



Programa municipal para el envejecimiento activo

Talleres, cursos y actividades

PRIMER SEMESTRE 2022

Asociaciones de Mayores de La Laguna

Talleres semanales en los centros de mayores

2 talleres semanales por asociación
Comenzamos el 14 de febrero



Nuevas tecnologías



Yoga



Actividad física



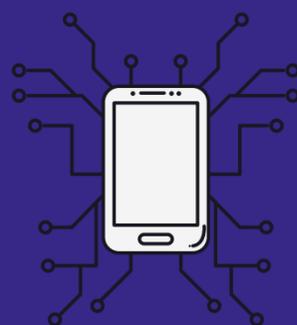
Pintura



Estimulación cognitiva



Radio Eccca



Novedades para este año 2022

Se incluyen dentro de la programación
semanal Comenzamos 14 de febrero



Fotografía



Teatro



Musicoterapia



Programa de formación y talleres para mayores de La Laguna

Primer semestre 2022



AMIGOS DE LA AMISTAD	LUNES Yoga 17:45h	VIERNES Musicoterapia 17:45h
AMULL	MIÉRCOLES Fotografía 17:00h	VIERNES Yoga 17:45h
ANTONIO FOSTROS	LUNES RADIO ECCA 16:00h	MARTES Pintura 16:00h
APIO	LUNES Actividad física - Estimulación 16:00h	
ATALAYA	MARTES RADIO ECCA 16:00h	MIÉRCOLES Actividad física 16:00h
BENCHOMO-LAS MANTECAS	LUNES Musicoterapia 16:00h	VIERNES Actividad física 17:45h
BENEHARO	JUEVES Musicoterapia 17:45h	VIERNES Pintura 16:00h
BOQUERÓN	LUNES Actividad física - Estimulación 16:00h	
CRUZ DE MARCA	MARTES Estimulación cognitiva 16:00h	JUEVES Actividad física 17:45h
DOS HERMANOS	LUNES Actividad física 16:00h	MIÉRCOLES Pintura 17:45h
EL GRANERO	LUNES Yoga 16:00h	VIERNES Pintura 17:45h
HOGAR DEL PENSIONISTA PADRE ANCHIETA	MIÉRCOLES Actividad física 17:45h	JUEVES Pintura 16:00h
ISOGUE DE SAN JUAN	LUNES Estimulación cognitiva 17:45h	MIÉRCOLES RADIO ECCA 16:00h
LA CANDELARIA DE SAN ROMÁN	MARTES Yoga 16:00h	JUEVES Actividad física 16:00h
LA TERNURA/CRISTO DEL PILAR	LUNES RADIO ECCA 17:30h	MARTES Teatro 16:30h VIERNES Yoga 16:00h
LEOPOLDO MORALES	LUNES Nuevas Tecnologías 17:45h	MARTES Actividad física 17:45h
MIGUEL DE UNAMUNO	MARTES Yoga 17:45 h	MIÉRCOLES Actividad física 16:00h
NUESTRA ILUSION	LUNES Pintura 17:45h	MIÉRCOLES Yoga 16:00h JUEVES Fotografía 16:30h
NUEVA GENERACIÓN/CHIMISAY	LUNES RADIO ECCA 18:45h	MIÉRCOLES Musicoterapia 16:00h VIERNES Yoga 16:00h
PENJUCOTE	MIÉRCOLES Actividad física 16:00h	JUEVES Pintura 17:45h
PEREZ SOTO	LUNES Pintura 16:00h	JUEVES Yoga 17:45h
PICO CHO CANINO	LUNES RADIO ECCA 17:15h	MIÉRCOLES Musicoterapia 16:00h
SAN DIEGO	MIÉRCOLES Yoga 17:45h	JUEVES Teatro 16:30h
SAN JERÓNIMO	LUNES Estimulación cognitiva 17:45h	VIERNES Actividad física 16:00h
SAN JOAQUIN Y SANTA ANA	LUNES Teatro 16:30h	MARTES Actividad física 16:00h
SAN LÁZARO	MARTES Nuevas tecnologías 16:00h	VIERNES Actividad física 16:00h
SAN MARTÍN LOS ANDENES	JUEVES Estimulación cognitiva 17:45h	VIERNES Fotografía 16:30h
SAN MATÍAS	MARTES Actividad física 16:00h	VIERNES Musicoterapia 16:00h
SANTÍSIMO CRISTO DE LA MONTAÑA DE TACO	MARTES Pintura 17:45h	JUEVES Actividad física 16:00h
TEOBALDO POWER	MARTES Musicoterapia 16:00h	VIERNES Actividad física 17:45h
TINGUARÓ MAYOR	LUNES RADIO ECCA 16:00h	JUEVES Musicoterapia 16:00h
UNIVESO DE GRACIA	MARTES RADIO ECCA 18:00h	VIERNES Teatro 16:30h





Taller literario

Escritura de Memorias
"Relatos de vida"



Convocatoria 1: desde el 11 de febrero al 29 de abril



Convocatoria 2: desde el 6 de mayo al 8 de julio



Convocatoria 3: desde el 7 de octubre al 16 de diciembre.

