

Coneixement de l'entorn i humanístic

Xerrades sobre mitologia i art

La mitologia clàssica és la base de la nostra cultura, descobrim-la juntament amb les manifestacions artístiques que al llarg dels últims mil·lennis l'han fet perdurar! Descobrir d'on venim farà entendre on som."

26 de gener

L'origen de l'alfabet: d'Egipte a Egipte

23 de febrer

Ara Pacis de Roma: la invenció de la deessa Pau

23 de març

Els 10+2 treballs d'Hèrcules (1a part)

27 d'abril

Els 10+2 treballs d'Hèrcules (2a part)

25 de maig

Demèter i els misteris d'Eleusis

22 de juny

Aquil·les i els mirmidons

Horari: **dimecres de 18.30 a 20 h**

Professorat: Joan Piña
Alumnat: totes les edats
Preu: Gratuït

Visites guiades als espais verds de Malgrat

30 d'abril, Horari 10 h

Infraestructura verda

Passejada per diferents espais verds on coneixerem alguns dels seus habitants (fauna, flora) i altres aspectes de disseny i manteniment.

Trobada a la plaça de la Germana Campos.

18 de juny, Horari 10 h

Arbres, els nostres millors veïns
Passejada per diferents carrers i espais verds on comentarem aspectes sobre la seva gestió i els beneficis que ens aporten els arbres a la ciutat.

Trobada a Can Feliciano (davant del GEM)

Professorat: Carles Garcia, Servei Espais Verds
Alumnat: totes les edats
Preu: gratuït, Jocs lúdics

Taller de Botifarra

Si vols aprendre un nou joc de cartes i passar una bona estona. T'ensenyarem a jugar el joc de cartes tradicional català de la botifarra.

29 de gener, 26 de febrer i 26 de març horari 11 h a 13 h

Professorat: Associació recreativa i Cultural La Barretina Vermella
Alumnat: a partir de 18 anys, Preu: Gratuït

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 h a 14 h i de 15 h a 20 h i dissabtes de 9 h a 14 h, amb un màxim de 6 h d'assaig setmanals.

Reserva prèvia mitjançant sol·licitud i pagament trimestral de 20 €.

Inscripcions i Terminis

Aquesta agenda correspon a la programació anual de les activitats al Centre Cívic. Per formalitzar les inscripcions noves i de continuïtat mireu les dates que es detallen a continuació:

Primer trimestre del 24 de gener al 31 de març

Inscripció: del 13 al 20 de gener (data límit per efectuar el pagament 22 de gener)

Segon trimestre de l'1 d'abril al 22 de juny

Inscripcions i renovacions: del 21 al 25 de març (data límit de pagament 30 de març)

Tercer trimestre del 3 d'octubre al 22 de desembre

Inscripcions i renovacions del 19 al 23 de setembre (data límit de pagament 28 d'octubre)

Inscripcions presencial amb cita prèvia:

Centre Cívic

c/ Segre, 1 telèfon 93 761 98 13

i a l'OAC c/ Carme 30,
telèfon 93 765 33 00

Correu electrònic: ccm@ajmalgrat.cat



La plaça no queda confirmada fins haver realitzat el pagament.

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

Caldrà en tot moment complir la normativa sanitària vigent i respectar el protocol d'actuació COVID-19 i seguir les indicacions del personal responsable del Centre Cívic.



Ajuntament de
Malgrat de Mar

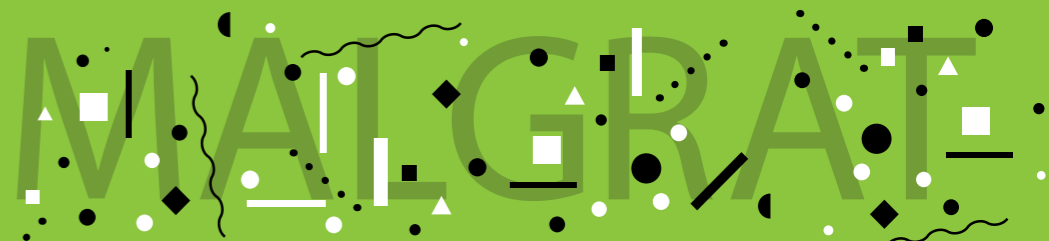
Malgrat: *l'estima

www.ajmalgrat.cat



ACTIVITATS CENTRE CÍVIC

GENER - DESEMBRE 2022



Arts plàstiques i manualitats

Ceràmica creativa

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

Horari: **divendres, de 10 a 12 h**
divendres, de 16 a 18 h

Professorat: Joan Masferrer
Alumnat: totes les edats.
Preu: 35 € per trimestre

Taller de costura

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

Taller de continuïtat acadèmica amb inici a l'octubre del curs anterior

Matricula pel curs 22-23 el 3 d'octubre de 2022 de 15.15 h a 16.45 h

Horari: **dilluns, de 15.15 a 16.45 h**
dijous, de 15.15 a 16.45 h

Professorat: Rosalia, Dolors i Assumpció
Alumnat: totes les edats. Preu: 10 €

Benestar i emocions

Hipopressius i salut postural

Entrenament respiratori i postural per millorar la consciència postural, incrementar el to muscular de la musculatura abdominal i del sòl pèlvic i millorar la salut general de l'esquena.

