

# XULLO/AGOSTO <sup>2020</sup>

NENAS / NENOS / ACTIVIDADES / EN GALEGO



Luns      Martes      Mércores      Xoves      Venres      Sábado      Domingo

		<b>XULLO</b> Enredando Masaxe e xogo sens.	1		2		3	Menú de contos Na punta do pé	4		5
6	Constr.obras mestre Andrade Tarde de contos	7	Constr.obras mestre Andrade Enredando O apoio á lactac. mat.	8	Barrocó Arrolos e colos musicais	9	10		11		12
13	Tarde de contos	14	Enredando A exploración libre para as crianzas	15	Enredando	16	17		18		19
20	Tarde de contos	21	Enredando O son da auga	22	Un bico para Alí	23	24		25	Día de Galicia	26
27	Tarde de contos	28	Enredando Xogo libre e material non estrut.	29	Enredando	30	31	<b>AGOSTO</b>	1		2
3	Bailar nas nubes A rúa é nosa!	4	A rúa é nosa!	5	A rúa é nosa!	6	7		8		9
10	Elas tres (...) A rúa é nosa!	11	A rúa é nosa!	12	A rúa é nosa!	13	14		15	Asunción	16
17	Contos a pé de rúa A rúa é nosa!	18	A rúa é nosa!	19	A rúa é nosa!	20	21		22		23
24	As lembranzas de Carolina A rúa é nosa!	25	A rúa é nosa!	26	A rúa é nosa!	27	28		29		30



# Espazo Apego

República do Salvador 12 - entresollado



As tardes do Espazo Apego acollen nunha contorna segura actividades relacionadas coa crianza en galego: charlas, obradoiros, contos, música, xogos...

## Tardes de contos

Martes de xullo de 17 a 18.30 h

Contos lidos, contos musicais, avoas que contan, visitas de autores, construción de poemas, dramatizacións... un tempo no que achegarse á literatura oral e escrita! De 0 a 3 anos. Prazas limitadas con inscrición previa. O acceso ao espazo comezará ás 16.40 h

## A familia vai á escoliña

Mércores de xullo

Charlas e obradoiros prácticos sobre diferentes aspectos da crianza: seguridade viaria, coleo, aleitamento, nutrición, oferta das escolas infantís municipais, crianza plurilingüe, as vantaxes de medrar en galego, recursos educativos, educación emocional, como contar contos, a música na crianza, ergonomía e movemento...

- Mércores 1 de xullo ás 17.30 h  
Obradoiro "Masaxe e xogo sensorial"  
Gaia Ecocrianza  
Obradoiro teórico-práctico sobre masaxe e xogo sensorial, onde se abordarán temáticas como os beneficios da masaxe infantil, a importancia do xogo e dos xoguetes seleccionados para poñer ao alcance das nosas crianzas, o movemento libre, a

aprendizaxe activa, os materiais non estruturados etc.  
Importante: É preciso levar unha mantíña, unha toalla pequena e un aceite adecuado para a pel dos bebés.  
De 0 a 6 meses

- Mércores 8 de xullo ás 17.30 h  
Faladoiro "O apoio á lactación materna"  
Mámoa  
Os beneficios da lactación materna tanto para as mulleres como para as crianzas, as dificultades que podemos atopar, posibles solucións etc. Nete faladoiro poderemos compartir experiencias e exemplos prácticos co asesoramento da asociación Mámoa no seu 20 aniversario ofrecendo apoio á lactación materna.
- Mércores 15 de xullo ás 17.30 h  
Obradoiro "A exploración libre para as crianzas"  
Gaia Ecocrianza  
A familia poderá descubrir provocacións facilmente replicables no fogar ao tempo que reflexiona sobre como se desenvolve o xogo das súas crianzas. Abordanse temáticas de gran importancia como o xogo non dirixido, o material non estruturado, o movemento libre e autónomo, o papel que a persoa adulta debe desenvolver durante os tempos de xogo das crianzas etc.  
Familias con crianzas de 8 meses a 5 anos

Para poder cumprir as normas de distanciamento todas as actividades terán un límite reducido de asistentes e precisarán inscrición previa en [dlg@santiagodecompostela.gal](mailto:dlg@santiagodecompostela.gal) (nome completo, idade de cada unha das persoas asistentes e teléfono de contacto). O prazo de inscrición en cada actividade abrirá unha semana antes (ás 00 h do día correspondente da semana anterior).

Para poder seguir as normas de hixienización o acceso ao espazo comezará arredor de vinte minutos antes de cada actividade. Na sala de actividades entrarase sen calzado (aconséllase acudir con calcetíns grosos e con roupa cómoda). Será obrigatorio o uso de máscara.

## Os xoves función!

Xoves alternos de xullo

Representacións teatrais, musicais, contacontos, sensoriais... guiadas por artistas especializados.

