girona ets tu

Xarxa de Centres Cívics de Girona

CURSOS I TALLERS 2022/2023

Centre Cívic Ter

Ajuntament de Girona

Índex

Pag. 4 -Serveis de la ciutat a l'Esquerra del Ter
-Grups de suport i autoajuda al Centre Cívic Ter
Pag. 5 -Festa Torre Taiala
-Taller-assemblea Ass. Dones de l'Horitzó
Pag. 6 -Fira d'entitats de l'Esquerra del Ter
Pag. 7 -Voluntariat al Centre Cívic Ter
Pag. 8 -Setmana de la Felicitat
Pag. 9-10 -Exposicions 2022-2023

Pag. 11-12 **Informació i inscripcions cursos 2022-2023**

PISSARRA DEL TER
Pag. 14 -Infantils (Dansa i ball)
Pag. 15-16-17 -Infantils (Idiomes)
Pag. 18 -Infantils (Cuina, Escacs i Jocs de Taula)
Pag. 19 -Juvenils
Pag. 20 -Escola de Família: Nadons
Pag. 21 -Escola de Família: Infants
Pag. 22 -Escola de Família: Adolescents
Pag. 23 -Activitats en família
Pag. 24 -Activitats en família: Passejades
Pag. 25 -Jocs de taula en família
Pag. 26 -Parc Infantil de Nadal
Pag. 27 -Mercat d'intercanvi i fira de 2a ma infantil
Pag. 28 -Activitats de la Biblioteca Antònia Adroher

JUVENILS
Pag. 29 -Artesania tèxtil
Pag. 30 -Artesania tèxtil
-Dansa i ball
Pag. 31 -Dansa i ball
-Creixement personal
Pag. 32 -Creixement personal
-Dibuix i pintura
Pag. 33 -Comunicació, noves tecnologies i robòtica
-Escacs i jocs de taula
-Natura, ecologia i sostenibilitat

Índex

Pag. 34 **ESPAIS DE TROBADA**

ADULTS

Pag. 35 -Dibuix i pintura
-Artesania tèxtil
Pag. 36 -Artesania tèxtil
Pag. 37-38 -Activitats físiques
Pag. 39 -Activitats físiques
-Dansa i ball
Pag. 40 -Dansa i ball
Pag. 41 -Dansa i ball
-Música
Pag. 42 -Teatre i arts escèniques
-Creixement personal
Pag. 43 -Creixement personal
Pag. 44 -Idiomes
-Comunicació, noves tecnologies i robòtica
-Ciència, literatura i pensament
Pag. 45 -Ciència, literatura i pensament
-Natura, ecologia i sostenibilitat
Pag. 46 -Servei de suport i assessorament en informàtica i noves tecnologies
Pag 47 -Tallers de memòria

Pag. 48-49-50-51 **PROGRAMACIÓ PER A LA GENT GRAN A L'ESQUERRA DEL TER**

ENLLAÇ AL SISTEMA D'INSCRIPCIONS

Serveis de ciutat a l'Esquerra del Ter

Servei Bàsic d'Atenció Social Taialà
Atenció al públic: Presencial dimarts i dijous de 10 a 14 h. Cita prèvia al tel: 972 419 404 sbastaiala@ajgirona.cat Al Centre Cívic Ter

Punt de Trobada Jove
Dilluns, dimarts i dijous de 19.30 a 21 h. Al Local Social Taialà.
Per a joves majors de 15 anys.

Assessoraments individualitzats acadèmics
Dies i hores a convenir. Assessoria individual per a joves per a definir itineraris acadèmics o professionals, currículums, resolució de dubtes… amb l'educador juvenil. Ens pots contactar per DM a l'Instagram @puntdetrobadaet

OAMR-Oficina d'assistència en materia de registre
Només amb cita prèvia al telefon: 972 41 90 10 o a través de la web: www.girona.cat o al correu electrònic ajuntamentinforma@ajgirona.cat.
Al C/ Modeguera Gran 1. Casal de la Gent Gran de Taialà.

Grups de suport i autoajuda al Centre Cívic Ter

Menjadors Compulsius Anònims
Menjadors compulsius Anònims (OA) és una germanor d'individus que compartint la seva experiència i fortalesa s'estan recuperant de la compulsió pel menjar. Donem la benvinguda a tots aquells que desitgen deixar de menjar compulsivament. No hi ha subscripcions ni quotes per als membres; es mantenen a través de les pròpies contribucions, no accepten contribucions de fora. OA no està afiliada a cap organització pública o privada, partit polític, ideologia o doctrina religiosa. El seu principal objectiu és abstenir-se de menjar compulsivament i de comportaments compulsius amb el menjar i portar el missatge de recuperació a través dels dotze passos de OA a aquells que encara pateixen.
Podeu trobar més informació a: www.oacatalunya.org o al tel 630 53 50 33
Dia de trobada.dilluns de 18 a 20 hores al Centre Cívic Ter

Associació Gironina d'Agorafòbics
L'associació Gironina d'Agorafòbics és una es una entitat sense ànim de lucre, un grup obert de suport psicològic. L'agorafòbia és un trastorn d'ansietat que afecta entre el 2 i el 4% de la població general i consisteix en tenir por sense un perill aparent en diverses situacions on, en el cas de tenir un atac de pànic, sigui difícil escapar-ne o rebre ajuda. La finalitat d'aquesta associació és posar en contacte les persones afectades d'agorafòbia, crear i dinamitzar grups terapèutics i d'auto-ajuda, promoure el coneixement d'aquest complicat trastorn i poder-ne fer difusió.
Podeu trobar més informació a : www.agorafobia.cat/
El grup es reuneix cada dilluns de 19 a 21 al Centre Cívic Ter

FESTA AAVV TORRE TAIALÀ

DISSABTE 17 DE SETEMBRE

9 h - CERCAVILA amb Caixa de Trons pel barri
(sortida de la plaça de la Torre Taialà)

10 h - INAUGURACIÓ del Local Social AV Torre Taialà
-Exposició fotogràfica "Passat i present del barri"

11 h - ANIMACIÓ INFANTIL amb el grup "Trambòtics"

12 h - VERMUT POPULAR

TALLER-ASSEMBLEA ASS. DONES DE L'HORITZÓ

DIVENDRES 18 DE NOVEMBRE A LES 19 H AL CENTRE CÍVIC TER

L'Associació de Dones de l'Horitzó som una entitat amb més de 20 anys a l'Esquerra del Ter. Una associació formada per dones amb la voluntat d'oferir activitats, tallers i alhora liderar activitats commemoratives del 25 de novembre (Dia per a l'eliminació de violències masclistes) i el 8 de març (Dia Internacional de la Dona) i tot el que faci referència a l'enfoc amb perspectiva de gènere que pugui millorar o enfortir a les dones.
Si has participat en algun dels nostres cursos i tallers i/o ets sòcia, quedes convidada.
Què farem?
-Taller de balls llatins i moviment per a pujar la nostra vibració.
-Taller de sucs vitamínics i detox per a hidratar-nos i ajudar al nostre organisme.
-Assemblea-xerrada per a informar-vos del moment actual de l'associació i recollir propostes i col·laboracions.
Per a informació i inscripcions confirmeu al correu assdoneshoritzo@gmail.com o trucant al CC Ter 972 41 49 52

FIRA D'ENTITATS DE L'ESQUERRA DEL TER

Hi podeu trobar:
Batukada, colla gegantera, ensinistrament de gossos, concerts, trobada veïnal, defensa personal, entrenament fútbol, entrenamet bàsquet, ioga, estones en família, bàsquet amb cadira de rodes, tallers per a infants de Pissarra del Ter, taules informatives de les associacions de l'Esquerra del Ter, anglès, danses celtes, francès, taller de ràdio... i moltes sorpreses més!

A càrrec de les associacions, serveis i entitats de l'Esquerra del Ter.
Taules informatives, exhibicions i tallers.

DISSABTE 15 D'OCTUBRE
DE 10 A 13 H
AL INS CARLES RAHOLA

VOLUNTARIAT AL CENTRE CÍVIC TER

En aquesta pàgina volem fer un reconeixement a aquelles persones que col·laboren de forma desinteressada, any rere any, per a que poguem tenir una programació més rica i diversa i un equipament afable.

En la programació hi han cursos i tallers que són possibles gràcies a que hi ha moltes entitats de l'Esquerra del Ter i de ciutat que fan propostes al servei de la comunitat. Les persones que hi ha al darrera de les entitats organitzadores dediquen el seu temps de forma voluntària a programar els cursos, fer seguiment dels pagaments, col·laborar amb les activitats comunitàries anuals... són hores de dedicació que fan possible totes les propostes d'aquest llibret. Aquest any les entitats col·laboradores són: AV Germans Sàbat, Associació Fodansa, Associació Girouette, Associació Som-hi Natura-Esport-Cultura, Associació Escola Mediterrània de dansa i anglès, Associació Salsa Jove, Associació Caixa de Trons Girona, Associació Culture Bonsai, Associació Prista Bulgaria i Catalunya junts a Europa, Associació de Dones de l'Horitzó, FAVIBC, Associació Entre Mans i Associació Pensionistes i Jubilats Taialà.

També hi ha cursos i tallers que teniu en aquest llibret com són el d'Història de Catalunya o el de Cant Coral que són possibles gràcies a persones com en GUILLEM ALSINA i en PEPE LOPEZ que venen setmana a setmana a l'equipament i ofereixen els seus coneixements de forma gratuïta. D'es d'aquí els volem agrair la seva implicació i dedicació en l'oferta formativa al servei de l'Esquerra del Ter i de la ciutat.

