

ARTS PLÀSTIQUES I MANUALITATS

CERÀMICA CREATIVA
Divendres
Matí de 10 a 12 h
Tarda de 16 a 18 h
Edat: totes les edats

Taller per aprendre a elaborar elements decoratius amb fang, per fer volar la teva creativitat amb les mans i el cor.

Professorat: Joan Masferrer

Preu:
35 €

BENESTAR I EMOCIONS

GIMNÀSTICA CORRECTIVA
Dimecres
Tarda de 15 a 16 h
Edat: totes les edats

Tonificació muscular lleu, estiraments suaus i correcció postural, per millorar la coordinació i la flexibilitat.

Professorat: Rosa Roca

Preu:
25 €

TALLER DE MEMÒRIA I ESTIMULACIÓ COGNITIVA
Dilluns
Matí de 9.30 a 11 h i
d'11.30 a 13 h
Edat: totes les edats

Exercicis per entrenar les habilitats de memorització que contribueixen a mantenir o recuperar la capacitat de recordar.

Professorat: Sonya Lanzas

Preu:
10 €

KUNDALINI IOGA
Dimarts i dijous
Tarda de 18.30 a 20 h
Edat: totes les edats

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

Professorat: Eva Coder i Silvia Márquez

Preu:
25 €

PROGRAMA D'EDUCACIÓ PER LA PAU
Dimarts
Tarda de 18.30 a 20 h
Edat: totes les edats

La pau és una possibilitat real, i la pots dur a la teva vida. Si vols descobrir els teus recursos interns, aquest es el teu taller.

Professorat: Joan Manlleu Ribot i Pilar Coma

Organitzat per *La fundació Prem Rawat*

Preu:
Gratuït

DANSA

INICIACIÓ A LES SEVILLANES
Dilluns
Tarda de 15.15 a 16.15 h

Vols iniciar-te en el món de les Sevillanes?
No ens saps però t'agradaria aprendre'n?
Aquest és el teu grup.

Preu:
20 €

SEVILLANES II
Dimecres
Tarda de 15.15 a 16.15 h

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

Preu:
20 €

SEVILLANES III
Divendres
Tarda de 15.15 a 16.15 h

Saps ballar Sevillanes i vols integrar-te en un grup avançat?
Si vols mantenir el teu nivell i passar-t'ho bé aquest és el teu grup.

Preu:
20 €

Edat: totes les edats

Professorat: Montse Sumell

LLENGUA I LITERATURA

ESCRITURA CREATIVA
Dimecres
Matí de 10 a 11 h
Edat: a partir de 18 anys

Transformem el pensament en paraules. Inventem històries, personatges, escenes. Aprenem tècniques narratives. Donem sortida a la creativitat. Descubrim el llegat dels escriptors clàssics i actuals. Gaudim de l'escriptura.

Professorat: Sergio Dorado

Preu:
25 €

TALLER D'ACOLLIDA LINGÜÍSTICA I CULTURAL (TALC)
Dilluns
Matí de 9.15 a 10.15 h
Dimarts
Matí de 10 a 11 h
Divendres
Matí de 9.15 a 10.45 h
Edat: totes les edats

Faciletem l'aprenentatge inicial de la llengua catalana i el coneixement de la nostra cultura a les persones nouvingudes.

Professorat: Paquita González, Marc Calderó, Tere Suarez.

Organitzat per *Càritas Malgrat*

Preu:
10 €

MÚSICA

INTRODUCCIÓ A LA GUITARRA FLAMENCA
Dissabte
Matí de 10 a 11 h
Edat: totes les edats
Màxim 5 alumnes

Aprenentatge de les tècniques bàsiques de la guitarra flamenca, interpretació de primeres peces de soleà, alegries, sevillanes, rumbes, tangos, etc.

Preu:
25 €

GUITARRA FLAMENCA
Dissabte
Matí d'11.30 a 12.30 h
Edat: totes les edats

Tècniques avançades, picados, arpeigs, trèmolo, alzapúas, tocs per malaguenyes, buleries, tarantas, etc.

Professorat: Sergio Dorado

Preu:
25 €

ALTRES ACTIVITATS

VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA



Apunta't al programa Voluntariat per la llengua i comparteix una estona de conversa en català. Si vols millorar el que català que parles, fes-te'n aprenent. Si vols ajudar a algú a millorar el català que parla, fes-te'n voluntari.

SALA D'ASSAIG MUSICAL

De dilluns a divendres
de 9 a 14 h i de 15 a 20 h i
dissabtes de 9 a 13 h

amb un màxim de 6 hores d'assaig
setmanals.

Cal fer reserva prèvia mitjançant
sol·licitud i pagament trimestral de **20 €**

TERMINIS D'INSCRIPCIÓ

Octubre - Novembre - Desembre

- Del 21 al 30 de setembre: període d'inscripcions presencials a l'OAC (C/ Carme, 30)
- Divendres 2 d'octubre: data límit per efectuar el pagament
- Dijous 1 d'octubre: inici dels cursos i tallers

PLACES LIMITADES SEGONS LA CAPACITAT DE LES AULES, PER ORDRE D'INSCRIPCIÓ I PAGAMENT

(La plaça no queda confirmada fins haver realitzat el pagament)

Caldrà en tot moment complir la normativa sanitària vigent i respectar el protocol d'actuació COVID-19 que s'indiqui



Ubicació i contacte:

Centre Cívic · C/ Segre, 1

Telèfon: 93 761 98 13

Correu electrònic: ccm@ajmalgrat.cat

Activitats del centre cívic

OCTUBRE · DESEMBRE 2020



Ajuntament de
Malgrat de Mar

Malgrat:*t'estima

www.ajmalgrat.cat