- Xoves 9 ás 18 h. Arrollos e colos musicais  
M<sup>a</sup> Leticia Falcón  
Traballar a música como a lingua materna, é o máis importante, xa que fomenta a aprendizaxe dun xeito natural, achegándolles ás crianzas unha experiencia rica tanto no vocabulario na nosa lingua como na linguaxe sonora. Neste obradoiro poderemos ver música empregando materiais inéditos e ferramentas musicais básicas.  
De 0 a 4 anos
- Xoves 23 de xullo ás 18 h  
Un bico para Alí  
Fabaloba e Luís Prego  
Entre os novos amigos de Alí hai un moi especial: un neno con problemas por mor dun vento triste que lle levou a fala. Música, contos recursos... nunha tarde de xoves moi especial!  
De 0 a 6 anos

Prazas limitadas con inscrición previa. É preciso facer figurar na solicitude de inscrición a quenda de preferencia. O acceso ao espazo comezará ás 17.40 h.

## Xogos de palabras

Venres de xullo de 17 a 18.30 h

Xogar coa palabra falada e cantada para entreterse é un costume moi arraigado na crianza tradicional.

Coñecer a contorna a través das palabras e aprender a relacionarse vén, en parte, dado por estes xogos.

De 3 a 6 anos

Prazas limitadas con inscrición previa. O acceso ao espazo comezará ás 16.40 h

## Menú de contos

Charo Pita

Sábado 4 de xullo ás 12 h

Praciña da igrexa de San Pedro

Serie de contos para contar, contos propios e de tradición oral e, como en calquera almorzo nun restaurante, os convidados, coa axuda dela, irán escollendo historias do menú até conformar unha exquisita comida mesmo con sobremesa!

+ 3 anos

Reservas en <https://reservasgal.escenaonline.es>  
Prima 20

## Na punta do pé

Armadanzas

Sábado 4 de xullo ás 18 h

Campo da Angustia

Mercedes e Montse son as Armadanzas, dúas mulleres intrépidas que teñen como difícil misión na época da COVID-19 levar o público ata o mundo do baile tradicional galego-portugués.

Non importa a idade, da súa man todo o mundo pode botar unha bailada.

Todos os públicos

Reservas en <https://reservasgal.escenaonline.es>  
Prima 20

## Barrococó

Rilo&Penadique

Xoves 9 de xullo ás 12.30 h

Museo do Pobo Galego

Espectáculo de narración oral e musical para achegar a figura de Domingo de Andrade ás crianzas.

De 6 a 8 anos

Inscrición no tel. 981 528 750 - CSC das Fontiñas a partir do 22 de xuño. Prazas limitadas

## Construímos as obras do mestre Andrade con Lupo

Obradoiros Lupo

Martes 7 e mércores 8 de xullo ás 11 h

(1<sup>a</sup> quenda) e ás 12 h (2<sup>a</sup> quenda)

Praciña da igrexa de San Pedro

Obradoiros de arquitectura para nenos e nenas cos que coñeceremos a obra do mestre Andrade.

De 10 a 12 anos

Inscrición no tel. 981 528 750 - CSC das Fontiñas a partir do 22 de xuño. Prazas limitadas

## A rúa é nosa!

Territorio xogantín

Xandobela

De luns a venres desde o 3 de agosto ao 4 de setembro, de 11.45 a 13.45 h

Punto de encontro: praza do 8 de Marzo

Non hai escola, non estás de viaxe..., vas ficar na casa? Mellor quedamos e facemos nosa a rúa enredando. Iso si, sen mamá e papá, para xogar libremente.

De 6 a 10 anos

Inscrición de balde. Período mínimo: unha semana. Formalízase a través do formulario dispoñible en [delingua.santiagodecompostela.gal](http://delingua.santiagodecompostela.gal). Abrirase o 27 de xullo e admitiranse nenos/as ata o xoves ás 15.00 h de cada semana anterior á escollida, mentres queden prazas libres.

## Martes de contos no parque

Martes de agosto ás 18 h

Parque de Bonaval

- Martes 4 de agosto  
Baillar nas nubes Sole Felloza  
Unha nena soña con bailar coas nubes mais, a súa casa está pegadiña á terra e moi lonxe do ceo! Só a axuda de novos veciños fará que o seu soño sexa realidade.  
De 0 a 6 anos
- Martes 11 de agosto  
Elas tres (a nai, a nena, a bruxa) e moitas outras Paula Carballeira  
Unha nena é a protagonista da súa historia. Nada máis sinxelo. Nada máis

difícil. Na historia da nena hai unha nai, que tamén foi nena, e unha bruxa, que tamén foi nena. Todas son protagonistas. Todas son intelixentes, astutas, valentes.  
De 0 a 6 anos

- Martes 18 de agosto  
Contos a pé de rúa Caxoto  
Un particular varredor municipal chega á praza para realizar a súa función. Ante a contrariedade de atopar a praza chea de xente, colga durante un intre a súa vasoira de xestas e dispónse a compartir historias xogos, cantigas...  
De 0 a 6 anos
  - Martes 25 de agosto  
As lembranzas de Carolina  
Isa Herrero e Raquel López Cendán  
Carolina é unha galiña que ten as cousas claras desde pequena, de feito case o primeiro que fixo, foi cambiar o nome. Carolina cóntanos a súa vida e veremos como se vai convertendo, pouco a pouco, nunha galiña empoderada, defensora da amizade, da igualdade e das condutas respectuosas e non violentas. A Carolina, gústalle moitas cousas, pero sobre todo, gústalle voar.  
De 2 a 7 anos
- Reserva de entradas a partir do 27 de xullo en <https://reservasgal.escenaonline.es>

