados, lámpadas de reciclaxe etc.

ENTRE TEAS E PAPEL
Mércores, de 10.30 a 12.30 h
RESPONSABLE: Chari Maquieira
Obradoiro que nos introducirá no mundo da reciclaxe, a reutilización de elementos cotiás e a reconversión destes noutros novidosos. Para iso, aprenderanse diversas técnicas de traballo con materiais como o feltro, as teas e o papel. Do mesmo xeito, introduciranse noções básicas doutras técnicas como o estarcido e o transfer.

SOUTACHE
Mércores de 18.30 a 20.30 h
RESPONSABLE: Zeltia Rodríguez Sedes
Técnica en que se combina o Soutache con abelorios que permiten crear unha xoia de bixutaría totalmente artesanal e cuxo segredo está no gusto de cada persoa ao combinar cores, pedras, perlas... nunha perfecta simetría e unidos con puntadas invisibles ao ollo.

COAS TÚAS MANS
Xoves, de 10.30 a 12.30 h
RESPONSABLE: Fina Sedes
Mediante a utilización de diferentes materiais, traspasaranse as dúas dimensións para internarnos na arte téxtil que logrou romper esquemas e tradicións para irromper con forza no mundo das artes plásticas. Unha nova forma de tecer da que se obteñen resultados novidosos que darán lugar a tapices increíbles.

ESCULTURA E MODELADO
Xoves, de 19.00 a 20.45 h
RESPONSABLE: Laura Blanco
Unha vez que teñamos adquiridas unha serie de destrezas manuais que nos permitan desenvolvermos o noso talento, faremos creacións probando distintos tipos de pastas, desde o barro ou a pasta de modelar ata pastas feitas por nós mesmos.

ASTRONOMÍA

BAIXO O FIRMAMENTO
Martes de 19.00 a 20.30 h
RESPONSABLE: Óscar Blanco
Descubrir entretidamente as estrelas, os planetas, o universo, facendo prácticas e experimentos que demostren as distintas teorías científicas, con actividades dinámicas e algunha saída complementaria.

MONOGRÁFICO

UN MUNDO NO MAR
Xoves, de 19.00 a 20.30 h
Galicia e a súa estreita relación co mar fannos propor este monográfico como un pretexto para descubrir, sentir, vivir e desfrutar daquilo que é tan cercano e que pode chegar a ser o noso gran descoñecido. Teremos charlas de temáticas tan variadas como pintura, astronomía, xeoloxía, bioloxía, literatura, cine, música...

HABILIDADES MENTAIS E SOCIAIS

MINDFULNESS AVANZADO

Xoves, de 18.00 a 19.30 h

RESPONSABLE: Eduardo Dopico

Seguimos aprofundando nos camiños do Mindfulness ou 'conciencia plena', unha práctica que consiste en prestarlles atención, momento a momento, a pensamentos, emocións, sensacións corporais ou aos ambientes que nos rodean, desde o punto de vista da "aceptación", sen xulgar se son correctos ou non. O cerebro enfócase no que é percibido en cada momento, en lugar de lle prestar atención ao pasado e ao futuro.

COCIÑA

COCIÑA AFRICANA

Luns, de 18.30 a 20.30 h

A gastronomía de África comprende un conxunto de artes e costumes culinarios da xente, tribos, etnias e grupos sociais que compoñen este continente, o segundo máis grande en extensión. Esta diversidade apréciase tamén na súa cociña, tanto nas técnicas coma nos ingredientes empregados e presenta influencias doutras cociñas, como son a mediterránea a árabe ou a turca. As tapas son un elemento moi típico desta cultura gastronómica.

MENÚ DE MERCADO

Martes, de 10.30 a 12.30 h

RESPONSABLE: Marta Ramos

Realizaranse pratos con ingredientes propios da temporada da primavera, aproveitando tamén as ofertas semanais do supermercado, para que os menús diarios sexan o máis económicos posible.

GASTRONOMÍA VEXETARIANA

Martes, de 18.30 a 20.30 h

Neste obradoiro, descubriremos receitas propias da gastronomía vexetariana, en que se empregan ingredientes que cumpren

INICIACIÓN AO MINDFULNESS

Venres, de 18.00 a 19.30 h

RESPONSABLE: Eduardo Dopico

Neste novidoso e participativo obradoiro, as persoas asistentes interiorizarán unha serie de técnicas de coñecemento do seu propio corpo, así como outras que lles facilitarán o coñecemento das súas propias emocións. Todas estas ferramentas están enfocadas ao coñecemento e desenvolvemento da intelixencia emocional e social, para tratar de acadar unha conciencia plena dun mesmo.

cos criterios vexetarianos de excluír a carne e os produtos derivados do tecido animal. Para o ovolactovexetarianismo (tipo máis común de vexetarianismo de Occidente) están permitidos os ovos e os produtos lácteos, tales como o leite e o queixo.

