

Apreciada/o socia/o,

Con la presente carta le acercamos la planificación de las actividades del próximo cuatrimestre tanto de AMBI como de nuestra Federación Cocemfe León.

En relación a las actividades propuestas queremos destacar *Las XXV Jornadas contra Barreras AMBI* como una de las acciones emblemáticas por el 3 de diciembre, Día Internacional de las personas con discapacidad.

Este año tenemos previsto realizarlas tanto en Ponferrada como en el rural.

Se trata de una actividad de sensibilización que cumple con el doble objetivo de visibilizar las barreras arquitectónicas de nuestras calles y buscar compromisos de la Administración para su eliminación. Es por esto, que le animamos tanto usted como su entorno, a participar en las mismas consultando en nuestra sede el recorrido de este año cuando se acerque la fecha fijada para su realización.

Aprovechando este escrito le informamos que seguimos en el año del XXV Aniversario de la fundación de AMBI por lo que en lo que resta de año desarrollaremos actividades conmemorativas que iremos informando en nuestra redes sociales "Ambi Bierzo" o de manera telemática a las personas que habéis autorizado los envíos de información por este medio.

Entre ellas, la inauguración de una exposición de pintura titulada "AMBIval(i)entes" con una muestra de 25 cuadros elaborados por soci@s que participaron a comienzos de año en un taller de pintura. Ésta estará abierta al público durante dos meses a partir del 1 de octubre en la sala de exposiciones del Centro Comercial de Ponferrada.

Otra de las iniciativas planificadas es la plantación de 25 árboles en colaboración con el Ayuntamiento de Cacabelos y la CIUDEN conmemorando nuestro recorrido. Agradecemos se ponga en contacto con nuestra oficina para poder participar de manera activa en esta acción ambiental.

Así mismo, nos es grato comunicarle que hemos establecido un convenio de colaboración con la Óptica Tu Visión que cuenta con 3 tiendas en Ponferrada y una en Astorga. Entre las ventajas para las personas socias de AMBI se encuentra un descuento del 25% en gafas graduadas y de sol. Puede consultar y/o ampliar sobre este convenio en nuestra sede.

Para finalizar, le comunicamos que ya está disponible la lotería de AMBI en nuestra oficina. Este año jugamos con el nº 32232.

Nos despedimos no sin recordarle que puede ampliar información sobre cualquier aspecto comentado, actividad o servicio poniéndose en contacto con nuestra oficina de lunes a jueves en horario de 9.00-14.00 y 16.00-19.00 h y viernes de 9.00-14.00 h.

Reciba un afectuoso saludo de La Junta Directiva de AMBI

En Ponferrada a 23 de septiembre de 2022



Fdo. Emiliano Méndez Corullón - Presidente AMBI

**ACTIVIDADES DE OCTUBRE A DICIEMBRE DE 2022**

Lunes 16-09-22 al 12-12-22	Taller de teatro	17.00-18.30 h. Consejo de la Juventud. Ponferrada	Gratuito*	AMBI
Martes 4, 11, 18 y 25 de octubre	Actividades de Educación para la Salud (Taller de mindfulness, aromaterapia, arteterapia y risoterapia )	17.00-18.30 h. Casa de las Culturas de Bembibre	Gratuito*	AMBI
Jueves 6 de octubre	Visita guiada al Palacio de Canedo con degustación	11.00-14.00 h. Salida y llegada sede	10€ (transporte y visita)	AMBI
Jueves 13-10-22 10-11-22 y 15-12- 22	Club de lectura inclusivo	11.00-13.00 h. Aula 10 del Toralín	Gratuito*	COCEMFE León
Martes 18 y 25 de octubre 8 y 15 de noviembre	Taller de alfabetización digital	11.00-13.00 h. aula 10 del Toralín	Gratuito*	COCEMFE León
Miércoles 26 de octubre, 2, 9 y 16 de noviembre	Taller de manualidades	17.00-18.30 h. Consejo de la Juventud de Ponferrada	10€ (material)*	AMBI
Miércoles 19 de octubre	Encuentro Teatral AMBI- Grupo de teatro Social de Vega de Espinareda	18.00-20.00 h. Casa de la Cultura de Ponferrada	Gratuito	AMBI
Jueves 20 de octubre	Taller de primeros auxilios básicos	16.30 a 18.30 h. Aula 10 del Toralín	Gratuito*	Cruz Roja y AMBI
Jueves 27 de octubre	Visita al Pozo Julia de Fabero y pulpada/churrascada en El Espino	10.30-18.30 h. Salida y llegada sede	35€ (visita, transporte y comida)	AMBI
Viernes 28 de octubre	Taller de Educación Emocional	11.00-13.00 h. Aula 19 del Toralín	Gratuito*	COCEMFE LEÓN

Jueves 3 de noviembre	Taller de menús saludables	17.00-19.00 h. Aula 10 del Toralín	Gratuito*	COCEMFE León
Viernes 4 de noviembre	Magosto popular AMBI	18.00 h. Patio del Colegio de Villadepalos	8€*	AMBI
Jueves 17 de noviembre	Excursión a León. Visita a la Catedral y el MUSAC	10.00-19.00 Salida y llegada sede de AMBI	32€ (visitas, comida y transporte)	AMBI
Jueves 17 y 24 de noviembre	Taller Ofimática en La Nube	Online	Gratuito	COCEMFE León
Viernes 18 de noviembre	Taller de Mindfulness práctico	11.00-13.00 h Aula 19 del Toralín	Gratuito*	COCEMFE León
Martes 15 y 22 de noviembre	Taller preparación del carnaval	17.00-18.00 h. Aula 10 del Toralín	Gratuito	AMBI
Miércoles 30 de noviembre	Taller de consejos prácticos podológicos para la promoción de la salud	11.00-12.30 h. Aula 19 del Toralín	Gratuito*	Universidad de León AMBI
Miércoles 23 y 30 de noviembre, 7 y 14 de diciembre	Taller de manualidades navideñas	17.00-18.30 h. Consejo de la Juventud de Ponferrada	10 € (material)*	AMBI
Jueves 1 de diciembre	XVII Certamen de Dibujo y discapacidad AMBI	17.30 h. Casa de la Cultura de Ponferrada	Gratuito	AMBI
Viernes 2 de diciembre	XXV Jornadas contra barreras AMBI	12.00 h. Ponferrada	Gratuito	AMBI
Viernes 16 de diciembre	Cena de soci@s y familiares AMBI	21.30 h. Finca El Azul. Montearenas. Ponferrada	25€	AMBI

\*Si precisa y solicita transporte para participar en estos talleres tendrá un coste adicional. Consulte condiciones en la oficina.

- Las plazas para participar en las actividades son limitadas y atienden al orden de inscripción.
- Es necesario que el pago de las actividades que tengan coste se abonen al menos con una semana de antelación a la fecha para la que está programada.
- Le recordamos que las actividades son diversas en función de la temporada programada y que estamos encantados/as de recibir sugerencias.