

Cursos i tallers

Programació 2026-2027



Centre Cívic
Barri Vell-Mercadal

Programació de cursos i tallers 2026-2027



En aquest llibret trobareu la programació completa de cursos i tallers que s'oferiran en el Centre Cívic Barri Vell-Mercadal i els seus equipaments annexes, uns cursos i tallers programats i promoguts per les diferents entitats vinculades als diferents barris (Barri Vell, Mercadal, Devesa-Güell, Vista Alegre, Torre Gironella, Pedreres-Fora Muralla, Sant Daniel i La Torrassa). Unes entitats totalment arrelades a cada un dels barris i al territori i que sempre estan al peu del canó vetllant per donar respostes i sentit a les diferents necessitats i demandes de tots i totes les veïnes i veïns dels diferents barris i de la ciutadania en general.

Des del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal encetem un curs 2026-2027 amb molta il·lusió i moltes ganes, amb les piles ben carregades per treballar conjuntament amb totes les entitats, ja siguin veïnals, joves, gent gran,... i fer del nostre territori un lloc participatiu, de vincle i de xarxa veïnal. En aquest sentit, continuarem treballant en els projectes propis i coproduïts amb les entitats, fet que ens ha de permetre ampliar els vincles entre les mateixes entitats i fomentar una interacció social i comunitària amb l'objectiu de la Xarxa de Centres Cívics de Girona, és a dir, la d'enfortir la comunitat i fomentar, dia a dia, la cohesió social i l'equitat. Un centre cívic que esdevé un punt de trobada obert als barris a partir de projectes com el Nummulit.

Des de l'equip del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal us animen a venir i participar del barri i dels seus projectes com també de formar part d'aquesta programació diversa, accessible, intergeneracional i propera que, de ben segur, enfortirà el teixit social i cultural dels nostres barris. Bon curs a tothom!

L'Equip del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal



Centre Cívic Barri Vell-Mercadal

C. Cort Reial, 7 - 17004 (Girona)
ccbarrivell@ajgirona.cat Tel. 972 010 005

Pàg.4

Espai Cívic del Mercadal

Pl. Jordi de Sant Jordi, 1 - 17001 (Girona)
ecmercadal@ajgirona.cat Tel. 972 419 051

Pàg.17

Espai Cívic La Rosaleda

C. Passeig de la Devesa, 1 - 17001 (Girona)
parcdevesa@gmail.com Tel. 654 464 482

Pàg.29

Local Social de Sant Daniel i Cal Mestre

C. de les monges, 18 - 17007 (Girona)
lavalldesantdaniel@gmail.com

CREC

C. del Segle XVI, 1 - 17007 (Girona)

Pàg.34

Locals Socials de Vista Alegre - Carme

Ptge. Picapedrers, 1 - 17004 (Girona)
vistalegre.gi@gmail.com

C. Morató i grau, 8 - 17004 (Girona)

Pàg.44

Local Social de Les Pedreres - Fora Muralla

Jardins Fora Muralla, s/n - 17004 Girona
avlespedreresfm@gmail.com

Pàg.51

Local Social de Torre Gironella

C. Torre Gironella, 102 - 17007 (Girona)
aavvtg@gmail.com

Pàg.53

Local Social de La Torrassa

Pujada de la Torrassa, 32 - 17007 (Girona)
torrassagirona@gmail.com

Pàg.54

Centre Cívic Barri Vell - Mercadal

Des de l'Associació de Veïnes i Veïns del Barri Vell comencem una nova etapa amb molta il·lusió. Responsabilitat i ganes de continuar treballant per un Barri Vell més viu, participatiu i cohesionat. El passat dia 2 de juliol vam celebrar la primera reunió de la nova Junta Directiva de l'Associació, una nova junta directiva escollida a l'Assemblea General.

L'Associació és de tots i totes i, per això, us animem a fer-nos arribar les vostres propostes, inquietuds i idees. Entre tots podem construir un barri encara millor. Si encara no ens segueixes i vols estar al dia de les nostres activitats, novetats i projectes que impulsem, no dubtis en consultar la nostra pàgina web o perfil de Instagram o via correu electrònic avbarrivell@gmail.com.

Des de l'Associació de Veïnes i Veïns de Barri Vell desitgem que tinguem totes i tots un molt bon curs ple de participació, inclusió i cohesió social.