El Centre Cívic Ter es troba amatent a propostes de les veïnes i veïns de l'Esquerra del Ter. Des de fa uns anys l'ADOLFO VILLAFANÉ i en RAIMUNDO ABARCA fan que el Centre Cívic pugui tenir plantes en els seus passadissos per convertir-lo en un entorn més amable i tenim un hort urbà a la terrassa que proveeix a persones que en algun moment ho necessiten, vinculat amb Serveis Socials, o plantes per activitats i projectes. Per nosaltres és un regal poder comptar amb ells ja que fan que la natura entri a l'equipament i que les persones que en gaudiu ens trobeu en un entorn saludable.

Gràcies, gràcies, gràcies...

SETMANA DE LA

FELICITAT

MARÇ 2023

Inspirats en la recomanació del Dr. Figueres "Ser optimista genera felicitat", la Setmana de la Felicitat és un projecte que ens acosta la felicitat a l'Esquerra del Ter amb un munt d'activitats gratuïtes per a tothom.

Reserva el mes de març del 2023 per a viure experiències que t'aportaran felicitat, al voltant de la pregunta inspiradora "Què fas tu pel medi ambient?".

Si tens alguna proposta o t'interessa i vols fer voluntariat, posa't en contacte amb nosaltres al Centre Cívic Ter, tel: 972414952 o ccter@ajgirona.cat

Aquest projecte aplega el treball comunitari d'uns 30 serveis, entitats, associacions i un bon nombre de persones particulars.

Podràs consultar la programació a:
www.girona.cat/setmanadelafelicitat

EXPOSICIONS 2022-2023

Al vestíbul de l'equipament del Centre Cívic Ter teniu un espai a la vostra disposició.
Al llarg de l'any hi podeu trobar exposicions de pintura, fotografia, mostres d'alumnes que fan cursos al Centre Cívic Ter i també exposicions amb una vessant social que cerquen la reflexió i l'anàlisi sobre una temàtica. També és un espai per a les vostres propostes i suggeriments.

Del dimecres 07/09 al divendres 30/09 del 2022

EXPOSICIÓ D'ARTISTES DE L'ESQUERRA DEL TER

Organitza: Centre Cívic Ter

Del dilluns 03/10 al dilluns 31/10 del 2022

GIRONA. MIRADA INTERMITENT. **Dibuixos i aquarel·les de Lluís Bruguera**.

Organitza: Centre Cívic Ter

Del divendres 4/11 al dimecres 30/11 del 2022

DÓNA LA VOLTA A LES LLEGENDES

Organitza: Servei d'igualtat de l'Ajuntament de Girona

Del dimecres 07/12 al divendres 30/12 del 2022

HABITATGE I DIGNITAT

Organitza: Fundació Vicente Ferrer. Col·labora: Centre Cívic Ter

Del dilluns 02/01 al dimarts 31/01 del 2023

RECULL DE FOTOGRAFIES D'ESCOCIA de Ramón Giribet

Organitza: Centre Cívic Ter

Del dilluns 06/02 al dimarts 28/02 del 2023
BOING: ADOLESCÈNCIA. Pintura i escultura d'Antonio G. Nicolás
Inauguració: 02 de febrer del 2023 a les 19 h
Organitza: Centre cívic Ter

Del dimecres 05/04 al dissabte 29/04 del 2023
CAP AL TARD. Exposició fotogràfica i poemes d'Eduard Casas
Organitza: Centre Cívic Ter

Del divendres 05/05 al dimecres 31/05 del 2023
RETALLS DE NATURA. Pintures de Mohammed Ed Raberhy
Organitza: Centre Cívic Ter

Del dissabte 10/06 al divendres 30/06 del 2023
EXPOSICIÓ-PRESENTACIÓ TREBALLS EMA CERÀMICA I JOIERIA

Divendres 16/06 del 2023
MOSTRA DE PREBONSAIS

Del divendres 16/06 al dilluns 19/06 del 2023
EXPOSICIÓ DE LES ALUMNES DE PATCHWORK DE L'ASUN CARDO
Organitza: Associació Entre Mans

1 Passos a seguir per formalitzar la preinscripció

IMPORTANT: és obligatori llegir amb atenció la informació següent abans de fer la preinscripció, per evitar malentesos i saber quins són els vostres drets i deures com a participants en les activitats.

1.1 Per fer la preinscripció cal entrar al web de l'Ajuntament de Girona www.girona.cat/inscripcions de l'1 al 14 de setembre de 2022 ambdós inclosos.
No cal fer la preinscripció el primer dia a primera hora, mentre s'hagi fet dins el període assenyalat n'hi ha prou, ja que l'ordre de preinscripció no dóna cap tipus de privilegi. En el cas que hi hagi més sol·licituds que places disponibles es farà un sorteig.
1.2 Un cop accediu al web d'inscripcions heu de registrar-vos amb un usuari i contrasenya que us permetrà accedir a les activitats. Amb un registre pots inscriure't tu i els teus fills/es o altres persones. Si ja us heu registrat en alguna altra ocasió no cal que ho torneu a fer.
1.3 Primer haureu d'escollir l'oferta d'activitats: Cursos i Tallers de la Xarxa de Centres Cívics 2022-2023. Després seguiu els passos que us indiquen fins a trobar l'activitat a què us voleu inscriure.
1.4 La major part dels cursos i tallers no tenen limitació de sol·licitud de places. En alguns cursos anuals, trobareu que només es permet fer una preinscripció per persona, amb tres opcions d'activitats ordenades per prioritat. És important que les sol·liciteu per ordre de preferència, per si no obteniu plaça en la primera activitat escollida. El sorteig es farà sempre entre les sol·licituds presentades en primera opció. Si un cop fet aquest sorteig no s'entra a la primera activitat escollida el programa informàtic busca si queden places lliures en les altres opcions. Si tampoc hi ha places lliures, es queda en reserva de la primera opció escollida.
ATENCIÓ: si una mateixa persona vol inscriure's en dues activitats de grups diferents, caldrà que faci dues preinscripcions diferents.
1.5 Cal que ompliu el formulari amb totes les dades que es demanen (la manca d'alguna d'aquestes informacions pot invalidar la sol·licitud).
1.6 Durant el període de preinscripció amb el vostre usuari i contrasenya podreu anul·lar la preinscripció. IMPORTANT: Si heu de fer un canvi en una preinscripció, cal anul·lar-la i fer-ne una de nova. Les persones inscrites són les responsables en última instància de comprovar que la preinscripció s'hagi fet correctament.
1.7 En cas que es detectin duplicitats de preinscripcions, només es donarà com a vàlida la darrera presentada, i les anteriors no es consideraran ni computaran.
1.8 El 16 de setembre, en aquelles activitats on la demanda superi l'oferta de places disponibles, es farà un sorteig mitjançant un sistema informàtic aleatori.
1.9 En el sorteig és donarà preferència a les persones empadronades a Girona. El fet d'haver estat inscrit en alguna activitat en períodes o anys anteriors no dóna prioritat en el sorteig.
1.10 A partir del 16 de setembre rebreu un correu electrònic informant-vos que podeu consultar la resolució de places mitjançant el vostre usuari i contrasenya a la web www.girona.cat/inscripcions. Per aquest motiu és important tenir el correu electrònic actiu. Si teniu plaça, a la web també se us informarà de com i quan podeu realitzar el pagament. La informació de la web també la podeu obtenir de forma presencial al Centre Cívic on s'organitza l'activitat.

2 Passos a seguir per formalitzar la inscripció i el pagament

2.1 RENÚNCIA D'UNA PLAÇA ASSIGNADA: en el cas que hàgiu obtingut una plaça i vulgueu renunciar-hi, caldrà que ho notifiqueu per escrit o per correu electrònic al Centre Cívic on s'organitza l'activitat el més aviat possible per donar opció a les reserves per ocupar les places vacants.

2.2 A partir del 17 de setembre podeu passar per la recepció del centre cívic on es durà a terme l'activitat per presentar la documentació que acredita que sou mereixedors d'un descompte. No feu cap pagament fins que es confirmi que el descompte us ha estat aplicat.
2.3 Si no pagueu la inscripció en el termini establert (veureu la informació de cada activitat a la web d'inscripcions) es procedirà a donar-vos de baixa i traspassar la vostra plaça a la primera persona de la llista de reserva.
2.4 En les activitats anuals que permeten pagament fraccionat, el primer rebut es pot pagar fins el dia 26 de setembre i el segon rebut fins el dia 1 de desembre de 2023.
2.5 Si en alguna activitat no s'ocupa el mínim de places establert, aquesta es pot anul·lar sense garantir plaça en un altre curs de característiques similars i/o iguals.
2.6 En els cursos on hi hagi baixes o es decideixi ampliar places es trucarà els preinscrits en situació reserva seguint l'ordre establert per sorteig.
2.7 En les activitats on després del sorteig quedin places lliures, s'ampliarà el període d'inscripcions fins al dia abans de començar el curs.
2.8 No s'admetran devolucions si no són per causes que es puguin considerar de força major i degudament justificades, com per exemple malaltia que impossibilita fer l'activitat, que caldrà justificar amb un informe mèdic, o canvi forçós de domicili a una altra població, que caldrà justificar amb el canvi d'empadronament.
2.9 La Xarxa de Centres Cívics i les diferents entitats organitzadores es reserven el dret de modificar qualsevol aspecte de la programació, sempre que sigui per causes justificades.