Horari: **dilluns de 15 a 16 h**
Professorat: Genís Robas
Alumnat: totes les edats
Preu: 25 € per trimestre

Tonificació i mobilitat

Combinació d'exercicis de tonificació general suau, exercicis posturals i estiraments per millorar la flexibilitat i la mobilitat de tronc, braços i cames.

Horari: **dimecres, de 15 a 16 h**
Professorat: Genís Robas
Alumnat: totes les edats
Preu: 25 € per trimestre

Memòria i estimulació cognitiva

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

Horari: **dilluns, de 9.30 a 11 h**
dilluns, d'11.30 a 13 h
Professorat: Sonia Lanzas
Alumnat: totes les edats
Preu: 10 € per trimestre

Kundalini ioga

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

Horari: **dimarts, de 18.30 a 20 h**
dijous, de 18.30 a 20 h

Professorat: Eva Coder i Sílvia Márquez
Alumnat: totes les edats
Preu: 25 € per trimestre

Taller de teatre

Taller organitzat pel Servei de Rehabilitació Comunitària de la Comunitat Terapèutica del Maresme en el qual els joves de 16 a 35 anys experimenten aquesta disciplina artística, afavorint el coneixement personal. És un espai també d'integració i participació comunitària on podem compartir la vivència d'una mateixa experiència artística.

Horari: **dijous de 12 h a 13.30 h.**
Professorat: Toni Gonzalez de la Comunitat Terapèutica del Maresme Nord
Alumnat: de 16 a 35 anys.
Preu: Gratuït

Llengua i literatura

Esriptura creativa

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.

Horari: **dimecres, de 10 a 11 h**
Professorat: Sergio Dorado
Alumnat: a partir de 18 anys
Preu: 20 € per trimestre

Taller d'acollida lingüística i cultural (TALC)

Facilem l'aprenentatge inicial de la llengua catalana i el coneixement de la nostra cultura a les persones novingudes.
Taller de continuïtat acadèmica amb inici al setembre del curs anterior.
Organitzat per Càritas Malgrat

Del **4 d'octubre de 2021** fins al **30 de maig de 2022**
Matrícula per al curs 22-23:
Dimarts 20 de setembre de 2022
de 15 h a 17 h al Centre Cívic

Horari: **dilluns, de 9.15 a 10.15 h**
dimarts, de 10 a 11 h
dimarts, 15.15 a 16.15 h
divendres, de 9.15 a 10.15 h

Professorat: Paquita González, Marc Calderó, Tere Suárez, Joaquim Duran
Alumnat: totes les edats
Preu: 10 €

Arts escèniques: música, teatre i dansa

Introducció a la guitarra flamenca

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

Horari: **dissabte de 10 a 11 h**
Professorat: Sergio Dorado
Alumnat: totes les edats
Preu: 25 € per trimestre

Guitarra flamenca

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

Horari: **dissabte de 11 a 12 h**
Professorat: Sergio Dorado
Alumnat: totes les edats
Preu: 25 € per trimestre

Teatre per a infants

Gaudir de la interpretació artística a través del món teatral, desenvolupant la seva pròpia creativitat

Horari: **dimarts de 17.30 a 19.30 h**
Professorat: Mafalda Hansen
Alumnat: de 6 a 12 anys
Preu: 20 € per trimestre

Sevillanes I

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

Horari: **dilluns de 15.15 a 16.15 h**
Professorat: Montse Sumell
Alumnat: totes les edats
Preu: 20 € per trimestre

Sevillanes II

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

Horari: **dimecres de 15.15 a 16.15 h**
Professorat: Montse Sumell
Alumnat: totes les edats
Preu: 20 € per trimestre

Tecnologia i arts visuals

Iniciació a la informàtica bàsica

Curs de formació per a persones que volen aprendre el funcionament bàsic d'un ordinador sense formació prèvia.

Horari: **dijous de 9.30 a 11 h**
dijous d'11.30 a 13 h
Professorat: Juanjo Navarro
Alumnat: adults
Preu: 10 € per trimestre

Curs de fotografia

Perfeccionament i tècniques per a fotografia artística o documental. Cal disposar d'una càmera fotogràfica amb modus manual.

Horari: **dilluns de 18.30 a 20 h**
Professorat: David Font
Alumnat: a partir de 12 anys
Preu: 25 € per trimestre