

AGEN- DA 2015 /16



EL
CENTRE
CÍVIC

DE MALGRAT
DE MAR

Des de la seva posada en funcionament, aviat farà tres anys, el Centre Cívic ha esdevingut un motor generador de cohesió i integració social. Ens hi trobem persones de diferents edats i perfils socials molt diversos per a realitzar un ampli ventall d'activitats.

L'agenda que ara teniu a les mans és el resultat de tot un llarg procés de treball entre el personal del Centre Cívic i els usuaris i entitats que d'alguna manera hi estan vinculats.

Com ja és habitual, s'incorporen algunes activitats noves, però es dóna també continuïtat a les que més demanda han tingut.

El nostre treball diari sempre té la cultura de proximitat com a referent, com a excusa per gaudir en la millor companyia i crear vincles entre els usuaris d'aquest equipament.

Us animem a que ens conegueu més a prop, segur que trobareu la vostra activitat.

Albert Cuní i Ridorsa

Regidor de Cultura, Joventut i Habitatge.

ARTS

Posem les arts al servei de la societat

DESCOBERTA DE LES SEVILLANES

Del 21 de setembre al 6 de juny

Dilluns de 10 h a 11.30 h

Mou-te amb gràcia, mou-te en la millor companyia, mou-te amb nosaltres. Descobreix tot el que la dansa et pot oferir, no et quedis a casa i comença la setmana amb alegria

Instructora: Montse Sumell

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 20 € no socis i 18 € socis

INICIACIÓ A LES SEVILLANES

Del 21 de setembre al 6 de juny

Dilluns de 15.15 h a 16.45 h

Si ets ballador o balladora habitual de Sevillanes, en saps però no ets professional, aquest és el teu espai. Uneix-te a un grup amb trajectòria i veuràs que bé que ens ho passem plegats

Instructora: Montse Sumell

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 20 € no socis i 18 € socis

DIBUIX I PINTURA

Del 23 de setembre al 29 de juny

Dimecres de 10.30 h a 12 h

Mira't el món amb uns altres ulls. Expressa't a partir de la forma i el color i recorda que un llapis mai no dibuixa sense una mà

Instructor: Miquel Solís

Organitza: Cercle Artístic de Malgrat de Mar

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 35 € no socis i 30 € socis

El material necessari l'aportarà l'alumne

BALL EN LÍNIA

Del 23 de setembre al 29 de juny

Dimecres d'11 h a 12.30 h / Divendres de 18.30 h a 19.30 h

Si vols divertir-te mantenint el teu cos i ment actius vine amb nosaltres al taller de ball en línia

Instructors: Nuri i Paco

Organitza: Associació SUPAMA Line dance

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 6 €

SEVILLANES AVANÇADES

Del 23 de setembre al 29 de juny

Dimecres de 15.15 h a 16.45 h

T'has enganxat al grup de Sevillanes o ja ens saps una mica i vols unir-te a un grup ple de ritme i bon humor?

Instructora: Montse Sumell

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 20 € no socis i 18 € socis

FOTOGRAFIA

Del 23 de setembre al 30 de març

Dimecres de 19.30 h a 21 h i sortides de camp a determinar

Descobreix tots els secrets de la fotografia digital, treu el màxim profit de la teva càmera i descobreix el retoc digital d'imatges

Instructor: Quico Gavara
Organitza: Associació Pepet Caralt
Persones de qualsevol edat
Preu: 25 € no socis i 23 € socis

TEATRE SOCIAL

Del 24 de setembre al 16 de juny

Dijous de 20 h a 21.30 h

El teatre et farà guanyar autoestima i confiança personal. Si vols aprendre a posar límits i a expressar les teves emocions vine al nostre taller de teatre social

Instructora: Pilar Jiménez Ramos
Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar
Persones de qualsevol edat
Preu per trimestre: 30 €

BALL-TERÀPIA

Del 24 de setembre al 16 de juny

Dijous de 20 h a 21 h

És ben sabut que qui canta els seus mals espanta, doncs vine a ballar i veuràs del que som capaços

Instructora: Lourdes Álvarez
Organitza: Associació de veïns de La Verneda
Persones majors de 16 anys
Preu per trimestre: 20 € no socis i 18 € socis

INICIACIÓ ALS BALLS LLATINS

Del 25 de setembre al 17 de juny

Divendres de 15.15 h a 16.30 h

No t'ho pensis pas gaire, balla, respira i mou els malucs, la resta ja la veurem venir