Si no teniu connexió a casa

Podeu adreçar-vos als Esp@isInternet del Centre Cívic i/o fer la preinscripció presencialment al centre cívic.

Descomptes

- En els cursos organitzats pels centres cívics es farà un descompte del 20% a estudiants majors de 16 anys, jubilats, aturats, famílies nombroses i famílies monoparentals.
- Els cursos marcats amb (*) tenen un descompte per part de l'entitat organitzadora. Els marcats amb (**) són gratuïts per als socis de l'entitat organitzadora.
- A l'hora de fer la preinscripció, en cada activitat hi trobareu l'explicació dels descomptes que preveu, les condicions per acollir-s'hi i com s'han de demanar i/o justificar.
- En cap cas els descomptes són acumulatius.

PISSARRA DEL TER

Activitats per nadons, infants, adolescents i en família

QUÈ ÉS LA PISSARRA DEL TER?

El Projecte Pissarra del Ter neix de la necessitat de crear propostes infantils i familiars amb les associacions de famílies d'alumnes del sector (Balandrau, Taialà, Domeny i Carles Rahola.

Treballant en aquesta direcció es va prendre el compromís de fer un butlletí que englobés totes les activitats per a infants i famílies amb la intenció d'estimular la relació entre els diferents grups i donar suport a les famílies en la seva tasca educativa.

Per informació i inscripcions dels cursos i tallers:
www.girona.cat/inscripcions

INFANTILS – DANSA I BALL

TE22033 **ANGLÈS I DANSA IRLANDESA (INFANTS I JOVES)**

La dansa com un espai per gaudir i divertir-se mentre aprenem anglès. Una porta cap a la cultura del món anglosaxó.
Dijous de 18.30 a 19.30 h, d'octubre a juny
Preu: 72 € (quadrimestre)
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE22035 **ANGLÈS I DANSA IRLANDESA PER INFANTS**

Un espai de trobada i socialització per a nens a partir de 5 anys, al voltant de la dansa i la música celta. La dansa com un espai per gaudir i divertir-se mentre aprenem anglès. Una porta cap a la cultura del món anglosaxó.
Divendres de 18 a 19.15 h, d'octubre a juny
Preu: 207 €
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE22037 **DANSA IRLANDESA PER A TOTHOM**

En aquest curs faràs exercici sense adonar-te'n, riuràs molt, respiraràs i veuràs canvis en el teu cos, columna... milloraràs l'agilitat, la memòria, l'equilibri i la musicalitat.
Dissabtes quinzenals de 11.30 a 13.30 h, d'octubre a juny
Preu: 8 € per sessió
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE22081 **LLENGUA BÚLGARA PER A INFANTS (7-12 ANYS)**

Per aprendre a practicar la llengua búlgara oral i escrita a través de jocs, cançons i bons moments.
Dissabtes de 10 a 12 h, d'octubre a maig
Preu: 60 €
Organitza: PRISTA Bulgaria i Catalunya junts a Europa

TE22082 **LLENGUA BÚLGARA PER A INFANTS (13-16 ANYS)**

Curs divertit i entretingut perquè els nens aprenguin a parlar i a escriure en llengua búlgara, acompanyats de professors nadius. No cal bon nivel de bulgar.
Dissabtes de 10 a 12 h, d'octubre a maig
Preu: 60 €
Organitza: PRISTA Bulgaria i Catalunya junts a Europa

TE22062 **FRANCÈS PELS MÉS PETITS: FLAM BABY (3-5 ANYS)**

Aprèn francès jugant i cantant. Primeres classes de francès per a nenes i nens d'entre 3 i 5 anys. Divertint-se aprendran les seves primeres paraules en francès: colors, formes, animals, cançons...
Dimecres de 17.30 a 18.20 h, d'octubre a juny
Preu: 101,5 €
Organitza: Associació Girouette

TE22063 **FRANÇAIS: FLAM JUNIOR (6-8 ANYS)**

Classes avançades de francès per a nenes i nens francòfons d'entre 6 i 8 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.
Dimecres de 17.30 a 18.20 h, d'octubre a juny
Preu: 102 € (quadrimestre)
Organitza: Associació Girouette

TE22064 **FRANÇAIS: FLAM TEENS (9-11 ANYS)**

Classes avançades de francès per a nenes i nens francòfons d'entre 9 i 11 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.
Dimecres de 17.30 a 18.20 h, d'octubre a juny
Preu: 102,5 € (quadrimestral)
Organitza: Associació Girouette

TE22066 **FRANÇAIS: FLE JUNIOR (8-10 ANYS)**

Classes de francès per a nenes i nens d'entre 8 i 10 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.
Dilluns de 17.30 a 18.20 h, d'octubre a juny
Preu: 103 € (quadrimestral)
Organitza: Associació Girouette

INFANTILS - IDIOMES

TE22065 **FRANÇAIS: FLE ADOS (11-14 ANYS)**

Classes de francès per a nenes i nens d'entre 11 i 14 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.
Dilluns de 18.30 a 19.20 h, d'octubre a juny
Preu: 103,5 € (quadrimestral)
Organitza: Associació Girouette

TE22032 **ANGLÈS I CREATIVITAT**

Contes màgics ens transporten a un indret on només es parla en anglès. Amb la nostra imaginació convertirem la classe en un espai de joc on tot és possible. Manipularem objectes, ballarem i riurem, cantarem i descobrirem nou vocabulari.
Dijous de 17.30 a 18.25 h, d'octubre a juny
Preu: 175,5 €
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

---

TE22170 **KREATIVE ENGLISH. ANGLÈS FÀCIL, DINÀMIC I CREATIU**

Per infants de 12 a 14 anys. Curs per aprendre anglès de manera intuïtiva, jugant, en moviment, de manera dinàmica i divertida.
Dilluns de 17.15 a 18.15 h, d'octubre a juny
Preu: 190 €
Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

PISSARRA DEL TER

INFANTILS – IDIOMES I CUINA

TE22171 **CUINA CREATIVA EN ANGLÈS**

Per a Infants de 12 a 14 anys. Curs per aprendre anglès de manera intuïtiva, jugant, en moviment, de manera dinámica i divertida.
Dissabte de 10 a 12 h, d'octubre a juny
Preu: 100 €
Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

INFANTILS – ESCACS I JOCS DE TAULA

TE22086 **ESCACS**

Per a infants de 10 a 16 anys, adreçat a joves que ja tenen les nocions bàsiques dels escacs. Es treballarà l'estratègia, la tàctica, les obertures, el rellotge…
Dilluns de 17 a 18 h, d'octubre a juny
Preu: 20 € mensual
Organitza: Associació Club d'Escacs de Santa Eugènia

IMPORTANT!

Totes les activitats es realitzaran al Centre **Cívic Ter excepte si s'especifica una altra ubicació a la informació.**

PISSARRA DEL TER

JUVENILS

També hi poden participar joves a partir de 16 anys als següents cursos i tallers:

-TE22001 COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 15.30 H)
-TE22002 COSTURA PRÀCTICA (DIJOUS)
-TE22003 COSTURA PRÀCTICA (DIMECRES)
-TE22004 COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 18.15 H)
-TE22008 PATCHWORK (DIMARTS MATÍ)
-TE22009 PATCHWORK (DIMARTS TARDA)
-TE22010 PATCHWORK (DILLUNS)
-TE22011 CARES DE PATCHWORK AMB 4 ROBES
-TE22005 APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (NOVEMBRE)
-TE22006 APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (FEBRER)
-TE22007 APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (MAIG)
-TE22000 PATRONATGE SISTEMA MARTÍ
-TE22019 URBAN SKETCHING
-TE22020 AUTODEFENSA FEMINISTA EMOCIONAL RESTAURATIVA
-TE22106 FES SENTIR LA TEVA VEU FENT RÀDIO
-TE22138 EDICIÓ DIGITAL I COMUNICACIÓ GRÀFICA
-TE22107 ELABORACIÓ DE SABONS I NETEJADORS SENSE TÒXICS PER A LA LLAR
-TE22122 PERCUSSIÓ DE CAVALCADA
-TE22123 XANQUERS DELS REIS MAGS
-TE22041/TE22042 DANSA DEL VENTRE (INICIACIÓ / NIVEL MIG)
-TE22043/TE22044 SEVILLANES INTENSIU (TARDOR / PRIMAVERA)
-TE22050 BIODANSA

PERÍODE DE PREINSCRIPCIONS: De l'1 al 14 de setembre

SORTEIG DE PLACES: Divendres 16 de setembre

FORMALITZACIÓ DE LA MATRÍCULA: A partir del 16 de setembre rebreu un correu electrònic informant-vos que podeu consultar la resolució de places mitjançant el vostre usuari i contrasenya a la web

www.girona.cat/inscripcions

Si no teniu connexió a casa podeu adreçar-vos als Esp@isInternet del centre cívic i/o fer la preinscripció presencialment al centre cívic.

ESCOLA DE FAMÍLIA: NADONS

TE22146 – "BLW" ALIMENTACIÓ COMPLEMENTÀRIA AUTOREGULADA

La incorporació de diferents aliments a la dieta del lactant pot generar dubtes. En aquesta xerrada aprendrem en què consisteix el BLW. Què cal tenir en compte i com iniciar-nos en l'alimentació complementària de les nostres filles i fills amb preparacions diferents als triturats.