Presentación de "Laguner♥s Noveler♥s"

Presentación el 11 de marzo. Relatos
de vida fruto del taller literario



AA. VV.

Laguner♥s Noveler♥s



Actividades al aire libre

Comenzamos el 12 de febrero



Senderos y rutas
guiadas por el
monte



Rutas micológicas



Proyecto "El Legado"

Comienza el 22 de abril

Proyecto para recuperar los saberes, las historias y las vivencias de nuestros y nuestras mayores, que nos dejan una herencia de vidas, de costumbres y de tradiciones.



COMUNIDAD DE
SAN CRISTÓBAL DE
LA LAGUNA

ATENCIÓN SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA



PROYECTO
"EL LEGADO"

22 de abril

Taller "Envejecimiento activo y saludable"

En colaboración con el Gobierno de
Canarias y la Asociación Sofía



✓
Bloque 1: Talleres de
nutrición, alimentación
saludable y cocina.

✓
Bloque 2: Talleres de
actividad y ejercicio físico,
ocio y tiempo libre.

✓
Bloque 3: Talleres de
autoestima, autocuidado,
para afrontar la soledad.

✓
12 semanas desde febrero
hasta junio



Huertos

urbanos

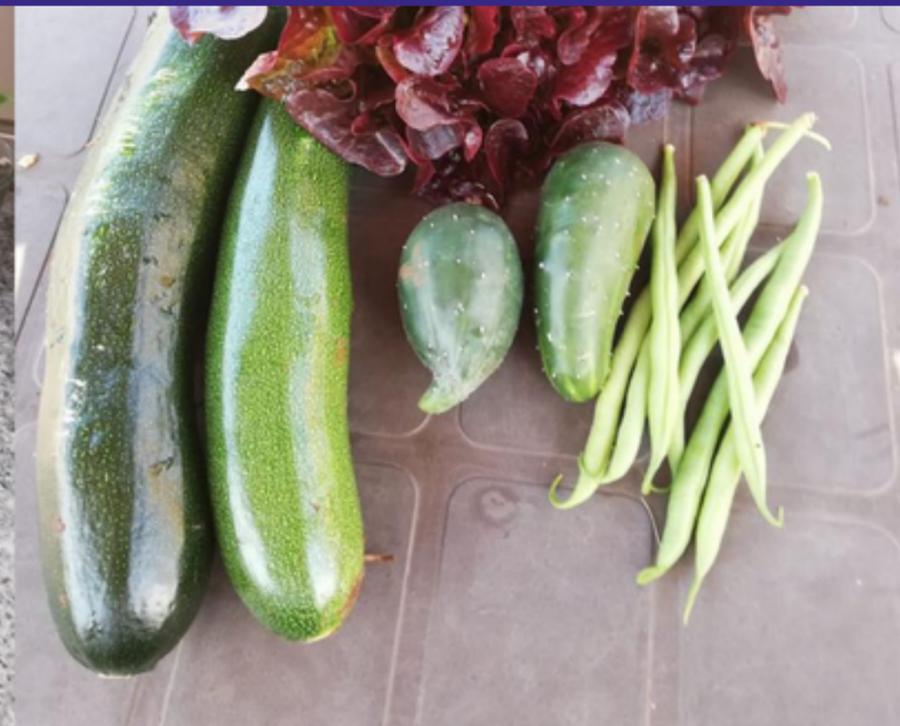
Con la participación activa
de mayores del municipio



Continúa "San Bonito"



Comienza "Chocanino"



Otras actividades y proyectos

Actividades que se irán desarrollando en los próximos meses



Mujeres a la playa
Libro de memorias de mayores del Batán



Presentación Plan de Acción Ciudades amigables para las personas mayores



"Casas del mayor"



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE
SAN CRISTÓBAL DE
LA LAGUNA



PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD



BIENESTAR SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA



En La Laguna
nos cuidamos