# OOOONNNNNSSSS...

*É verán, mais non parece un verán coma os outros... As vacacións van ser un chisco diferentes este ano e iso enfádanos e inquiétanos, mais sabemos que todo vai pasar e vai abrirse diante nosa un mundo fermoso e novo.*

Para facer máis levadeiro o camiño e pasar mellor os momentos de nervios e incerteza, propoñémosvos unha actividade para toda a familia: **íoga!**

Comezamos por trocar o famoso mantra indú por este outro: **Oooonnnssss...**

Pechamos os ollos e viaxamos a unha illa de conto. Axiña comezamos a sentir a caloríña do sol nas costas, a

area fresca debaixo dos pés, o son do mar que vai e vén, as gaivotas, o arrecendo a mar...

Agora, sen perder esa sensación de tranquilidade, escollemos unha postura entre estas que tedes aquí abaixo e facémola en familia!

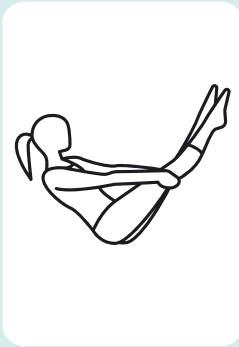
(Será máis divertido se recortades todas as posturas, as xuntades nun montón e escolledes unha ao chou).

## A COBRA



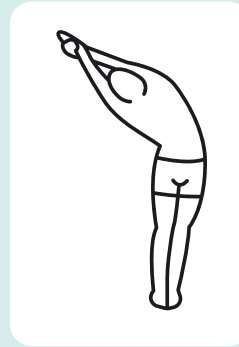
Boca abaixo, as palmas das mans no chan, erguemos o corpo e estíramolo formando un arco, mentres collemos aire polo nariz. Levamos a cabeza á nuca sen forzar e mantemos a posición. Baixamos pouco a pouco sacando o aire polo nariz.

## O BARCO



Sentadas, co lombo e as pernas rectos, estiramos as pernas cara a arriba todo canto poidamos e os brazos cara a adiante, apoiándonos só co cu. Respiramos varias veces profundamente e volvemos á posición inicial.

## A MEDIA LÚA



De pé, cos pés xuntos, levantamos os brazos por riba da cabeza xuntando as palmas das mans. Collemos aire polo nariz e sacámolo dobrando o corpo suavemente pola cintura cara á esquerda. Voltamos ao centro e cambiamos de lado.

## O LIBRO



Sentadas, coas pernas estiradas, collemos aire polo nariz mentres levantamos os brazos en vertical. Cando sacamos o aire imos baixando cara a adiante, co lombo estirado. Sen dobrar os xeonllos collemos os pés coas mans e, se podemos, tocamos as pernas coa cabeza. Abrimos de novo "o libro" collendo aire polo nariz e subindo o corpo ata a posición inicial.

## O ARCO



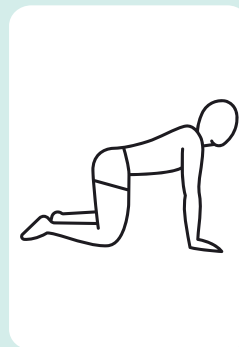
Boca abaixo, co queixo no chan, achegamos os talóns ás nádegas e agarramos os nocellos coas mans. Collemos aire polo nariz e levantamos amodiño a cabeza, os pés e os xeonllos. Sacamos aire polo nariz mentres soltamos as pernas.

## O CAMELO



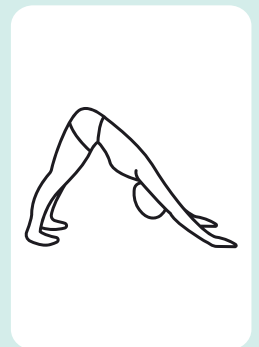
De xeonllos, pernas abertas á altura das cadeiras, as mans nos cadrís, a cabeza un pouco para atrás. Sacando aire polo nariz imos baixando amodiño ata coller os talóns.

## O LEÓN



Sentamos enriba dos talóns. Colocamos as mans nos xeonllos ou no chan. Cos ombreiros relaxados, respiramos. Ao sacar o aire polo nariz, abrimos os ollos e a boca o máis que poidamos e sacamos a lingua imitando o son dun león.

## A MONTAÑA



De xeonllos, coas mans tocando o chan, dobramos as dedas contra o chan. Sacamos aire polo nariz mentres estiramos as pernas. Agochamos a cabeza entre os brazos, achegamos o peito cara ás pernas e as cadeiras, "o cumio", cara ao ceo.