Instructora: Sònia Solís
Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar
Preu de tot el curs: 30 €

DANSA LLIURE INCLUSIVA

Del 22 de gener al 17 de juny

Divendres de 17 h a 18 h

Taller de dansa lliure obert a persones amb i sense discapacitat intel·lectual o física que comparteixin les ganes de ballar. Espai de trobada per a persones amb capacitats diferents on generarem processos creatius en igualtat de condicions

Instructora: Lourdes Álvarez
Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar
Activitat gratuïta
Cal inscripció prèvia

DANSA PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

Del 19 de setembre al 18 de juny

Dissabtes d'11 h a 13 h

Si tens ganes de ballar i viure una experiència diferent suma't al nostre taller de dansa. Serà un punt de trobada obert a tothom però especialment indicat per a persones amb discapacitat intel·lectual

Instructora: Adriana Reyes
Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar
Persones majors de 18 anys
Activitat gratuïta

ACROBÀCIA

Del 26 de setembre al 28 de maig

Dissabtes de 10 h a 11.30 h

Un art per aprendre a fer salts i equilibris que ens permetrà treballar diferents figures acrobàtiques bàsiques i tombarelles

Nens i nenes d'entre 6 i 12 anys

Preu per trimestre: 25 €

SENSIBILITZACIÓ TEATRAL PER A NENS I NENES D'ENTRE 3 I 5 ANYS

Del 26 de setembre al 28 de maig

Dissabtes de 10 h a 11 h

Introduïm als més petits al món del teatre des del joc i l'expressió corporal. Jugant a ser un altre personatge t'apropes a tu mateix i a altres realitats

Nens i nenes d'entre 3 i 5 anys

Preu per trimestre: 25 €

Els més petits han de venir acompanyats d'una persona adulta

SENSIBILITZACIÓ TEATRAL PER A NENS I NENES D'ENTRE 6 I 8 ANYS

Del 26 de setembre al 28 de maig

Dissabtes de 11.15 h a 12.30 h

Introduïm als petits al món del teatre des del joc i l'expressió corporal. Jugant a ser un altre personatge t'apropes a tu mateix i a altres realitats

Nens i nenes d'entre 6 i 8 anys

Preu per trimestre: 25 €

EXPRESSIÓ TEATRAL PER A NENS I NENES D'ENTRE 9 I 12 ANYS

Del 26 de setembre al 28 de maig

Dissabtes de 10 h a 11.30 h

Jugarem amb la paraula, acompanyada de l'expressió corporal i els elements escenogràfics per construir una petita representació

Nens i nenes d'entre 9 i 12 anys

Preu per trimestre: 25 €

AULA CÍVICA

Obrim finestres al coneixement

CONVERSA EN LLENGUA ANGLESA PER A PRINCIPIANTS

Del 21 de setembre al 6 de juny

Dilluns de 15.15 h a 16.45 h

Sempre t'ha costat deixar-te anar i parlar en anglès? Fes el primer pas, perd la vergonya i llença't. Les llengües t'obren un nou món ple de possibilitats.

Instructora: Maria López

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu: 30 € no socis i 25 € socis

CATALÀ, TALC

De l'1 d'octubre al 31 de maig

Dimarts de 9.15 h a 10.15 h / Dijous de 15.15 h a 16.15 h

Vols aprendre Català: al taller d'acollida lingüística en Català t'ho posem fàcil! Facilem l'aprenentatge inicial de la llengua catalana i el coneixement de la nostra cultura a les persones novingudes.

Instructors: Paquita González, Anna Manlleu i Joan Piña

Organitza: Càritas

Persones de qualsevol edat

Preu per tot el curs: 10 €

Matrícula els dies 23 i 30 de setembre de les 15.15 h a les 16.15 h

DESCOBERTA DE LA LLENGUA ANGLESA

Del 22 de setembre al 7 de juny

Dimarts 15.15 h a 16.45 h

Vols començar a parlar Anglès i no saps per on? No et preocupis, en grup sempre és més fàcil. Fes el primer pas, perd la vergonya i llença't

Instructora: Maria López

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu: 30 € no socis i 25 € socis

DESCOBERTA DE LA LLENGUA RUSSA

Del 23 de setembre al 15 de juny

Dimarts de 19.15 h a 21 h

Les llengües són una eina bàsica que ens ajuda a descobrir la riquesa del món. Descubrim la llengua russa pas a pas, des del principi, ens pot obrir moltes portes