CUCINA ITALIANA

Mércores, de 10.30 a 12.30 h

RESPONSABLE: Mariana Ingenito

Italia non só destaca pola súa bagaxe histórica e cultural, senón tamén pola súa excepcional e universal gastronomía. Impartido por unha profesora napolitana, este obradoiro poderá descubrirnos ese toque especial co que poderemos preparar os deliciosos pratos dun país que xira en torno á súa gastronomía; achegaranos tamén a coñecer a súa cultura e as súas tradicións.

REPOSTERÍA E MASAS SEN

GLUTE Mércores, de 18.30 a 20.30 h

RESPONSABLE: Helena Fernández

A pastelería é o aspecto máis complicado dunha dieta sen glute pero empregando produtos substitutivos intelixentes e métodos enxeñosos de repostería, pódense crear versións sen glute das receitas preferidas de todo o mundo, que nesta ocasión están especialmente pensadas para que as disfruten

as persoas que teñen intolerancia a esta proteína pero que poden ser degustadas por todo o mundo.

COCIÑA PARA PRINCIPIANTES

Xoves, de 10.30 a 12.30 h

RESPONSABLE: Marta Ramos

Partindo de pratos moi sinxelos, pretendemos que a xente que non ten moito costume de cociñar poida perderlle o medo e enfrontarse á cociña dun xeito totalmente natural. Este obradoiro está enfocado para aquelas persoas que teñen coñecementos moi básicos de aspectos que se consideran fundamentais na cociña.

A COCIÑA DA AVOA

Xoves, de 18.30 a 20.30 h

RESPONSABLE: Marta Ramos

As receitas máis sinxelas, as que nos fan a boca auga, en definitiva as de toda a vida, cunha adaptación á cociña de hoxe en día, rápida, sinxela e accesible, todo iso dun xeito entretido.

OFERTA ESPECÍFICA + 65 ANOS

TONIFICA O TEU CORPO

GRUPO I - Luns e mércores, de 9.00 a 10.00 h

GRUPO II - Luns e mércores, de 10.00 a 11.00 h

RESPONSABLE: Fernando Campos

Actividades motrices para manterse en forma cun grao de intensidade adaptado ás persoas maiores de 65 anos.

EXERCITA A TÚA MENTE

GRUPO I - Luns e mércores, de 10.00 a 11.00 h

GRUPO II - Luns e mércores, de 11.00 a 12.00 h

RESPONSABLE: Ainara Mailán

O cerebro é un músculo que debemos entrenar e que mellor xeito de facelo que a través de actividades lúdicas, entretidas e divertidas, e todo iso nun ambiente cordial e familiar. Actividade especialmente indicada para persoas maiores de 65 anos.

PRATOS DE CINE

Venres, de 10.30 a 12.30 h

RESPONSABLES: Laura Blanco

e Antonio Brea

O mundo do cine sempre tivo un gusto especial pola boa alimentación. Son constantes as referencias a deliciosos pratos en películas de todos os xéneros e épocas. Neste obradoiro, iremos descubrindo as receitas deses pratos que se cociñan nas películas, así como cuestións relacionadas con elas.

SOBREMESAS DELUXE

Venres, de 17.30 a 19.50 h

RESPONSABLE: Laura Blanco

Repostería creativa para que calquera persoa afeccionada aos pratos doces poida, con materiais que temos na casa, elaborar cousas saborosas e moi bonitas e todo iso cos utensilios de cociña que pode haber en calquera casa, sen ter que comprar ningún equipamento profesional!

VIAXANDO CON MEMORIA

Martes e xoves, de 10.30 a 11.30 h

RESPONSABLE: Ainara Mailán

A través de distintas actividades dinámicas e divertidas, coñeceremos e recoñeceremos diferentes vilas, cidades e países, co fin de aproveitarmos os recursos que a mente nos achega. Actividade especialmente indicada para persoas de máis de 65 anos.

+ VITAL

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

RESPONSABLE: Carmen Rodríguez

Traballase cara ao benestar xeral e, particularmente, cara a unha maior conciencia corporal e emocional de si mesmos. Buscarase unha mellora integral, atendendo tanto a cuestións físicas como emocionais.

OFERTA ESPECÍFICA PARA NENAS E NENOS

PEQUENOS/AS COCIÑEIROS/AS (10-14 anos) - Sábados, de 11.00 a 13.00 h

RESPONSABLES: Laura Blanco e Chari Maquieira

Obradoiro de cociña destinado ás e aos máis pequenos, que aprenderán a preparar pratos sinxelos, divertidos, creativos e, sobre todo, moi saborosos pero sempre partindo dunha concienciación en hábitos alimenticios saudables.

XUNTOS Á ÁGORA (de 4 a 8 anos. 2011-2007)

Sábados, de 11.00 a 13.00 h

RESPONSABLES: Educadoras/es dos campamentos

Proposta de carácter lúdico e compoñente recreativa para favorecer a capacidade de iniciativa colectiva das nenas e dos nenos. Cada día será unha "aventura" diferente,

descubriremos o medio natural, coñeceremos a historia da nosa cidade, os nosos dereitos e deberes, como se forman as nubes, os grandes descubrimentos... Trataremos os distintas áreas transversais de forma lúdica e moi divertida para que cada sábado poidamos xogar e descubrir infinidade de cousas.

