

PROGRAMACIÓN PUNTUAL FEBRERO 2024

3 DE FEBRERO (sábado)

- BAILES NO GUIADOS

Bailes en lo que los usuarios son libres para compartir espacio perfectamente adaptado para la actividad, elegir su propia música y sus propias normas de trabajo.

TALLER 4 DE 18:30 A 20:30h.

5 DE FEBRERO (lunes)

- TALLER DE RECETA FÁCIL-GALLETAS DE SAN VALENTÍN

Taller para realizar una receta fácil de galletas con motivo de San Valentín para regalar a tu persona favorita, dirigido por Lidea Bakes, repostera profesional. Aforo 12 personas.

COCINA/SALÓN PRINCIPAL DE 10:00 a 12:00 h.

7 DE FEBRERO (miércoles)

- KARAOKE DE CARNAVAL

Un espacio para cantar en karaoke junto a tus compañeros y amigos y disfrutar de un alegre ambiente carnavalesco, dirigido por Paula De Miguel, animadora sociocultural del CSM.

TALLER 4 DE 17:00 a 18:00 h.

7 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER LIBRE DE PINTURA

Taller libre de pintura donde los usuarios cuentan con un espacio perfectamente adaptado para realizar la actividad y sus propias normas de trabajo. Importante traer cada uno su material.

TALLER 5 DE 11:00 a 13:00 h.

8 DE FEBRERO (jueves)

- TARDE DE MANUALIDADES

Un taller intergeneracional para realizar tarjetas con motivo de San Valentín, para regalar a tu persona preferida, dirigido por Yosune Villadangos, responsable del CSM. Aforo 12 personas + 1 familiar.

TALLER 5 DE 17:00 a 18:30 h.

10 DE FEBRERO (sábado)

- BAILES NO GUIADOS

Bailes en lo que los usuarios son libres para compartir espacio perfectamente adaptado para la actividad, elegir su propia música y sus propias normas de trabajo.

TALLER 4 DE 18:30 A 20:30h.

12 DE FEBRERO (lunes)

- FIESTA DE CARNAVAL

Divertida fiesta de Carnaval en la que se desarrollarán diferentes actividades, tales como: concurso de disfraces; acto de magia, baile de carnaval, merienda carnavalesca y karaoke, dirigido por el equipo técnico del Centro.

SALÓN PRINCIPAL de 17:00 a 21:00 h.

13 DE FEBRERO (martes)

- CHARLA DE SOLEDAD NO DESEADA I

Charla en la que se hablará de la Soledad No Deseada, un fenómeno poco estudiado y difícil de describir, a cargo Paula De Miguel Trabajadora Social.

TALLER 5 de 17: 00 a 18:00 h

14 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER ENTRENA TU MENTE

Un espacio para realizar estimulación cognitiva por medio de actividades lúdicas y divertidas, dirigido por Yosune Villadangos, psicóloga y Paula De Miguel, trabajadora social. Aforo 12 personas.

TALLER 5 de 17:00 a 18:00 h.

14 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER LIBRE DE PINTURA

Taller libre de pintura donde los usuarios cuentan con un espacio perfectamente adaptado para realizar la actividad y sus propias normas de trabajo. Importante traer cada uno su material.

TALLER 5 DE 11:00 a 13:00 h.

15 DE FEBRERO (jueves)

- CHARLA DE SOLEDAD NO DESEADA II

Charla en la que se hablará de la Soledad No Deseada, un fenómeno poco estudiado y difícil de describir, a cargo de Paula De Miguel, trabajadora social.

TALLER 5 de 17: 00 a 18:00 h

16 DE FEBRERO (viernes)

- EXCURSIÓN AL CAMPO DE CONCENTRACIÓN DE MIRANDA DE EBRO

Una excursión donde los usuarios podrán conocer la historia del Campo de Concentración y de la importancia de la ciudad en esta materia, con la compañía de Paula de Miguel, animadora sociocultural CSM. Aforo 22 personas.

SALIDA DESDE EL CSM A LAS 11:00h.

17 DE FEBRERO (sábado)

- BAILES NO GUIADOS

Bailes en lo que los usuarios son libres para compartir espacio perfectamente adaptado para la actividad, elegir su propia música y sus propias normas de trabajo.

TALLER 4 DE 18:30 A 20:30h.