Dimarts 8 i 15 de novembre de 17 a 18.30 h

TE22142/TE22155 – PRIMERS AUXILIS AMB NADONS (OCTUBRE I FEBRER)

T'informarem de les principals situacions de risc per a la salut del teu nadó i com afrontar-les.

TE22142 - Dijous 13 d'octubre de 15.30 a 17 h
TE22155 - Dijous 9 de febrer de 15.30 a 17 h

TE22156/TE22157– CANÇONS I JOCS DE FALDA (NOVEMBRE I FEBRER)

Descobrir experiències sensorials i motrius noves que afavoreixen el desenvolupament del teu nadó aprenent una nova manera de comunicar-te amb ell mitjançant el joc musical.

TE22156 - Dissabte 26 de novembre de 10.30 a 11.15 h
TE22157 - Dissabte 11 de febrer de 10.30 a 11.15 h

ACTIVITATS GRATUÏTES
INSCRIPCIONS: HTTPS://SEU.GIRONA.CAT/SI/

ESCOLA DE FAMÍLIA: INFANTS

TE22143 – GRUP DE CRIANÇA I AUTOCURA PER FAMÍLIES (2-7 ANYS)

Espai per posar consciència dels moments que vivim, per observar i donar resposta a les necessitats emocionals. Compartir experiències i eines que ens permetran avançar i aprendre dels propis recursos i habilitats.

Dissabte 8 d'octubre a les 10 h

TE22144 – COM PARLEM DE LA MORT I EL DOL AMB ELS INFANTS

La xerrada estarà orientada a compartir com vivim la mort en família, com gestionem els dols per diferents pèrdues significatives i com ho viuen els infants segons la seva edat.

Divendres 21 d'octubre a les 19 h

TE22148 – EL REPTE DE L'EDUCACIÓ EN UN MÓN DIGITAL

Quins són els diferents tipus d'ús dels dispositius tecnològics tenint en compte l'edat dels infants i la família en un món digital canviant. Cal posar límits a l'accés a les xarxes i a l'ús de mòbils i tauletes?

Dijous 1 de desembre a les 18.30 h

TE22147 – ENS SEPAREM. I ARA QUÈ?

Oferim estratègies per a facilitar una bona gestió en l'acompanyament per tal que l'adaptació a aquesta nova vida sigui el més funcional i adaptativa possible. Aportem eines per fer aquest moment més fàcil i segur pel benestar psicoemocional dels nostres infants.

Divendres 27 de gener a les 17.30 h

TE22152 – COM PARLAR DE SEXUALITAT EN LA INFÀNCIA

Com a famílies quan i com hem començat a parlar de sexualitat amb les nostres filles i fills? Parlarem de com millorar l'educació afectivo-sexual reforçant el valor i el respcte a través d'una mirada positiva..

Dijous 16 de febrer a les 17.30 h

ACTIVITATS GRATUÏTES
INSCRIPCIONS: HTTPS://SEU.GIRONA.CAT/SI/

ESCOLA DE FAMÍLIA: ADOLESCENTS

TE22141 – APRÈN A POSAR LÍMITS EN L'ADOLESCÈNCIA

Posar límits ens genera preocupació, en aquesta xerrada aprendràs estratègies i pautes pràctiques que podràs fer servir en el teu dia a dia amb els adolescents. Podràs identificar el moment en què s'ha de posar límits, treballar el compromís i augmentar la responsabilitat.
A càrrec de Sara Desirée Ruiz

Dijous 30 d'octubre a les 18.30 h

TE22145 – ADDICCIONS A LES PANTALLES EN L'ADOLESCÈNCIA

Les noves tecnologies han fet la vida més fàcil i agradble en molts sentits però també són font de malestar i problemes quan es fa un ús excessiu, especialment entre els joves.

Dijous 10 de novembre a les 19 h

TE22149 – COM PARLAR DE SEXUALITAT EN L'ADOLESCÈNCIA

Com a famílies quan i com hem començat a parlar de sexualitat amb les nostres filles i fills? Parlarem de com millorar l'educació afectivo-sexual, reforçant el valor i el respecte a través d'una mirada positiva..

Dijous 15 de desembre a les 19 h

TE22151 – XERRADA SOBRE TRANS I LES IDENTITATS NO BINÀRIES

És un tema molt actual a la societat d'avui en dia entre els nostres joves. Parlarem sobre com afecta, com oferir el nostre recolzament... i donarem a conèixer la nova "Oficina de Trànsit de Girona".

Dijous 26 de gener a les 18.30 h

ACTIVITATS GRATUÏTES
INSCRIPCIONS: HTTPS://SEU.GIRONA.CAT/SI/

ACTIVITATS EN FAMÍLIA

TE22045 – TALLER DE PALMES I PERCUSSIÓ EN FAMÍLIA

Primer contacte amb el món del flamenc per gaudir-ho entre pares i infants. Veniu a conèixer el flamenc a través de la música i el ball, atreviu-vos i trobareu un món desconegut que us emocionarà.
En el marc del festival FlamenGi.

Dissabte 5 de novembre a les 10 h

TE22158 – DÓNA LA VOLTA A LES LLEGENDES

Un taller ple d'activitats que es complementa amb una exposició on es treballaran els personatges de les llegendes de Girona que ens ensenyaran a donar la volta a les seves històries.

Divendres 11 de novembre a les 17 h

TEATRE: CENDRES DE FERRAN JOANMIQUEL

Cendres és un espectacle que aborda la temàtica del dol per a un públic familiar a través dels ulls d'un nen de 12 anys. Aquesta proposta teatral va acompanyada d'un debat dinamitzat pels artistes i dissenyat perquè les famílies hi puguin participar.

Dijous 17 de novembre a les 17.30 h

TE22150 – LA REGLA MOLA (SI SAPS COM FUNCIONA)

Un espai de trobada on compartirem coneixements, experiències i dubtes entorn a la primera regla. Explicarem com poder llegir en el cos que ja s'apropa la menarquia i els grans canvis que comporta el sagnat menstrual, el cicle menstrual i la fertilitat.

Dijous 19 de gener a les 17.30 h

TE22153 – HORT URBÀ EN FAMÍLIA

Aprendre a cultivar verdures a casa sense que ens limiti l'espai ni els mitjans. Fer un hort és un procés revolucionari i terapèutic que ens reconnecta als nostres orígens i ens ajuda a ser més autosuficients.

Dissabtes 18/02, 11/03 i 22/04
a les 10 h

ACTIVITATS GRATUÏTES
INSCRIPCIONS: HTTPS://SEU.GIRONA.CAT/SI/

ACTIVITATS EN FAMÍLIA: PASSEJADES

PASSEJADA PER A CONÈIXER MASIES FORTIFICADES, FÒSSILS I ALTRES VESTIGIS A L'ESQUERRA DEL TER

Acompanyats del Grup Excursionista Taialà farem una passejada de dificultat baixa en família per l'entorn de l'Esquerra del Ter.
El punt de trobada serà el Centre Cívic Ter.
S'ha d'inscriure una persona adulta que pot anar acompanyada de màxim 3 membres de la família. Cal portar roba i calçat adient, esmorzar, beguda i ganes de passar-ho bé!

Diumenge 13 de novembre
de 9.30 a 13.30 h
(En cas de pluja es farà el 20 de novembre)

EXCURSIÓ: PASSEJADA PELS VOLTANTS DEL RIU TER

Acompanyats del Grup Excursionista Taialà farem una passejada de dificultat baixa en família per l'entorn de l'Esquerra del Ter.
Farem la ruta del Mirador del riu, deveses d'en Bru i Font de la Teula.
S'ha d'inscriure una persona adulta que pot anar acompanyada d'un màxim de 3 membres de la família. Cal portar roba i calçat adient, esmorzar, beguda i ganes de passar-ho bé!

Diumenge 16 d'abril
de 9.30 a 11.30 h
(En cas de pluja es farà el 7 de maig)

ACTIVITATS GRATUÏTES
INSCRIPCIONS: HTTPS://SEU.GIRONA.CAT/SI/

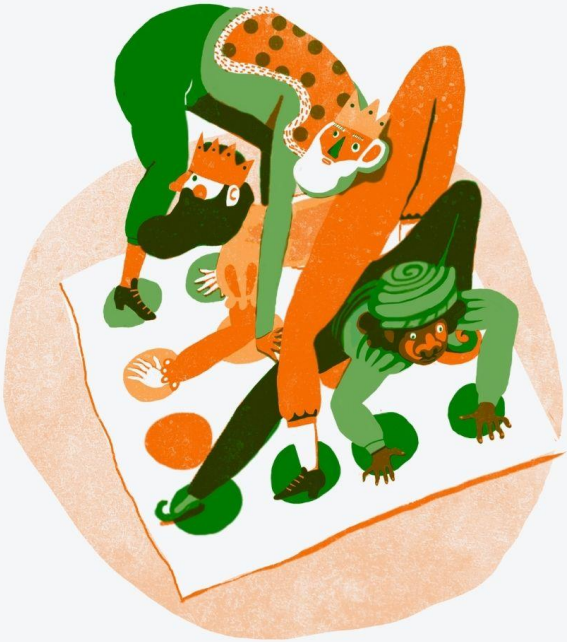
JOCS DE TAULA EN FAMÍLIA

Tots els divendres
de 17 a 19.30 h

Veniu a jugar amb els millors jocs de taula familiars, més enllà del parxís, l'oca i el monoply hi ha vida. Un espai de trobada gratuït i obert per a tothom!