CREIXEM JUNTS ESPAI NADÓ

Espai respectuós, acollidor i gratuït
per a famílies amb infants de 0-3 anys

DILLUNS 17.15 - 18.30H

Centre Cívic Barri Vell-Mercadal

Tallers a càrrec dels professionals
del CAP Sta. Clara, CDIAP i Magda Fontanet.

INSCRIPCIONS GRATUÏTES a través de
www.girona.cat/agenda

Inscriu-te al canal de difusió per rebre
informació i recordatoris!



Centre Cívic
Barri Vell-Mercadal



Institut Català de la Salut
CAP Santa Clara

GRUP



Fundació Ramon Noguera



ENS TROBEM?

UN CONTE UN ESPAI DE TROBADA

Descobrim la màgina dels contes i el poder de la lectura amb els més petits. Activitat familiar amb infants de 3-6 anys

ESPAI DE JOC

Coneixes la ludoteca del Centre Cívic Barri Vell?

Espai de trobada per a totes les edats. Descobreix un espai lúdic d'accés lliure, no dinamitzat, amb biblioteca de jocs de taula per a tothom i material divers pels més petits.

ESPAI TALLERS

Explora la teva creativitat a través dels diferents monogràfics.

Activitats obertes i gratuïtes per a totes les edats.

ACTIVITATS CULTURALS

Espectacles, conferències, presentacions i un munt més d'activitats!

PODCAST TRIMESTRAL

Tens ganes de dir la teva? Vols saber què ha passat i què passarà en el centre Cívic? Converses informals al voltant d'una taula.

SAFAREIG & XURROS

Espai de trobada mensual per poder tafanejar sobre el què passa a la nostra ciutat i al món.



MATINS LÚDICS

Un espai amb jocs de taula familiars. Sempre amb una persona dinamitzadora que acull als nous juganers i els explica els diferents jocs. **Dissabtes mensuals d'11 a 13 h**

TARDES LÚDIQUES

Un espai de trobada per famílies, companys d'escola, grups d'amics, on descobrir un munt de jocs de taula moderns. **Divendres mensuals de 17 a 19 h**

VESPRES LÚDICS

Espai de trobada com una alternativa d'oci nocturn. Ideal per conèixer nous grups de juganers i descobrir propostes de jocs de taula. **Dissabtes mensuals de 20 a 00 h**



Nadons (0-3 anys)

MUSC'ART NADONS

Sessions setmanals per compartir en família la música, la dansa, l'expressió corporal, el joc i l'espontaneïtat, alhora que treballarem aspectes molts importants en aquesta etapa del desenvolupament de l'infant, com són l'àrea vocal i auditiva, la psicomotricitat i l'expressivitat.

Del 5 d'octubre del 2026 al 24 de maig del 2027

BV26028 | Dilluns de 17.15 a 18 h

Del 7 d'octubre de 2026 al 26 de maig de 2027

BV26025 | Dimecres de 16 a 16.45 h
BV26026 | Dimecres de 17 a 17.45 h
BV26027 | Dimecres de 18 a 18.45 h

Edat: de 6 mesos a 3 anys (acompanyats d'un adult) | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 210 € | **Organitza:** Ass. Cultural Art-Crea



Activitats en família

CREATIVE KIDS

Voleu venir amb els vostres nens a desenvolupar la seva imaginació i creativitat artístico-musical en anglès? Cantarem, ballarem, pintarem, farem jocs, contes... Let's get creative!

Del 6 d'octubre de 2026 a l'1 de juny de 2027

BV26029 | Creative Kids I | Dimarts de 16.25 a 17.10 h | Edat: nascuts al 2024 (curs I2) (acompanyats d'un adult)

BV26030 | Creative Kids II | Dimarts de 17.15 a 18 h | Edat: Del 2022 i 2023 (curs I3 i I4) (acompanyats d'un adult)

Lloc: Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 200 € | **Organitza:** Ass. The Hub

CUINEM EN FAMÍLIA

Descobrirem aliments, parlarem d'hàbits saludables i aprendrem maneres creatives d'incorporar fruites, verdures i ingredients nutritius al dia a dia. Tallers pràctics i participatius, on petits i grans podreu experimentar, tastar i posar les mans a la massa.

