

**AGENDA DE ACTIVIDADES**

**LA RIOJA  
MARZO 2020**



**CENTRO IBERCAJA  
LA RIOJA**

Portales, 48. Logroño.

941 286 826

cilarioja@fundacionibercaja.es

**CENTRO IBERCAJA  
LA RIOJA.  
SALA DE EXPOSICIONES**

San Antón, 3. Logroño.

941 286 826

cilarioja@fundacionibercaja.es

**CENTRO IBERCAJA  
SANTO DOMINGO**

Pinar, 47. Santo Domingo de la Calzada.

941 286 826

cilarioja@fundacionibercaja.es

# ACTIVIDADES DESTACADAS

**CONFERENCIA****NIÑOS AMAZON,  
TODO A UN CLICK:  
CÓMO CREAR UN HOGAR  
TECNOLÓGICAMENTE SALUDABLE**

María Zalbidea. Autora del blog

"Cosiendo la brecha digital".

3 de marzo, 19.30 h.

Entrada libre.

María Zalbidea, autora del afamado blog 'Cosiendo la brecha digital', nos ayuda a reflexionar sobre el uso que hacemos de la tecnología y la importancia de construir un plan personal y familiar mediante pequeños hábitos sanos, creativos y saludables.

**CONCURSO****INTERPRETACIÓN DE GUITARRA  
PARA JÓVENES.  
FRANCISCO CALLEJA 2020**

ConTrastes Rioja.

Escolares de 8 a 15 años.

7 de marzo, de 9.30 a 19.30 h.

Entrada libre.

Fundación Ibercaja y ConTrastes-Rioja presentan una nueva edición del reconocido concurso de interpretación de guitarra para jóvenes 'Francisco Calleja', cuyo objetivo es la dinamización del mundo de la música en La Rioja, con especial atención a la guitarra y al plectro.

**CURSO****COOPERAR PARA APRENDER,  
APRENDER PARA COOPERAR**

Programa "Educar para el Futuro 2020".  
Teresa Portilla. Psicopedagoga y maestra.

Ana Folch. Psicóloga y maestra PT.

19 de marzo, 2 y 29 de abril.

De 17.30 a 20.30 h.

Actividad gratuita, previa inscripción.

Taller incluido dentro de las actividades del Programa "Educar para el Futuro 2020", donde se trabajarán las metodologías del aprendizaje cooperativo, la aplicación de rutinas y destrezas de pensamiento y los paisajes de aprendizaje.





## CENTRO IBERCAJA LA RIOJA

▶ 02/03

### CURSO MANIPULACIÓN-APLICACIÓN DE PLAGUICIDAS. NIVEL BÁSICO

DOP Aceite de La Rioja.  
Del 2 al 7 y 10 de marzo.  
De 17.30 a 21.30 h.  
Previa inscripción.

### CURSO COCINA FAMILIAR CON JAVIER ROMERO. ENSALADAS

Javier Romero. Cocinero.  
De 18 a 20 h.  
Precio: 30 € tarifa general.

### VIDEOCONFERENCIA COMPETENCIAS GLOBALES PARA UN MUNDO GLOBAL

Programa "Educar para el Futuro 2020".  
Verónica Boix. Profesora Harvard  
Graduate School of Education.  
19 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 03/03

### CONFERENCIA AULA DE CULTURA DE LA RIOJA. NIÑOS AMAZON, TODO A UN CLICK: CÓMO CREAR UN HOGAR TECNOLÓGICAMENTE SALUDABLE

María Zalbidea. Autora del blog  
"Cosiendo la brecha digital".  
19.30 h.  
Entrada libre.

### CURSO SHOWCOOKING DE ARROCES: DOMINA EL ARROZ

Aarón Langarica. Cocinero.  
Del 3 al 17 de marzo.  
Martes, de 19.30 a 21.30 h.  
Precio: 70 € tarifa general.  
63 € clientes de Ibercaja.

### VIDEOCONFERENCIA POR QUÉ ES SEGURA LA BANCA POR INTERNET

Programa "Ibercaja Desafío Digital".  
Club tecnológico +60".  
Mayores de 60 años.  
De 17 a 18.30 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.  
Colabora: COAPEMA.

▶ 04/03

### CONFERENCIA AULA DE EMPRESA. PRODUCTIVIDAD EXPONENCIAL

Diana Rebolgar. Creadora de Potencial  
Disruptivo.  
19 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.

### MESA REDONDA LA VOZ DE LAS FAMILIAS

ARPANIH. Asociación Riojana de Padres  
de Niños Hiperactivos.  
19 h.  
Entrada libre.

▶ 05/03

### CONFERENCIA AULA DE EMPRESA. QUÉ ES ESO DEL COACHING

Manu Alber de la Rica. Consultor y Coach.  
19 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 06/03

### CONCIERTO CLARA BALLESTER BENEITO. GUITARRA

20 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.