Preu: gratuït
Organitza: Centre Cívic Ter - Pissarra del Ter
Activitat oberta
Per més informació consulteu al Centre Cívic Ter

PARC INFANTIL DE NADAL



DIMARTS 27, DIMECRES 28 I DIJOUS 29 DE DESEMBRE
DE 16 A 19 H
PREU: 3 € PER FAMÍLIA

AL CENTRE CÍVIC TER

PISSARRA DEL TER

MERCAT D'INTERCANVI

I FIRA DE 2a MA INFANTIL

REGALA'LS UN NOU DESTÍ

VINE A COMPRAR GANGUES DE SEGONA MÀ!

Dissabte 10 de desembre

De 10 a 14 h

Aparcament Pavelló de Fontajau

AMB ACTIVITATS PER TOTA LA FAMÍLIA!

En cas de pluja le mercat es realitzarà el dissabte 17 de desembre

Fira en format familiar

Cada paradista ha de portar la seva taula i cadira

Reserves al Centre Cívic Ter: 972 414 952 / ccter@ajgirona.cat

Organitza:

AFA Escola Taialà, AFA Escola Domeny, AFA Escola Balandrau, AFA IES Carles Rahola i Centre Cívic Ter

Servei Municipal
Biblioteques de Girona

També tens un munt d'activitats a la Biblioteca Antònia Adroher per a infants i famílies que no et pots perdre!

-La capsa de les paraules
Dimecres 21/09, 19/10, 09/11 i 30/11 a les 17.30 h.
A càrrec de Glòria Matas. Adreçat a famílies i infants a partir de 3 anys.

-Música amb bolquers
Dissabte 8/10 a les 11 h.
A càrrec d'Aina Camp. Adreçat a famílies i infants d'1 a 3 anys.

-On és la mama?
Dissabte 5/11 a les 11 h.
A càrrec d'Olga Cercós. Adreçat a famílies i infants de 18 a 36 mesos.

Biblioteques
de Girona

L'HORA DEL CONTE
-Contes al cabàs
Dimecres 14/09, 05/10, 02/11, 16/11 i 14/12 a les 17.30 h.
A càrrec de Glòria Matas. Famílies i infants a partir de 3 anys.
-The chocolate Cake.
Dimecres 28/09 a les 17.30 h.
A càrrec de Funengo. Famílies i infants de 3 a 6 anys.
-El mico i la tortuga
Dimecres 23/11 a les 17.30 h.
A càrrec de Cacauet Teatre. Famílies i infants a partir de 3 anys.
-**Contes contats i ben acabats per a les festes de Nadal**
Dimecres 21/12 a les 17.30 h.
A càrrec d'Alma i la mar de contes. Famílies i infants a partir de 3 anys.
-La capseta màgica
Dimecres 26/10 a les 17.30 h.
A càrrec d'Eva Espinosa. Famílies i Infants a partir de 5 anys.

Pots consultar totes les activitats a :
www.girona.cat/biblioteques/cat
(A la secció "Equipaments" trobareu la biblioteca Antònia Adroher)

Juvenil
ARTESANIA TÈXTIL- anuals

TE22003 **COSTURA PRÀCTICA (DIMECRES)**
TE22002 **COSTURA PRÀCTICA (DIJOUS)**

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos o habilitats.
TE22003- Dimecres de 15 a 17 h, d'octubre a juny
TE22002- Dijous de 15.45 a 17.45 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22003** (146 €)**, TE22002** (146 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22001 **COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 15.30 H)**
TE22004 **COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 18.15 H)**

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos o habilitats.
TE22001- Divendres de 15.30 a 18 h, d'octubre a juny
TE22004- Divendres de 18.15 a 20.45 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22001** (180 €)**, TE22004** (182 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22010 **PATCHWORK (DILLUNS)**

Podràs fer múltiples creacions, com ara cobrellits, bosses de ma, làmpares, portamonedes… fent servir robes de colors.
Dilluns de 17 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: 196 €
Organitza: Associació Entremans

TE22008 **PATCHWORK (DIMARTS MATÍ)**
TE22009 **PATCHWORK (DIMARTS TARDA)**

Podràs fer múltiples creacions, com ara cobrellits, bosses de ma, làmpares, portamonedes… fent servir robes de colors.
TE22008- Dimarts de 10 a 13 h, d'octubre a juny
TE22009- Dimarts de 17 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22008** (196 €)**, TE22009** (196 €)
Organitza: Associació Entremans

Juvenil
ARTESANIA TÈXTIL- anuals

TE22000 **PATRONATGE SISTEMA MARTÍ**

Permet l'adaptació de la peça de roba al cos de la persona. Aprendrem a prendre mesures i elaborar patrons base.
Dijous de 18 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: 200 €
Organitza: Associació Entremans

Juvenil
ARTESANIA TÈXTIL- monogràfics

TE22005 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (NOVEMBRE)**
TE22006 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (FEBRER)**
TE22007 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (MAIG)**

Adreçat a persones que vulguin tenir nocions bàsiques del funcionament d'una màquina de cosir o vulguin aprofundir allò que ja saben.
TE22005- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, novembre
TE22006- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, febrer
TE22007- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, maig
Preu: **TE22005** (40 €**), TE22006** (41 €), **TE22007** (42 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22011 **FES EL TEU RETRAT AMB PATCHWORK**

Amb la fotografia que més t'agradi i 4 robes diferents crearem un retrat molt original de patrchwork. No necessites saber cosir amb màquina ni coneixements previs de patchwork.
Dissbte 15 i 22 d'octubre, de 10 a 14 h
Preu: 50 €
Organitza: Associació Entremans

Juvenil
DANSA I BALL- anual

TE22033 **ANGLÈS I DANSA IRLANDESA**

La dansa com un espai per gaudir i divertir-se mentre aprenem anglès. Una porta cap a la cultura del món anglosaxó.
Dijous de 18.30 a 19.30 h, d'octubre a juny
Preu: 72 € (1r quadrimestre)
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

Juvenil
DANSA I BALL- anuals

TE22036 **DANSA IRLANDESA PER JOVES AVANÇAT**

Apte per noies i nois que ja tinguin coneixements de dansa irlandesa a partir de 12 anys.
Divendres de 19.15 a 20.30 h, d'octubre a juny
Preu: 216 €
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

---

TE22041 **DANSA DEL VENTRE (INICIACIÓ)**
TE22042 **DANSA DEL VENTRE (NIVELL MIG)**

La dansa del ventre és una de les danses més antigues que es conserven. Ha estat una font espiritual que ha creat comunitat entre dones i exhibida arreu de tot el món.
TE22041- Dimarts de 18.30 a 19.30 h, d'octubre a maig
TE22042- Dimarts de 19.30 a 20.30 h, d'octubre a maig
Preu: **TE22041** (75 € 1r quadrimestre**), TE22042** (75 € 1r quadrimestre)
Organitza: FODANSA

Juvenil
DANSA I BALL- monogràfics

TE22043 **SEVILLANES INTENSIU TARDOR**
TE22044 **SEVILLANES INTENSIU PRIMAVERA**

Aprendrem a ballar sevillanes, els seus passos, careos, passades i al mateix temps coordinar braços i mans. Reconeixerem el seu ritme i compàs.
TE22043- Dimarts de 17 a 18 h, octubre i novembre
TE22044- Dimarts de 17 a 18 h, març i abril
Preu: **TE22043** (49 €**), TE22044** (48 €)
Organitza: FODANSA

Juvenil
CREIXEMENT PERSONAL – anual

TE22050 **BIODANSA**

Espai vivencial per posar en moviment la vida des de la cura, la escolta i la trobada en grup, per explorar el nostre moviment quotidià amb dansa, música i joc.
Dijous de 10 a 12 h, d'octubre a maig
Preu: 119 € (1r quadrimestre)
Organitza: FODANSA

Juvenil
CREIXEMENT PERSONAL - monogràfics

TE22020 **AUTODEFENSA FEMINISTA EMOCIONAL RESTAURATIVA**

Permet augmentar la consciencia de l'espai amb la de la postura, la comunicació verbal i no verbal com a eines per potenciar la seguretat física i emocional, donant eines per ajudar en situacions de violència física.
Dissabtes 1, 8, 15 i 22 d'octubre, de 9 a 13 h
Preu: 61 €
Organitza: Associació Entremans

Juvenil
DIBUIX I PINTURA - monogràfics

TE22019 **URBAN SKETCHING**

Aprendrem les bases tècniques de l'urban sketching, tractarem la composició i la perspectiva i ens iniciarem en l'ús de les aquarel·les.
Dijous d'octubre i novembre, de 16 a 18 h
Preu: 75 €
Organitza: Associació Entremans

Juvenil
TEATRE I ARTS ESCÈNIQUES - monogràfics

TE22122 **PERCUSSIÓ DE CAVALCADA**

Sessió de percussió per aprendre a tocar "Visca el tres reis" i cançons populars. Si vens a tocar la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.
Divendres 30 de desembre, dilluns 2 i dimarts 3 de gener, de 20 a 22 h
Preu: 5 €
Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL LOCAL SOCIAL DE TAIALÀ

TE22123 **XANQUERS REIS MAGS**

Sessió perquè puguis fer de xanquer. Nosaltres posem les xanques! Si vens la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.
Dimecres 28 de desembre, de 20 a 22 h
Preu: 5 €
Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL LOCAL SOCIAL DE TAIALÀ