Instructora: Urszula Sienczak

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 30 € no socis i 25 € socis

AULA D'HISTÒRIA DE L'ART

Del 6 d'octubre al 17 de novembre

Dimarts de 19 h a 20 h

Art antic – Els models clàssics. Grècia i Roma. Aproximem-nos als orígens de l'art occidental, de les escultures gregues fins les basíliques romanes

Instructor: Joan Piña Pedemonte

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu del curs: 20 €

CONVERSA EN LLENGUA ANGLESA, NIVELL AVANÇAT

Del 22 de setembre al 21 de juny

Dimarts de 19.15 h a 21 h

Portes anys estudiant anglès i encara et costa parlar amb fluïdesa? Vine i mirem de posar-hi remei, parlant la gent s'entén, fins i tot en anglès!

Instructor: Neil Halley

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones majors de 16 anys amb coneixements d'anglès de nivell intermedi, similar al BC1 del MECR

Preu per trimestre: 30 € no socis i 25 € socis

ITALIÀ, BÀSIC

Del 23 de setembre al 29 de juny

Dimecres de 15 h a 16.45 h

Saps una mica d'Italià i vols millorar-lo? Has oblidat allò que ja sàbies i vols refrescar-ho? Aquest és el teu grup!

Instructora: Giulia Fuschini

Organitza: Associació Cap-i-cua

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 30 €

RUS BÀSIC

Del 23 de setembre al 29 de juny

Dimecres de 19.15 h a 21 h

Les llengües són una eina bàsica que ens ajuda a descobrir la riquesa del món. Si l'any passat vas fer la descoberta del Rus amb nosaltres, o ja en sàbies una mica, no deixis que es rovelli

Instructora: Urszula Sienczak

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 30 € no socis i 25 € socis

AULA DE CONEIXEMENTS LOCALS

Del 7 d'octubre al 18 de novembre: *Inicis del segle XX vs. inicis del segle XXI, 2a edició*

Del 3 de febrer al 16 de març: *El segle XX a través de fotografies, 2a edició*

Dimecres de 19 h a 20 h

Cursets que ens ajuden a descobrir com eren els malgratencs de fa 100 anys. Deixarem que les fotografies antigues de Malgrat siguin les protagonistes de les sessions d'hivern.

Instructor: Joan Piña Pedemonte

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu: 20 €

DESCOBERTA DE L'ITALIÀ

Del 25 de setembre al 17 de juny

Divendres de 17 h a 18:30 h

Vols descobrir la lingua dell'amore? Descobreix una llengua fascinant, propera i amb un ritme i uns sons encantadors.

Instructora: Giulia Fuschini
Organitza: Associació Cap-i-cua
Persones de qualsevol edat
Preu per trimestre: 30 €

AULA DE CONEIXEMENTS LOCALS

Del 24 d'octubre al 5 de desembre: Des dels orígens fins l'edat medieval, 3a edició

Del 6 de febrer al 19 de març: L'època moderna. Pesta, pirates i guerra, 2a edició

Dissabtes de 16 h a 17 h

Coneguem d'on i quan sorgeix el nostre poble observem els segles XVI, XVII i XVIII. Com van viure els malgratencs aquests fets? Vine a descobrir-ho!

Instructor: Joan Piña Pedemonte
Organitza: Associació Pepet Caralt
Persones de qualsevol edat
Preu: 20 €

DESCOBERTA DE LA INFORMÀTICA

Del 21 de setembre al 8 d'octubre

Dilluns i dijous de 10 h a 11.30 h

No saps ni com s'engega l'ordinador? Doncs vine i ho descobrirem plegats, però al teu ritme

Persones de qualsevol edat
Preu: 25 €

INFORMÀTICA BÀSICA

Del 2 al 26 de novembre

Dilluns i dijous de 10 h a 11.30 h

Consolida els teus coneixements, aprèn el més bàsic de l'ofimàtica i descobreix els coneixements que t'aproparà i actualitzarà a la informàtica i a les xarxes socials

Persones de qualsevol edat
Preu: 25 €

INTERNET I XARXES SOCIALS

Del 15 de febrer al 17 de març

Dimecres i divendres d'11 h a 12.30 h

Consolida els teus coneixements, i navega per internet amb total seguretat. Aprèn tot allò que cal saber sobre les xarxes socials, el correu electrònic i les compres per internet

Persones de qualsevol edat
Preu: 30 €



TALLERS

Treballem habilitats i ens divertim creant

TALLER DE MANUALITATS

Del 5 d'octubre al 14 de març de 2016

Dilluns de 10 h a 11.30 h

Manualitats amb feltre i roba, elaboració de complements de moda i disfresses. Cosir i cantar, tot és començar

Instructora: Noemí Cano

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per trimestre: 20 € no socis i 18 € socis. El material necessari l'aportarà l'alumne

COSTURA

Del 21 de setembre al 30 de maig

Dilluns i dijous de 15.15 h a 16.45 h

Vine a l'espai taller de costura: aprendrem a cosir i la farem petar entre amigues!