BV26006 | Últim dissabte de mes de 10.30 a 12.30 h, del 24 d'octubre de 2026 al 29 de maig de 2027 | Edat: Infants acompanyats d'un adult | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** A consultar segons els inscrits | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva



Infantil i Juvenil Dibuix i pintura

TARDES CREATIVES (6-8 anys)

Experimentarem amb diferents tècniques artístiques a través del joc i la creativitat. Dibuixarem, pintarem, modelarem amb argila i explorarem materials i textures diverses mentre desenvolupem la imaginació i l'expressió personal.

BV26044 | Dilluns de 17.35 a 18.45 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027
| **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal
| **Preu:** 160 € | **Organitza:** Ass. d'Art Blau Blau

ARTTERÀPIA EN ACCIÓ (6-9 anys)

Un espai - temps amb possibilitats artístiques per afavorir la connexió de l'infant amb la seva creativitat.

Dimecres del 7 d'octubre al 12 de desembre de 2026

BV26067 | GRUP 1 (17h), de 17 a 18 h
BV26068 | GRUP 1 (18h), de 18 a 19 h

Dimecres del 13 de gener al 24 de març de 2027

BV26069 | GRUP 2 (17h), de 17 a 18 h
BV26070 | GRUP 2 (18h.), de 18 a 19 h

Lloc: Centre Cívic Barri Vell-Mercadal |
Preu: 15 € | **Organitza:** Greffart - Fundació UdG

ATELIER JOVE (9-13 anys)

Espai de creació i aprenentatge artístic per experimentar i desenvolupar la teva creativitat i aprofundir en diferents tècniques plàstiques. Treballarem les bases del dibuix i la pintura, explorarem gran varietat de materials i tècniques.

BV26045 | Dilluns de 19 a 20.20 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 160 €
Organitza: Ass. d'Art Blau Blau



SENSE FILTRES. INSIDE. (12-17 anys)

Un espai on la música i les paraules es converteixen en refugi. A través del piano en directe i de textos inspiradors, proposem una experiència íntima per connectar amb allò que realment ets, més enllà de les expectatives, de les comparacions i del soroll exterior.

BV26009 | Divendres mensuals de 18.30 a 19.30 h, del 2 d'octubre de 2026 al 7 de maig de 2027 | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal |
Preu: 70 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva

IOGA KUNDALINI

Una proposta per cuidar-te des de dins i des de fora. Et convidem a descobrir un tipus de ioga que no només treballa el cos, sinó que també aporta claredat mental, equilibri emocional i una energia renovada per al teu dia a dia. Les sessions combinen pràctiques corporals variades i dinàmiques, respiració conscient, mantres i espais de silenci.

BV26001 | Dimarts de 17.30 a 19 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

BV26002 | Dimecres de 9.30 a 11 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

BV26003 | Dijous de 17.30 a 19 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 270 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA

La gimnàstica hipopressiva està enfocada a treballar sobretot l'àrea central del cos (CORE: sòl pèlvic, abdominals, lumbar i diafragma). També es treballarà neurodinàmia i higiene postural.

BV26061 | Dijous de 18.30 a 19.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 150 € | **Organitza:** Ass. de veïns del Mercadal

FORÇA INICIACIÓ

L'objectiu del curs és millorar el to i la força muscular mitjançant exercicis amb i sense material.

BV26062 | Dijous de 17.30 a 18.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 150 € | **Organitza:** Ass. de veïns del Mercadal

MOVE AND FLOW

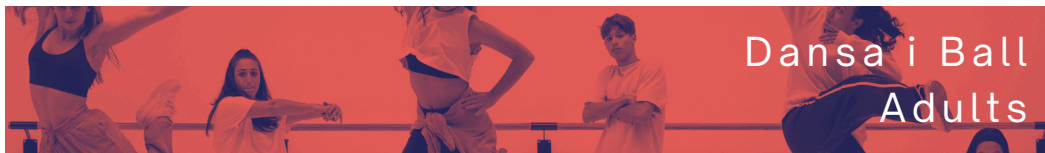
T'agradaria fer exercici i practicar l'anglès alhora? No cal un nivell alt! Vine a treballar tot el cos amb un professor anglès natiu qualificat. Es treballarà amb el propi pes del cos a través de circuits incloent postures de yoga (asanas). Cada setmana el focus serà diferent, per exemple equilibris, flexibilitat o circulació. . Let's move and flow!