19 DE FEBRERO (lunes)

- TALLER MONOPOLIO-JUEGO DE MIRANDA DE EBRO

Espacio para estimular la atención y concentración por medio del monopolio – juego de Miranda, en el que tendrán que obtener la mayor cantidad de propiedades para poder ganar. Una actividad que, sin lugar a duda, mantiene la mente activa y estimula la memoria, dirigido por Paula De Miguel, animadora sociocultural del CSM, Aforo 12 personas.

TALLER 5 de 17:00 a 18:00 h.

20 DE FEBRERO (martes)

- JUEGOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL I

Un espacio para entrenar la inteligencia emocional por medio de la actividad lúdica, a cargo de Yosune Villadangos, psicóloga clínica y de la salud.

TALLER 5 de 17: 00 a 18:00 h.

21 DE FEBRERO (miércoles)

- TORNEO DE AJEDREZ

Una actividad en la que los participantes podrán competir con otros jugando al ajedrez. La persona que gane obtendrá un premio sorpresa. Dirigido por Danubio. Aforo 12 personas.

TALLER 4 de 17:00 a 19:00 h.

21 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER LIBRE DE PINTURA

Taller libre de pintura donde los usuarios cuentan con un espacio perfectamente adaptado para realizar la actividad y sus propias normas de trabajo. Importante traer cada uno su material.

TALLER 5 DE 11:00 a 13:00 h.

22 DE FEBRERO (jueves)

- JUEGOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL II

Un espacio para entrenar la inteligencia emocional por medio de la actividad lúdica, a cargo de Yosune Villadangos, psicóloga clínica y de la salud.

TALLER 5 de 17: 00 a 18:00 h.

23 DE FEBRERO (viernes)

- TALLER DE GYMYOGA

Taller que incorpora las técnicas del Yoga y una pincelada de las rutinas del gimnasio, en el que se requiere un mayor movimiento e intensidad. Totalmente adaptado a la población. No es recomendable para personas que tengan dificultades de motricidad, tanto fina como gruesa, u otros problemas que impidan la actividad física. Dirigido por Mariela Matos, profesora de Yoga.

TALLER 4 de 11:00 a 12:00 h.

24 DE FEBRERO (sábado)

- BAILES NO GUIADOS

Bailes en lo que los usuarios son libres para compartir espacio perfectamente adaptado para la actividad, elegir su propia música y sus propias normas de trabajo.

TALLER 4 DE 18:30 A 20:30h.

26 DE FEBRERO (lunes)

- TALLER LÚDICO DE PSICOMOTRICIDAD I

Actividad lúdica para estimular la motricidad fina y gruesa por medio de juegos didácticos y divertidos, dirigido por Yosune Villadangos, psicóloga clínica y de la salud y Paula de Miguel, trabajadora social. Aforo 12 personas.

TALLER 5 de 17:00 a 18:00 h.

27 DE FEBRERO (martes)

- CHARLA I ¿CÓMO MANEJAR LA DEPRESIÓN?

Una charla con la intención del celebrar el día internacional de la enfermedad, en la que se conversará sobre la conceptualización, los tipos de depresión, causas, intervención y prevención, dirigido por Francisco Villegas, psicólogo y presidente de la Plataforma del Voluntariado de Miranda de Ebro.

TALLER 5 de 17:00 a 18:30 h.

28 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER LÚDICO DE PSICOMOTRICIDAD II

Actividad lúdica para estimular la motricidad fina y gruesa por medio de juegos didácticos y divertidos, dirigido por Yosune Villadangos, psicóloga clínica y de la salud y Paula de Miguel, trabajadora social. Aforo 12 personas.

TALLER 5 de 17:00 a 18:00 h.

28 DE FEBRERO (miércoles)

- TALLER LIBRE DE PINTURA

Taller libre de pintura donde los usuarios cuentan con un espacio perfectamente adaptado para realizar la actividad y sus propias normas de trabajo. Importante traer cada uno su material.

TALLER 5 DE 11:00 a 13:00 h.

29 DE FEBRERO (jueves)

- CHARLA II ¿CÓMO MANEJAR LA DEPRESIÓN?

Una charla con la intención del celebrar el día internacional de la enfermedad, en la que se conversará sobre la conceptualización, los tipos de depresión, causas, intervención y prevención, dirigido por Francisco Villegas, psicólogo y presidente de la Plataforma del Voluntariado de Miranda de Ebro.

TALLER 5 de 17:00 a 18:30 h.