Instructora: Rosalia, Dolors i Assumpció

Organitza: Càritas

Persones de qualsevol edat

Preu per tot l'any: 10 €

Matrícula els dies 14 i 17 de setembre

TALLER DE VITROFUSIÓ

Del 22 de setembre al 28 de juny

Dimarts de 10 h a 12 h

Elabora els teus elements decoratius en vidre, deixa córrer la teva creativitat. Descobreix i experimenta com treballar el vidre, et sorprendrà

Instructor: Joan Masferrer Duran

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per mes: 38 € material inclòs (vidre i cuites)

INICIACIÓ AL PATCHWORK, LABOR DE RETALLS

Del 24 de setembre al 16 de juny

Dijous de 10 h a 12 h

Aprenem a fer pedaços com cal mentre fem córrer la imaginació i passem una bona estona en la millor companyia!

Instructora: Anna Martínez

Organitza: Associació La Merceria

Persones de qualsevol edat

Preu per mes: 18 € el material necessari l'aportarà l'alumne

TALLER DE CERÀMICA

Del 25 de setembre al 17 de juny

Divendres de 10 h a 12 h

.....

Un espai per crear, conviure i aprendre. Modelat amb pasta blanca, decoració de peces, preparació de colors i molt més

Instructor: Joan Masferrer Duran

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu per mes: 38 € material inclòs

ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

Del 22 de gener al 17 de juny

Divendres de 10 h a 11.30 h

.....

Perds les claus? Et deixes la planxa endollada? Entrena la memòria! Fes-la treballar i veuràs com t'ho agraeix

Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar

Activitat gratuïta

Cal inscripció prèvia

ALTRES ACTIVITATS

AUTOESTIMA I PROACTIVITAT

Del 18 de gener al 14 de març

Dilluns de 19 h a 20.30 h

.....

Farem que aconseguïsis el millor del que fas o del que vols fer, utilitzant totes les teves habilitats o recursos i fent aflorar tot el teu potencial per a la teva millora personal

Instructor: Sergi Serrat

Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar

Persones de qualsevol edat

Preu: 30 €

GIMNÀSTICA CORRECTIVA SUAU

Del 22 de setembre al 30 de juliol

Dimarts de 9 h a 10 h

Dissabtes de 9 h a 10 h i de 10 h a 11 h

.....

Farem tonificació muscular lleu, estiraments suaus i correcció postural. Treballem també per millorar la coordinació i la flexibilitat

Instructora: Montse Ballart

Organitza: Associació Pepet Caralt

Persones de qualsevol edat

Preu: 15 € per trimestre un sol dia o 25 € per trimestre dos dies a la setmana

LA ZUMBA DEL CÍVIC

Del 22 de setembre al 28 de juny

Dimarts de 15.15 h a 16.15 h

Divendres de 15.15 h a 16.15 h

Fes moure el teu cor i tonifica't seguint senzilles coreografies sobre els millors ritmes. No cal preparació física per cremar un munt de calories mentre et diverteixes

Instructor: Sergio Cumplido

Organitza: Associació Positiva

Persones majors de 16 anys

Preu: 20 € per trimestre un sol dia o 30 € per trimestre dos dies a la setmana

TALLER DE KUNDALINI IOGA

Del 22 de setembre al 28 de juny

Dimarts de 19.30 h a 20.30 h

Dissabte de 8.30 h a 9.30 h

Vols desenvolupar la teva flexibilitat i força muscular i aprendre a utilitzar tota la capacitat respiratòria?