### CURSO YOGA NIDRA

Urbano Hernández. Maestro de yoga.  
6 de marzo, 24 de abril y 15 de mayo.  
De 20 a 21.30 h.  
Previa inscripción.

### TALLER APRENDE A ORGANIZARTE Y RENTABILIZAR EL TIEMPO

Natalia Martín. Neuropsicóloga.  
De 17 a 20 h.  
Precio: 25 € tarifa general.  
20 € clientes de Ibercaja.

▶ 07/03

### CONCIERTO FINAL Y ENTREGA DE PREMIOS FRANCISCO CALLEJA 2020

ConTrastes Rioja.  
19 h.  
Entrada libre.

### CURSO HABILIDADES Y ESTRATEGIAS PARA PADRES Y MADRES

Asociación Riojana de Niños de Altas  
Capacidades, ARNAC.  
De 10.30 a 13 h.  
Previa inscripción.

### CONCURSO INTERPRETACIÓN DE GUITARRA PARA JÓVENES. FRANCISCO CALLEJA 2020

ConTrastes Rioja.  
De 8 a 15 años.  
De 9.30 a 19.30 h.  
Entrada libre.

### TALLER RESPIRA. RANQUILOS Y ATENTOS COMO UNA RANA

Ciclo "Crianza y educación".  
Natalia Martín. Neuropsicóloga.  
De 3 a 6 años.  
De 10 a 13 h.  
Precio: 25 € tarifa general.  
20 € clientes de Ibercaja

▶ 10/03

### CURSO NUEVOS RETOS PARA 2020. CONSEGUIR TRABAJO: HERRAMIENTAS DIGITALES

Vanessa García Urbina. Psicóloga y  
coach. E-mocionado.  
De 19 a 20.30 h.  
Entrada gratuita, previa inscripción.

**RECITAL**  
**YO GRITO POR TI.**  
**FESTIVAL INTERNACIONAL**  
**GRITO DE MUJER 2020**

M<sup>o</sup> José Marrodán. Escritora.  
 19.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**VIDEOCONFERENCIA**  
**FOTOGRAFÍA DIGITAL I.**  
**TRUCOS PARA MEJORAR**  
**TUS FOTOS**

Programa "Ibercaja Desafío Digital. Club tecnológico +60".  
 Mayores de 60 años.  
 De 17 a 18.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.  
 Colabora: COAPEMA.

▶ **11/03**  
**CONFERENCIA**  
**MIGUEL ÁNGEL**  
**EN LA CAPILLA SIXTINA**

Ángel Cadarso. Arquitecto.  
 19.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.



**TALLER**  
**VERDURAS FRESCAS**  
**Y DE TEMPORADA**

M<sup>o</sup> José Fernández. Cocinera.  
 De 19 a 21 h.  
 Precio: 12 € tarifa solidaria.  
 A beneficio de Cocina Económica de Logroño.

▶ **12/03**  
**PRESENTACIÓN DE LIBRO**  
**CON CORAZÓN Y CEREBRO**  
 Martín Pinos. Doctor en Ciencias de la Educación.  
 19 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**VIDEOCONFERENCIA**  
**NO TODOS VAN PARA**  
**INGENIEROS**  
 Programa "Educar para el Futuro 2020".  
 Francisco Castaño. Tutor del Proyecto Aula Abierta.  
 19.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ **13/03**  
**PRESENTACIÓN DE LIBRO**  
**MATTHEW VUELVE A CLASE**  
 María Cestafé Torrecilla. Profesora de inglés.  
 Público familiar.  
 18 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**PRESENTACIÓN DE LIBRO**  
**UN MUNDO PARALELO**  
 Laura de la Serna.  
 19.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ **14/03**  
**CONFERENCIA**  
**ASPECTOS PSICOLÓGICOS**  
**DE INTERÉS PARA LA FAMILIA**  
**MONOPARENTAL**  
 Elena Anguiano. Psicóloga.  
 11 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**CURSO**  
**COCINA VEGETARIANA VEGANA.**  
**NI CHICHA NI CALAMAR**  
 Jesús Basurto. Chef de El Arao.  
 14 y 21 de marzo, 18 y 25 de abril,  
 16 y 30 de mayo.  
 De 10 a 12 h.  
 Precio: 20 € tarifa general.

▶ **16/03**  
**CONFERENCIA**  
**NUEVA HOSPITALIDAD**  
**EN LOS CAMINOS DE SANTIAGO**  
 Anai Barreda. Coordinadora General de hospitaleros voluntarios del Camino de Santiago.  
 20 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**CURSO**  
**CELEBRACIONES FAMILIARES**  
 Rocío Jueas. Experta en protocolo.  
 16 y 17 de marzo, de 19 a 21 h.  
 Precio: 25 € tarifa general.