Juvenil
COMUNICACIÓ, NOVES TECNOLOGIES I ROBÒTICA

TE22106 **FES SENTIR LA TEVA VEU FENT RÀDIO**

Busquem joves que es vulguin afegir al projecte del podcast "El Muntacàrregues", segur que tens idees pròpies o experiències per explicar.
Dilluns de 18 a 19.30 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït
Organitza: Centre Cívic Ter

TE22138 **EDICIÓ DIGITAL I COMUNICACIÓ GRÀFICA**

Per assolir habilitats en la creació digital, fer un ús creatiu de les xarxes socials i millorar la teva presència a internet.
Dimarts d'octubre a desembre, de 11 a 13 h
Preu: Gratuït
Organitza: FAVIBC

Juvenil
ESCACS I JOCS DE TAULA - anual

TE22086 **CURS D'ESCACS (NIVELL II)**

S'ha de tenir nocions bàsiques dels escacs. Es treballarà l'estratègia, la táctica, les obertures, apuntar a la plantilla i el rellotge.
Dilluns de 17 a 18 h, d'octubre a juny
Preu: 20 € mensuals
Organitza: Club d'Escacs de Santa Eugènia

Juvenil
NATURA, ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT

TE22107 **ELABORACIÓ DE SABONS I NETEJADORS SENSE TÒXICS PER A LA LLAR**

Farem sabons per rentar la roba, netejador multiusos per a superficies, neteja de vidres i sabó per a la màquina del rentavaixelles.
Dissabte 12 de novembre, de 10 a 13 h
Preu: 5 €
Organitza: Centre Cívic Ter

ESPAI OBERT D'AMIGUES DEL PATCHWORK

Espai per a aficionades que vulguin intercanviar tècniques. Es farà un treball conjunt de fi de curs per destinar-lo a una causa solidària que s'esculli amb el grup.

NOMÉS PER LES ALUMNES DELS TALLERS DE PATCHWORK.

Segon dissabte de mes de 10 a 13 h, d'octubre a juny

Preu: Gratuït

Organitza: Associació Entremans

INTERCANVI DE CONEIXEMENTS DE PUNTES DE COIXÍ

Espai d'intercanvi de puntes de coixí. Vine amb la teva labor, comparteix i intercanvia els teus coneixements amb altres persones aficionades.

NO ES FAN CLASSES. NOMÉS PER PUNTAIRES QUE JA SABEN COSIR.

Dijous de 16 a 17.45 h, d'octubre a juny

Preu: Gratuït

Organitza: Centre Cívic Ter

INTERCANVI DE CONEIXEMENTS DE LABORS

Vine amb la teva labor, comparteix i intercanvia els teus coneixements amb altres persones aficionades.

Dimecres de 18 a 20 h, d'octubre a juny

Preu: Gratuït

Organitza: Centre Cívic Ter

adults
DIBUIX I PINTURA - monogràfics

TE22019 **URBAN SKETCHING**

Aprendrem les bases tècniques de l'urban sketching, tractarem la composició i la perspectiva i ens iniciarem en l'ús de les aquarel·les.
Dijous d'octubre i novembre, de 16 a 18 h
Preu: 75 €
Organitza: Associació Entremans

adults
ARTESANIA TÈXTIL - anuals

TE22003 **COSTURA PRÀCTICA (DIMECRES)**
TE22002 **COSTURA PRÀCTICA (DIJOUS)**

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos o habilitats.
TE22003- Dimecres de 15 a 17 h, d'octubre a juny
TE22002- Dijous de 15.45 a 17.45 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22003** (146 €**), TE22002** (146 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22001 **COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 15.30 H)**
TE22004 **COSTURA PRÀCTICA (DIVENDRES 18.15 H)**

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos o habilitats.
TE22001- Divendres de 15.30 a 18 h, d'octubre a juny
TE22004- Divendres de 18.15 a 20.45 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22001** (180 €**), TE22004** (182 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22010 **PATCHWORK (DILLUNS)**

Podràs fer múltiples creacions, com ara cobrellits, bosses de ma, làmpares, portamonedes… fent servir robes de colors.
Dilluns de 17 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: 196 €
Organitza: Associació Entremans

adults
ARTESANIA TÈXTIL - anuals

TE22008 **PATCHWORK (DIMARTS MATÍ)**
TE22009 **PATCHWORK (DIMARTS TARDA)**

Podràs fer múltiples creacions, com ara cobrellits, bosses de ma, làmpares, portamonedes… fent servir robes de colors.
TE22008- Dimarts de 10 a 13 h, d'octubre a juny
TE22009- Dimarts de 17 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: **TE22008** (196 €**), TE22009** (196 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22000 **PATRONATGE SISTEMA MARTÍ**

Permet l'adaptació de la peça de roba al cos de la persona. Aprendrem a prendre mesures i elaborar patrons base.
Dijous de 18 a 20 h, d'octubre a juny
Preu: 200 €
Organitza: Associació Entremans

adults
ARTESANIA TÈXTIL - monogràfics

TE22005 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (NOVEMBRE)**
TE22006 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (FEBRER)**
TE22007 **APREN A COSIR AMB LA TEVA MÀQUINA (MAIG)**

Adreçat a persones que vulguin tenir nocions bàsiques del funcionament d'una màquina de cosir o vulguin aprofundir allò que ja saben.
TE22005- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, novembre
TE22006- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, febrer
TE22007- Dimecres de 17.15 a 19.15 h, maig
Preu: **TE22005** (40 €**), TE22006** (41 €), **TE22007** (42 €)
Organitza: Associació Entremans

TE22011 **FES EL TEU RETRAT AMB PATCHWORK**

Amb la fotografia que més t'agradi i 4 robes diferents crearem un retrat molt original de patrchwork. No necessites saber cosir amb màquina ni coneixements previs de patchwork.
Dissbte 15 i 22 d'octubre, de 10 a 14 h
Preu: 50 €
Organitza: Associació Entremans

TE22013 **ESTIRAMENTS I FELIXIBILITAT (DIMARTS)**

Tècniques de respiració i estirament que afluixen les parts rígides del cos passant a un estat flexible i saludable. L'energia circula millor i permet vitalitat a les cèl·lules.
Dimarts de 15.30 a 16.30 h, d'octubre a juny
Preu: 122 €
Organitza: Associació Entremans

TE22012 **ESTIRAMENTS I FLEXIBILITAT (DIVENDRES)**

Tècniques de respiració i estirament que afluixen les parts rígides del cos passant a un estat flexible i saludable. L'energia circula millor i permet vitalitat a les cèl·lules.
Divendres de 10 a 11 h, d'octubre a juny
Preu: 120 €
Organitza: Associació Entremans

TE22014 **KUNDALINI IOGA**

És un estil de ioga que a través de la pràctica de postures en combinació amb la respiració busca equilibrar els chakras per prevenir i sanar dolors físics i emocionals.
Divendres de 15.30 a 17 h, d'octubre a juny
Preu: 160 €
Organitza: Associació Entremans

TE22017 **PILATES DINÀMIC (DIMARTS)**

Mitjançant una sèrie d'exercicis dinàmics aconseguim millorar l'estabilitat, l'equilibri i la respiració, alhora que prenem consciència del nostre propi cos.
Dimarts de 19.30 a 20.30 h, d'octubre a juny
Preu: 140 €
Organitza: Associació Entremans

TE22018 **PILATES DINÀMIC (DIMECRES)**

Mitjançant una sèrie d'exercicis dinàmics aconseguim millorar l'estabilitat, l'equilibri i la respiració, alhora que prenem consciència del nostre propi cos.
Dimecres de 20.30 a 21.30 h, d'octubre a juny
Preu: 141 €
Organitza: Associació Entremans

TE22084 **PILATES**

Treballem tota la musculatura, principalment la zona abdominal i el sól pèlvic, a través d'una tècnica sense impacte ni risc per a les articulacions.
Divendres de 17 a 18 h, d'octubre a juny
Preu: 140 €
Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

TE22085 **HIPOPRESSIUS**

Millora el to de la musculatura del perineu, enforteix la faixa abdominal, ajuda a reduir la cintura, redueix mals d'esquena i millora la postura.
Dimecres de 9.15 a 10.15 h, d'octubre a juny
Preu: 140 €
Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

TE22071 **IOGA (DILLUNS 19 H)**
TE22072 **IOGA (DILLUNS 20.30 H)**

A partir del coneixement profund del cos i la psique farem servir diferents postures que es combinen de forma respectuosa cap a les persones que les practiquen.
TE22071- Dilluns de 19 a 20.15 h, d'octubre a juny
TE22072- Dilluns de 20.30 a 21.45 h, d'octubre a juny
Preu: 144 € (preu per activitat)
Organitza: AV Germans Sàbat

TE22073 **IOGA (DIMARTS 10 H)**

A partir del coneixement profund del cos i la psique farem servir diferents postures que es combinen de forma respectuosa cap a les persones que les practiquen.
Dimarts de 10 a 11.15 h, d'octubre a juny
Preu: 144 €
Organitza: AV Germans Sàbat