CINEBARRIO (de 9 a 12 anos. 2006-2003) - Sábados, de 11.00 a 13.00 h

RESPONSABLE: Jaime Ardura
Proposta de carácter lúdico e compoñente recreativa para favorecer a capacidade de iniciativa colectiva das nenas e dos nenos.

Nesta ocasión buscaremos descubrir todo o mundo que rodea o cinema; seremos guionistas, produtores, actores e actrices... dos nosos filmes que tratan de descubrir as distintas técnicas de filmación e creación que existen nos nosos días.

CONDICIONES PARA PARTICIPAR EN LOS TALLERES DEL PROGRAMA DE OCIO:

INSCRIPCIÓN DE CONTINUIDADE:

Os días 11 e 12 de xaneiro, na conserxaría do Fórum, de 9.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00 h.

Para formalizar a inscrición, será necesario aboar en efectivo o importe do obradoiro correspondente, ademais de ter asistido a un mínimo do 50% das sesións do outono.

PREINSCRIPCIÓN:

Os días 13 e 14 de xaneiro, na conserxaría do Fórum, de 9.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00 h, por vía telemática ou descargando e cubrindo a folla de preinscrición, tal el como se indica na páxina www.coruna.es/cultura

Unha vez cuberta, enviarase ao enderezo de correo electrónico: forumocio@coruna.es desde o que se lle remitirá, nun prazo de 24 horas, un correo resposta co número que lle foi asignado para o sorteo.

Cada solicitante poderá anotar ata catro obradoiros na ficha; deberase ter en conta que na adxudicación respectarase a orde de preferencia fixada pola persoa solicitante e esta non poderá ser modificada unha vez que se realice o sorteo.

Na preinscrición presencial, adxudicaráse directamente a cada solicitante un número que servirá para o sorteo.

SORTEO PÚBLICO:

Venres 15 de xaneiro, ás 10.00 h, na conserxaría do Fórum.

ADXUDICACIÓN DE PRAZAS:

As listaxes dos obradoiros adxudicados publicaranse o martes 19 de xaneiro, a partir das 9.00 h, no Fórum, nas distintas webs municipais de Cultura e no servizo telefónico 010.

A partir do número extraído no sorteo, asignaranse as prazas en cada obradoiro.

Outorgaráselle ao maior número de persoas, cando menos, un obradoiro.

Adxudicaránse un máximo de dous obradoiros por persoa.

INSCRIPCIÓN:

Os días 19 e 20 de xaneiro, na conserxaría do Fórum, de 9.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00 h.

Para formalizar a inscrición, será necesario aboar en efectivo o importe do obradoiro correspondente. As prazas adxudicadas só poderán ser ocupadas polas persoas agraciadas no sorteo. As prazas non aboadas durante estes días adxudicáranse ás persoas en listaxe de agarda.

LISTAXES DE AGARDA E PRAZAS VACANTES:

As persoas en listaxes de agarda dun obradoiro terán preferencia en ocuparen as prazas non aboadas do dito obradoiro, que serán adxudicadas pola orde do sorteo. Terán preferencia aquelas persoas que non obtivesen ningunha praza.

Os días 21 e 22 de xaneiro contactaremos vía telefónica só con aquelas persoas que estean nas listaxes de agarda para saber se continúan interesadas en inscribirse nos obradoiros que solicitaran. Terán que formalizar a inscrición, pagándoa, os días 25 e 26 de xaneiro.

A partir do 28 de xaneiro e despois deste proceso, o resto das prazas vacantes poderán ser ocupadas polo público en xeral, que deberá inscribirse e aboalas por orde de chegada, nos horarios indicados anteriormente.


COTA DE INSCRIPCIÓN: 30 € por obradoiro (maiores de 65 anos: 21 €)

INICIO DOS OBRADOIROS:

A partir do 1 de febreiro, no día e hora que lle correspondan a cada obradoiro.

Os obradoiros só se porán en marcha cun mínimo de 12 participantes.

Radio ECCA es una fundación sin ánimo de lucro que realiza distintas actividades con el objetivo de elevar la formación cultural y humana del mayor número de personas posible. Con esta misión siempre presente, nos proponemos ofrecerles la mejor alternativa de ocio posible para los centros Ágora y Fórum. ¡Gracias por formar parte de este proyecto!.



O PROGRAMA DE LECER DE PRIMAVERA 2016 vén cargado de propostas innovadoras con actividades que impulsan a formación con accións culturalmente enriquecedoras utilizando a cidade e todos os recursos que esta nos ofrece. Busca, á súa vez, o incremento da demanda cultural e o coñecemento da oferta da cidade e promove convivencia e a sociabilidade das persoas participantes. Programa enfocado a persoas maiores de 16 anos, con excepción das actividades específicas para nenas/os e adolescentes.

R/ Ágora s/n - 15010 A Coruña - forumocio@coruna.es - Tel. 981 189 888