▶ **17/03**  
**PROYECCIÓN**  
**XVI TEMPORADA DE ÓPERA**  
**EN DVD.**  
**LA GIOCONDA,**  
**DE AMILCARE PONCHIELLI**  
 Óscar Hierro. Asociación Riojana de Amigos de la Ópera.  
 19.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**VIDEOCONFERENCIA**  
**FOTOGRAFÍA DIGITAL II.**  
**RETOCA IMÁGENES**  
**Y CREA ÁLBUMES**  
 Programa "Ibercaja Desafío Digital. Club tecnológico +60".  
 Mayores de 60 años.  
 De 17 a 18.30 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.  
 Colabora: COAPEMA.

▶ **18/03**  
**CONFERENCIA**  
**CUIDA TU SALUD.**  
**EL ETIQUETADO DE LOS ALIMENTOS**  
 Noemí Carrillo. Médico de familia.  
 19 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

**CONFERENCIA**  
**AULA DE EMPRESA.**  
**LOS CUATRO CUADRANTES**  
**DEL POTENCIAL HUMANO**  
 Diana Rebollar. Creadora de Potencial Disruptivo.  
 19 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ **19/03**  
**CURSO**  
**COOPERAR PARA APRENDER,**  
**APRENDER PARA COOPERAR**  
 Programa "Educar para el Futuro 2020".  
 Teresa Portilla. Psicopedagoga y maestra.  
 Ana Folch. Psicóloga y maestra PT.  
 19 de marzo, 2 y 29 de abril.  
 De 17.30 a 20.30 h.  
 Actividad gratuita, previa inscripción.

**PROYECCIÓN**  
**VIII CONCURSO**  
**DE CORTOMETRAJES POR LA VIDA**  
 Asociación CRIAME.  
 19.30 h.  
 Entrada libre.



**VIDEOCONFERENCIA**  
**EDUCACIÓN AMBIENTAL Y CAMBIO:**  
**TEACHERS FOR FUTURE SPAIN**  
 Programa "Educar para el Futuro 2020".  
 Miriam Campos Leirós. Coordinadora de Teachers for Future Spain.  
 19 h.  
 Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 20/03

**CONCIERTO  
ASTOR DÚO.****MÚSICA CON HISTORIA**

Raquel Martínez de San Vicente. Flauta.  
Sergio Martínez Espiga. Guitarra.  
20 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.



▶ 23/03

**CONFERENCIA****LA BITÁCORA XXI.  
LA INMIGRACIÓN: UNA CONSTANTE  
DE LA HUMANIDAD. EVOLUCIÓN  
Y DESAFÍO DE UN RETO**

Félix Blázquez González. General de  
División de la Guardia Civil.  
Autoridad de coordinación frente a la  
inmigración irregular en el Estrecho.  
19 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 24/03

**PROYECCIÓN****OS AÇORES, AS ILHAS VERDES.  
1ª PARTE**

Luis Escarda. Sociedad de montaña  
Sherpa.  
20.15 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**VIDEOCONFERENCIA****PROTECCIÓN DE DATOS:  
CUIDA TU IDENTIDAD DIGITAL**

Programa "Ibercaja Desafío Digital. Club  
tecnológico +60".

Mayores de 60 años.

De 17 a 18.30 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

Colabora: COAPEMA.

**VIDEOCONFERENCIA****ODS 4. EDUCACIÓN DE CALIDAD:  
HERRAMIENTA CLAVE  
PARA CAMBIAR EL MUNDO**

Programa "Educar para el Futuro 2020".  
Amelie Jezábel Mariage. Young Leader  
de Naciones Unidas.

19 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 25/03

**CONFERENCIA****MANUEL SAMPER, UN RIOJANO  
EN EL DRAGAMINAS GUADELETE**

Ignacio Mollá. Militar.

19.30 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**CONFERENCIA****AULA DE SALUD.  
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA.  
¿CUÁNDO? ¿CÓMO?**

Antonio Bazán. Cirujano plástico.

19.30 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 26/03

**CONFERENCIA****ELIGE TU FUTURO PROFESIONAL  
Y DESCUBRE EL ITINERARIO  
A SEGUIR**

Ana Bajo. Psicóloga y técnico de  
Orientación Académico Profesional.  
17.30 h.

Padres, orientadores y jóvenes de 15 a  
30 años.

Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 27/03

**CONFERENCIA****LA TORTURA DE APRENDER**

María Azcona y Laura Ibáñez.

Terapeutas ocupacionales. Directoras de  
CEDI La Rioja.

17 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**CURSO****MEDITACIÓN ACTIVA. KUNDALINI**

Zentra-T.

De 20 a 21.30 h.

Prevía inscripción.