TE22074 **IOGA (DIMECRES 17.30 H)**
TE22075 **IOGA (DIMECRES 19 H)**

A partir del coneixement profund del cos i la psique farem servir diferents postures que es combinen de forma respectuosa cap a les persones que les practiquen.
TE22074- Dimecres de 17.30 a 18.45 h, d'octubre a juny
TE22075- Dimecres de 19 a 20.15 h, d'octubre a juny
Preu: 144 € (preu per activitat)
Organitza: AV Germans Sàbat

adults
ACTIVITATS FÍSIQUES - anuals

TE22076 **IOGA (DIJOUS 10 H)**
TE22077 **IOGA (DIJOUS 11.30 H)**

A partir del coneixement profund del cos i la psique farem servir diferents postures que es combinen de forma respectuosa cap a les persones que les practiquen.
TE22076- Dijous de 10 a 11.15 h, d'octubre a juny
TE22077- Dijous de 11.30 a 12.45 h, d'octubre a juny
Preu: 144 € (preu per activitat)
Organitza: AV Germans Sàbat

adults
DANSA I BALL - anuals

TE22031 **DANSES CELTES ADULTS INICIACIÓ**

Segur que has vist Titanic, coneixes la música celta o has viatjat a Irlanda. En aquest curs faràs exercici sense adonar-te'n i milloraràs l'agilitat i l'equilibri.
Dijous de 16.30 a 17.30 h, d'octubre a juny
Preu: 86 € (1r quadrimestre)
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE22037 **DANSA IRLANDESA PER TOTHOM**

Segur que has vist Titanic, coneixes la música celta o has viatjat a Irlanda. En aquest curs faràs exercici sense adonar-te'n i milloraràs l'agilitat i l'equilibri.
Dissabtes quinzenals de 11.30 a 13.30 h, d'abril a juny
Preu: 8 € per sessió
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

adults
DANSA I BALL - anuals

TE22034 **DANSA IRLANDESA ADULTS**

Segur que has vist Titanic, coneixes la música celta o has viatjat a Irlanda. En aquest curs faràs exercici sense adonar-te'n i millorаràs l'agilitat i l'equilibri.
Dijous de 19.30 a 20.30 h, d'octubre a juny
Preu: 82 € (1r quadrimestre)
Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

---

TE22041 **DANSA DEL VENTRE (INICIACIÓ)**
TE22042 **DANSA DEL VENTRE (NIVELL MIG)**

La dansa del ventre és una de les danses més antigues que es conserven. Ha estat una font espiritual que ha creat comunitat entre dones i exhibida arreu de tot el món.
TE22041- Dimarts de 18.30 a 19.30 h, d'octubre a maig
TE22042- Dimecres de 19.30 a 20.30 h, d'octubre a maig
Preu: **TE22041** (75 € 1r quadrimestre**), TE22042** (75 € 1r quadrimestre)
Organitza: FODANSA

TE22135 **DANSA TAHITIANA**

Inclou diferents estils, des de la percussió més vibrant amb moviments de malucs espectaculars, a les cançons més suaus i melodioses.
Dijous de 19 a 20.15 h, d'octubre a juny
Preu: 110 €
Organitza: Associació SOM-HI!!! Natura, Esport, Cultura

adults
DANSA I BALL - monogràfics

TE22043 **SEVILLANES INTENSIU TARDOR**

Aprendrem a ballar sevillanes, els seus passos, careos, passades i al mateix temps coordinar braços i mans. Reconeixerem el seu ritme i compàs.
Dimarts de 17 a 18 h, octubre i novembre
Preu: 49 €
Organitza: FODANSA

adults
DANSA I BALL - monogràfics

TE22044 **SEVILLANES INTENSIU PRIMAVERA**

Aprendrem a ballar sevillanes, els seus passos, careos, passades i al mateix temps coordinar braços i mans. Reconeixerem el seu ritme i compàs.
Dimarts de 17 a 18 h, març i abril
Preu: 48 €
Organitza: FODANSA

TE22048 **MERCAT DE DANSA (DESEMBRE)**

Mercat d'intercanvi i venda de roba de dansa i un tastet de tallers de danses de les diferents disciplines de danses del món.
Dijous 2 de desembre, de 19 a 21 h
Preu: Taquilla inversa
Organitza: FODANSA

TE22049 **MERCAT DE DANSA (ABRIL)**

Mercat d'intercanvi i venda de roba de dansa i un tastet de tallers de danses de les diferents desciplines de danses del món.
Divendres 14 d'abril, de 19 a 21 h
Preu: Taquilla inversa
Organitza: FODANSA

adults
MÚSICA - anuals

TE22101 **CANT CORAL**

Cant coral on aprendrem música de tot arreu, nocions bàsiques de música i diferents tipus de veus.
Dilluns de 10 a 12 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït
Organitza: Centre Cívic Ter

adults
TEATRE I ARTS ESCÈNIQUES - monogràfics

TE22122 **PERCUSSIÓ DE CAVALCADA**

Sessió de percussió per aprendre a tocar "Visca el tres reis" i cançons populars. Si vens a tocar la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.
Divendres 30 de desembre, dilluns 2 i dimarts 3 de gener, de 20 a 22 h
Preu: 5 €
Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL LOCAL SOCIAL DE TAIALÀ

TE22123 **XANQUERS REIS MAGS**

Sessió perquè puguis fer de xanquer. Nosaltres posem les xanques! Si vens la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.
Dimecres 28 de desembre, de 20 a 22 h
Preu: 5 €
Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL LOCAL SOCIAL DE TAIALÀ

TE22124 **ESCOPIDORS DE FOC PER REIS MAGS**

Farem una sessió perquè puguis fer d'escopidor de foc. Si vens a fer d'escopidor de foc la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.
Dijous 29 de desembre de 20 a 22 h
Preu: 5 €
Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL LOCAL SOCIAL TAIALÀ

adults
CREIXEMENT PERSONAL - anual

TE22050 **BIODANSA**

Espai vivencial per posar en moviment la vida des de la cura, l'escolta i la trobada en grup, per explorar el nostre moviment quotidià amb dansa, música i joc.
Dijous de 10 a 12 h, d'octubre a maig
Preu: 119 € (1r quadrimestre)
Organitza: FODANSA

TE22046 **DANSA SANA TARDOR**

Moviments i exercicis de respiració i estiraments terapèutics, expressius i creatius. Movent el cos movem la vida. La dansa sana genera salut física, mental i emocional.
Divendres de 18.30 a 20 h, octubre i novembre
Preu: 65 €
Organitza: Associació FODANSA

TE22047 **DANSA SANA PRIMAVERA**

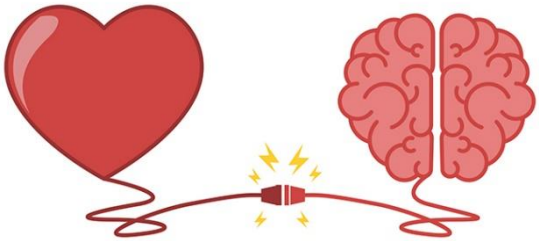
Moviments i exercicis de respiració i estiraments terapèutics, expressius i creatius. Movent el cos movem la vida. La dansa sana genera salut física, mental i emocional.
Divendres de 18.30 a 20 h, febrer i març
Preu: 66 €
Organitza: Associació FODANSA

TE22020 **AUTODEFENSA FEMINISTA EMOCIONAL RESTAURATIVA**

Permet augmentar la consciencia de l'espai amb la de la postura, la comunicació verbal i no verbal com a eines per potenciar la seguretat física i emocional, donant eines per ajudar en situacions de violència física.
Dissabtes 1, 8, 15 i 22 d'octubre, de 9 a 13 h
Preu: 61 €
Organitza: Associació Entremans

TE22131 **AUTOCONEIXEMENT I GESTIÓ EMOCIONAL**

Treballarem per sentir-nos i estar millor en les nostres circumstàncies vitals a través dels nostres pensaments, emocions i conductes i així aconseguir salut i benestar.
Dimecres quinzenals de 18.45 a 20.15 h, d'octubre a desembre
Preu: 40 €
Organitza: Associació APTEN



adults
IDIOMES - anuals

TE22121 **ANGLÈS BÀSIC DE SUPERVIVÈNCIA PER VIATJAR**
Dirigit a persones amb un nivell bàsic o sense coneixements de l'idioma. Tòpics útils per anar de viatge, activitats vivencials i engrescadores.
Dimecres de 9 a 10.30 h, d'octubre a juny
Preu:230€
Organitza: Associació Salsa Jove

TE22061 **CONVERSATIONS EN FRANÇAIS**
Vols practicar francés i conèixer altres persones amb els mateixos interessos? Es proposarà un tema específic de la cultura francesa per treballar-ho junts.
Dilluns de 19.30 a 20.20 h, d'octubre a juny
Preu:104 € (1r quadrimestre)
Organitza: Associació Girouette

adults
COMUNICACIÓ, NOVES TECNOLOGIES I ROBÒTICA - monogràfics

TE22138 **EDICIÓ DIGITAL I COMUNICACIÓ GRÀFICA**
Per assolir habilitats en la creació digital, fer un ús creatiu de les xarxes socials i millorar la seva presencia a internet.
Dimarts de 11 a 13 h, d'octubre a desembre
Preu: Gratuït
Organitza: FAVIBC

adults
CIÈNCIA, LITERATURA I PENSAMENT - anuals

TE22103 **HISTÒRIA DE CATALUNYA**
Coneix de forma dinàmica la història de Catalunya, des de la seva concepció fins els nostres temps, tot passant pels fets polítics, socials i culturals més importants.
Divendres de 18 a 19.30 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït
Organitza: Centre Cívic Ter

adults
CIÈNCIA, LITERATURA I PENSAMENT - monogràfics

TE22104 **DEBAT FILOSÒFIC**

El debat filosòfic es planteja com una conversa oberta i per participar-hi no cal altra disposició que la de compartir amb un esperit obert i crític les pròpies idees.
Primer dimarts de mes de 19.15 a 20.45 h, d'octubre a maig
Preu: Gratuït
Organitza: Centre Cívic Ter

adults
NATURA, ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT - anuals

TE22083 **COM CREAR I TENIR CURA D'UN BONSAI**

En aquest curs aprendrem a tenir cura d'un bonsai, quines necessitats té, quines són les pautes a seguir per crear-los i cuidar-los de la millor manera possible.
Divendres de 19 a 20.45 h, d'octubre a juny
Preu: 25 €
Organitza: Associació Culture Bonsai

adults
NATURA, ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT - monogràfics