Instructor: Sílvia i Eva

Organitza: Associació Positiva

Persones a partir de 15 anys

Preu: 25 € per trimestre un sol dia o 40 € per trimestre dos dies a la setmana

TAI-TXI

Del 23 de setembre al 28 de juliol

Dimecres de 8 h a 9 h

Dijous de 15.15 h a 16.15 h

Tonifica i enforteix el teu cos. Treballem la respiració, la coordinació, l'equilibri i la relaxació

Instructora: Manoli Tallón

Organitza: Associació Positiva

Persones majors de 16 anys

Preu per trimestre: 20 €

AUTOCONSCIÈNCIA A TRAVÉS DEL MOVIMENT

Del 20 de gener al 16 de març

Dimecres de 9.30 h a 10.30 h

Mètode Feldenkrais. Farem que allò impossible sigui possible i elegant, amb moviments i exercicis senzills. Aprendràs a prendre consciència del teu cos i del teu centre de gravetat. Uns exercicis que t'ajudaran sense gran esforç a connectar les emocions amb els teus moviments

Instructor: Pablo Sánchez

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu: 30 €

PILATES

Del 23 de setembre al 30 de juny

Dimecres de 16.30 h a 17.30 h

Dijous d'11.30 h a 12.30 h

Vols guanyar to muscular, millorar la teva postura. Et sentiràs més flexible i àgil. Regala't un taller de Pilates i un somriure arribarà als teus llavis

Instructor: Ester López Pou

Organitza: Associació de veïns de La Verneda

Persones majors de 14 anys

Preu: 15 € per trimestre un sol dia o 25 € per trimestre dos dies a la setmana

EL BINGO DELS DIJOUS

Del 24 de setembre al 16 de juny

Dijous a partir de les 17 h

No t'estiguis a casa! El premi i la cantarella els posem nosaltres, tu has de posar-hi la il·lusió. El millor premi és sempre passar la tarda en bona companyia

Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar amb el suport de l'Associació de veïns de La Verneda

Preu: Activitat gratuïta



EL BALL DELS DIVENDRES

Del 2 d'octubre al 17 de juny

Divendres a partir de les 18.30 h

Les tardes del divendres ja no tornaran a ser mai igual... Posa't guapa, afaita't bé, enllustra't les millors sabates i vine a ballar fins que les cames et diguin prou

Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar amb el suport de l'Associació de veïns de La Verneda

Persones de qualsevol edat

Preu: Activitat gratuïta

No cal inscripció prèvia

EMOCIONA'T, GIMNÀS EMOCIONAL

A partir del 26 de setembre, coincidint amb el calendari escolar

Dissabtes de 16 h a 19 h

T'enfades sovint? Estàs trist? No saps què et passa? Vols canviar? Ara en tens l'oportunitat: aprèn habilitats per saber gestionar les teves emocions

Organitza: Ajuntament de Malgrat de Mar

Joves d'entre 12 i 18 anys

Preu: Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia

Aquesta activitat forma part del projecte socio-educatiu GR-Malgrat

INSCRIPCIONS

Cal inscripció prèvia per a totes les activitats tret que s'indiqui el contrari

- Les inscripcions per al primer trimestre es duran a terme al Centre Cívic del 15 al 19 de setembre en l'horari del Centre Cívic
- Les inscripcions per a les activitats que s'iniciïn a l'hivern del 2016 es duran a terme de l'11 al 18 de gener de 2016
- De manera excepcional, s'allargarà el període de matrícula per a les activitats amb places disponibles fins a un dia abans d'iniciar l'activitat

PAGAMENT

- Es pagarà a l'organitzador o tallerista el primer dia de l'activitat, tret que s'indiqui el contrari, en cap cas no es retornarà l'import
- Totes les activitats tenen places limitades i poden no realitzar-se si no s'arriba a un nombre mínim de persones inscrites

HORARI DEL CENTRE CÍVIC

- De dilluns a divendres de 9 h a 13.30 h i de 17 h a 20 h
- Dissabtes de 10 h a 13 h i de 16 h a 20 h
- Durant el mes d'agost l'horari serà de 8 h a 15 h de dilluns a divendres i de 9 h a 13 h els dissabtes

CONTACTE

- Ens podeu trobar al carrer del Segre 1. Telèfon: 93 761 98 13
- Si voleu rebre l'agenda per correu electrònic feu-nos arribar la vostra adreça a: ccm@ajmalgrat.cat
- Seguiu-nos al Facebook fent un 'm'agrada' a la nostra pàgina www.facebook.com/CCMalgrat

Al Centre Cívic de Malgrat, a més, trobareu a la vostra disposició:

- La regidoria de Cultura, Joventut i Habitatge.
- L'oficina d'habitatge i projectes urbans
- El Telecentre, amb Wi-Fi gratuït
- Un buc d'assaig musical
- Espais de trobada i creixement compartit

Totes les activitats compten amb el suport de l'Ajuntament de Malgrat de Mar.



Ajuntament de
Malgrat de Mar