**PRESENTACIÓN DE LIBRO****PLOT 28**

Autores: Hernán Ruiz y Agustín Serra.

19.30 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**TALLER****LAS AVENTURAS DE MATTHEW:  
PLAY, LEARN AND FUN**

María Cestafé Torrecilla. Profesora de  
inglés.

Familias con hijos desde 3º de Primaria.

De 18 a 20 h.

Precio: indistintamente niño o adulto

10 € tarifa general.

8 € clientes de Ibercaja.

▶ 28/03

**JORNADA****ARDUINO DAY 2020**

De 10 a 20 h.

Entrada libre.

▶ 30/03

**CONFERENCIA****H.I.F.U. LA NUEVA TERAPIA  
PARA LOS SÍNTOMAS  
DEL PARKINSON  
Y EL TEMBLOR ESENCIAL**

Jorge Máñez. Neurólogo del HM CINAC.  
19.30 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**CURSO****GESTIÓN DE RESTAURANTES**

Salinas Restauración.

Del 30 de marzo al 2 de abril.

De lunes a jueves, de 17 a 20 h.

Precio: 380 € tarifa general.

350 € clientes de Ibercaja.

**PRESENTACIÓN DE LIBRO****EL OGRÓ ÑES**

Autor: Antonio de Benito.

18 h.

Público familiar.

Entrada gratuita, previa inscripción.

▶ 31/03

**CURSO****APRENDE A COMUNICAR  
CON EFICACIA Y A HABLAR  
EN PÚBLICO. NIVEL II**

Rebeca Ortega. Periodista.

Del 31 de marzo al 28 de abril.

Martes, de 17 a 20 h.

Precio: 238 € tarifa general.

190 € clientes de Ibercaja.

**CURSO****COCINA SIN FUEGO:  
LAS MARAVILLAS  
DE LOS CARPACCIOS**

Aarón Langarica. Cocinero.

De 19.30 a 21.30 h.

Precio: 30 € tarifa general.

**PROYECCIÓN****OS AÇORES, AS ILHAS VERDES.  
2ª PARTE**

Luis Escarda. Sociedad de montaña  
Sherpa.

20.15 h.

Entrada gratuita, previa inscripción.

**CENTRO IBERCAJA  
LA RIOJA.  
SALA DE EXPOSICIONES**

**EXPOSICIÓN  
BARBUDO.  
DE SOL A SOL**

Técnica mixta.  
Hasta el 18 de marzo.  
De lunes a sábado, de 18.30 a 21 h.  
Entrada libre.



**20/03  
EXPOSICIÓN  
GLORIA EXTREMIANA.  
EVOLUCIÓN**

Arte digital y pintura.  
Del 20 de marzo al 7 de abril.  
De lunes a sábado, de 18.30 a 21 h.  
Entrada libre.

**CENTRO IBERCAJA LA RIOJA.  
SANTO DOMINGO  
DE LA CALZADA**

**12/03**

**CURSO  
CELEBRACIONES FAMILIARES**

Rocío Jueas. Experta en protocolo.  
12 y 13 de marzo, de 19 a 21 h.  
Precio: 25 € tarifa general.



**FUNDACIÓN IBERCAJA  
EN INTERNET**

**WEB DE FUNDACIÓN IBERCAJA**  
[www.fundacionibercaja.es](http://www.fundacionibercaja.es)

**MUSEO GOYA**  
[museogoya.ibercaja.es](http://museogoya.ibercaja.es)

**WEB DE ESPACIOS  
Y PROYECTOS PROPIOS**  
[www.mobilitycity.es](http://www.mobilitycity.es)

**SERVICIOS DIGITALES**

**Ibercaja Aula en Red**  
[aulaenred.ibercaja.es](http://aulaenred.ibercaja.es)

**Ibercaja Orienta**  
[orienta.ibercaja.es](http://orienta.ibercaja.es)

**Ibercaja Agroinforma**  
[agroinforma.ibercaja.es](http://agroinforma.ibercaja.es)

**Empresa en Red**  
[empresarenred.fundacionibercaja.es](http://empresarenred.fundacionibercaja.es)

**Fondo Histórico de Aragón**  
[fondohistoricodearagon.ibercaja.es](http://fondohistoricodearagon.ibercaja.es)

**Ibercaja Llaves Solidarias**  
[llavessolidarias.es](http://llavessolidarias.es)

**REDES SOCIALES**

**f** FundacionIbercaja  
**f** Mobility City  
**t** @IbercajaSocial  
**t** @Mobilitycity  
**yt** IbercajaTV  
**yt** MuseoGoya  
**@** @MuseoGoya  
**@** @FundacionIbercaja  
**@** @Mobilitycity  
**in** FundacionIbercaja

**Fundación  
iberCaja** 

[www.fundacionibercaja.es](http://www.fundacionibercaja.es)