TE22107 **ELABORACIÓ DE SABONS I NETEJADORS SENSE TÒXICS PER A LA LLAR**

Farem sabons per rentar la roba, netejador multiusos per a superfícies, neteja de vidres i sabó per a la màquina del rentavaixelles.
Dissabte 12 de novembre, de 10 a 13 h
Preu: 5 €
Organitza: Centre Cívic Ter

PROJECTE IN

GRATUÏT

SERVEI DE SUPORT I ASSESSORAMENT EN INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

Aprenentatge inicial personalitzat d'informàtica (ofimàtica)

Ús dels principals programes i aplicacions informàtiques i digitals:
Xarxes socials, correu electrònic, videotrucades i trobades virtuals, compres-on line, WhatsApp, ús i manteniment de mòbils i tauletes, etc

TRUCA AL TEU CENTRE CÍVIC DE REFERÈNCIA

Ho organitza:
Ajuntament de Girona
Xarxa de Centres Cívics de Girona

Hi col·labora:
Dipsalut Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona
CONSELL DE COHESIÓ I SERVEIS SOCIALS DE GIRONA

girona ets tu

TALLERS DE MEMÒRIA

eines per a un cervell en forma

Activitat d'estimulació cognitiva dirigida a gent gran

Els Centres Cívics de Girona posen a l'abast espais de trobades setmanals, guiats per professionals, que ajuden als participants a agilitzar i reactivar els mecanismes de la memòria.

TRUCA AL TEU CENTRE CÍVIC DE REFERÈNCIA

PROGRAMACIÓ PER A LA GENT GRAN A L'ESQUERRA DEL TER

ASSOCIACIÓ DE PENSIONISTES I JUBILATS DE TAIALÀ
Carrer Modeguera Gran, 1. 17007 Girona
Telefon: 972 22 76 27 Fax: 972 22 89 71

Al llarg de l'any podeu participar a xerrades, cursos i tallers, temes de salut, festes i celebracions, sortides i excursions...
No us ho perdeu!
Mireu les cartelleres o veniu a demanar informació al Casal de la Gent Gran de Taialà o al Centre Cívic Ter.

TE22092 **BALLS EN LÍNEA (NIVELL 1)**
TE22093 **BALLS EN LÍNEA (NIVELL 2)**
TE22094 **BALLS EN LÍNEA (NIVELL 3)**

Vine a aprendre passos i coreografies de balls de saló per ballar sense parella.
TE22092 i TE22093- Dijous de 18.45 a 19.45 h, d'octubre a juny
TE22094- Divendres de 20 a 21 h, d'octubre a juny
Preu: 15 €. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: Ass. Pensionistes i Jubilats de Taialà
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN TAIALÀ

TE22095 **COSTURA I ARTESANIA EN FIL I LLANA**

Farem disfresses de carnestoltes, vestits de paper, etc. També t'ajudarem a fer les teves pròpies creacions.
De dilluns a divendres de 15.30 a 17 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: Ass. Pensionistes i Jubilats de Taialà
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN TAIALÀ

TE22090 **PLAYBACK**

Vols cantar imitant els teus artistes preferits? Anima't a participar en aquesta activitat de playback i recorda que... qui canta els seus mals espanta!
Dimarts de 17 a 18.45 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: Ass. Pensionistes i Jubilats de Taialà
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN TAIALÀ

GIMNÀSTICA DOLÇA

La gimnàstica dolça ofereix la possibilitat de moure el cos d'una manera sana i efectiva. A les classes es combinen exercicis de tonificació, resistència, equilibri i flexibilitat. L'objectiu d'aquests exercicis és conservar i millorar la condició física, la qualitat de vida i mantenir-se més actius tot afavorint les relacions socials.
Dilluns, dimecres i divendres de 9.30 a 10.20 h, d'octubre a juny
Inici: 1 d'octubre al Hall Nord Oest Pavelló de Fontajau. A partir del 17 d'octubre al casal de la Gent Gran Taialà.
Preu: 49,23 € (si es fan 2 dies)
Preu: 73,85 € (si es fan 3 dies)
Del 25 d'agost al 7 de setembre, inscripcions: www.girona.cat/esports
Organitza: Ajuntament de Girona
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN TAIALÀ

TE22091 **GRUP DE CANT TAIALÀ**

Tens ganes de cantar? De passar-ho bé compartint l'afició pel cant? Vine amb nosaltres i gaudeix de la música en bona companyia.
Dilluns i dimecres de 17.30 a 19 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: Ass. Pensionistes i Jubilats de Taialà
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN DE TAIALÀ

TE22088 **JOCS DE TAULA PER LA MEMÒRIA**

Millora la teva memòria a partir de jocs de taula de sempre i nous. Des del clàssic joc del dòmino fins a altres més moderns com el Dixit.
Dimarts i dijous de 11 a 12.30 h, de setembre a juny
Preu: Gratuït. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: FAVICB i Ass. Pensionistes i Jubilats de Taialà
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN DE TAIALÀ

TE22087 **LLENGUA CASTELLANA**

Taller per ajudar a aprendre les normes més bàsiques per escriure en llengua castellana sense faltes i poder llegir amb facilitat.
Dimarts de 16 a 17 h, de setembre a juny
Preu: Gratuït. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: FAVIBC
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL GENT GRAN DE TAIALÀ

TE22137 **ORTOGRAFIA I LECTURA EN CASTELLÀ**

Millora l'expressió oral i escrita i repassa les normes bàsiques de gramàtica.
Dijous de 9 a 10.30 h, de setembre a juny
Preu: Gratuït. **Inscripcions: Mónica Canals, tel. 687 74 34 84**
Organitza: FAVIBC
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CENTRE CÍVIC TER

TE22096 **GRUP DE TEATRE**

Tens ganes de fer nous amics i potenciar la memòria passant-ho bé a dalt d'un escenari? T'agrada el teatre? Aquesta és la teva oportunitat!
Divendres de 17 a 18.15 h, d'octubre a juny
Preu: 20 €. **Cal ser soci. Inscripcions al Casal de Pensionistes, en l'horari d'atenció al públic.**
Organitza: Ass. La Intempèrie
L'ACTIVITAT ES REALITZA AL CASAL DE LA GENT GRAN TAIALÀ

ANEM A CAMINAR

Ens movem i fem exercici per mantenir la vitalitat. Anem a caminar amb el CAP Dr. Joan Vilaplana.
Dilluns i dijous de 9.30 a 11 h, d'octubre a juny
Preu: Gratuït.
Organitza: CAP Dr. Joan Vilaplana
Inscripcions al CAP Dr. Joan Vilaplana

XXIII SETMANA CULTURAL DEL "VERANILLO DEL MEMBRILLO"

Com cada any realizarem moltes i diverses activitats al voltant del 12 d'octubre. L'organització es reserva el dret de modificar o suspendre alguna de les activitats per causes de força major. Estigueu atents a la programació.

SERVEIS EXCLUSIUS PER MEMBRES DE L'ASSOCIACIÓ

SERVEI DE PERRUQUERIA I BARBERIA
Dilluns i dimecres de 9 a 13 h. Dijous de 9 a 13 h i de 15 a 19 h. Divendres i dissabtes de 8 h fins a tancar.

SERVEI DE PODOLOGIA
Dimecres de 9 a 19 h

SERVEI DE BAR
On pots participar en jocs de taula, fer un café o llegir la premsa.
De 8.30 a 12.30 h i de 15.30 a 19.30 h

CASAL DE LA GENT GRAN TAIALÀ
C/Modeguera Gran 1. Telefon: 972 22 76 27

HORARI D'ATENCIÓ AL PÚBLIC EN EL DESPATX DE L'ASSOCIACIÓ
Dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h

CENTRE CÍVIC
TER
Xarxa de Centres Cívics de Girona

Equipaments i horaris d'atenció al públic

Centre Cívic Ter
C/ Can Sunyer 46, 17007, Girona
Tel: 972 414 952
ccter@ajgirona.cat
Horari d'atenció al públic: de dilluns a divendres de 9 a 13 h i de 16 a 21 h dissabtes de 10 a 14 h i de 16 a 19

Biblioteca Antònia Adroher
C/ Can Sunyer 46, 17007, Girona
Tel: 972 213 315
Horari d'atenció al públic: dilluns, dimecres, dijous i divendres de 10 a 14 h i de 15.30 a 20 h. Dimarts de 15.30 a 20 h. Dissabtes de 10 a 14 h.

Cafeteria Ter
C/ Can Sunyer 46, 17007, Girona
Horari d'obertura: de dilluns a divendres de 8 a 13 h i de 16 a 20 h. Dissabtes de 8 a 13 h

Casal de la Gent Gran Taialà
C/ de la Modeguera Gran 1, 17007, Girona
Tel: 972 227 627
Horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h
ccter@ajgirona.cat

Local Social de Taialà
C/ Josep Maria Prat 12-14 bxs, 17007, Girona
ccter@ajgirona.cat

DL Gi1172-2022