BV26031 | AUTUMN | Dissabte d'11 a 12.15 h, del 3 d'octubre de 2026 al 6 de febrer de 2027

BV26032 | SPRING | Dissabte d'11 a 12.15 h, del 13 de febrer de 2027 al 12 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 110 € | **Organitza:** Ass. The Hub





Dansa i Ball Adults

CARIBBODY

Activitat on es combina l'humor gestual, l'expressió corporal i els aeròbics amb els balls de salsa, bachata, merengue, cúmbia, reparto, kizomba i tots els balls cubans i llatins, per tonificar el cos, i divertir-se.

BV26046 | Dimarts i Dijous de 19 a 20 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 288 € | **Organitza:** Ass. Cubana - Catalana de Dones (ASCUCAD)

JAZZ STEP

Aquest curs és de nivell obert on hi pot participar gent que balla lindy hop i gent que no hagi ballat mai. És una bona opció també pels que vulguin ballar però no tinguin parella per apuntar-se.

Inscripcions: www.jazzdegirona.com

BV26050 | Dilluns de 18.30 a 19.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 60 €/trimestre | **Organitza:** Ass. Cultural Jazz de Girona

LINDY HOP (PRINCIPIANTS)

Aquest curs està pensat per a totes les persones que volen iniciar-se en el ball Lindy Hop. No cal experiència prèvia i comencem de zero.

Inscripcions: www.jazzdegirona.com

BV26051 | Dilluns de 19.30 a 20.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 60 €/trimestre | **Organitza:** Ass. Cultural Jazz de Girona

LINDY HOP (INTERMIG)

Aquest curs està pensat per aquelles parelles que han fet el curs anterior Intermig i volen seguir millorant.

Inscripcions: www.jazzdegirona.com

BV26052 | Dilluns de 20.30 a 21.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 60 €/trimestre | **Organitza:** Ass. Cultural Jazz de Girona





Música Adults

UKELELEHUB

Vols tocar l'ukelele i millorar l'anglès
ahora? El curs estarà dirigit
majoritàriament en anglès però també
inclourà elements d'altres idiomes
(lletres, llenguatge musical etc).
Compartirem la passió per a la música
mitjançant aquest instrument tan petit
i gran a la vegada! Join The UkuleleHub!

Nivell d'anglès: Elemental-Intermedi.

Del 3 d'octubre de 2026 al 12 de
desembre de 2026

*Al desembre, amb els alumnes, es
decidirà sobre la continuïtat del curs al
2027.*

BV26033 | UKELELEHUB 0 | **Dissabte
de 12 a 13 h**

BV26034 | UKELELEHUB 1 | **Dissabte
de 11 a 12 h**

BV26035 | UKELELEHUB 2 | **Dissabte
de 10 a 11 h**

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre
Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 30 € |
Organitza: Ass. The Hub



Idiomes Adults

CURS D'ITALIÀ (2N NIVELL)

Curs d'italià de nivell bàsic per a
persones que ja tenen coneixements
elementals de la llengua.
Consolidarem les competències
comunicatives i aprofundirem en
diversos aspectes de la cultura
italiana.

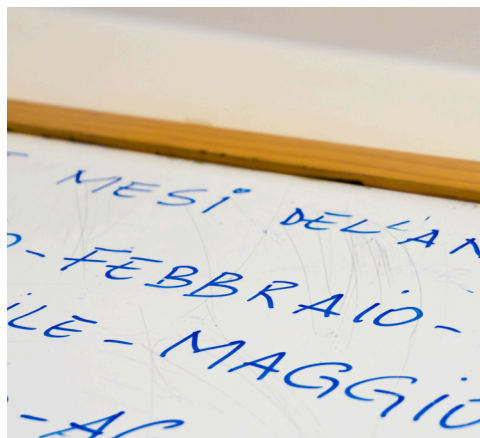
Divendres de 10 a 11.30 h

BV26021 | 1R TRIMESTRE | del 23
d'octubre al 18 de desembre de 2026

BV26022 | 2N TRIMESTRE | del 22 de
gener al 12 de març de 2027

BV26023 | 3R TRIMESTRE | del 2
d'abril al 21 de maig de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre
Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 80
€/curs | **Organitza:** Ass. Roma senza
papa



WALK AND TALK

Vols fer exercici i practicar l'anglès alhora? Explorem la ciutat de Girona i els voltants, ens posem en forma, prenem l'aire fresc, observem la natura i contemplem les bones vistes mentre parlem de diferents temes interessants en anglès. Let's walk and talk!

Dilluns de 10.45 a 12.15 h

BV26036 | AUTUMN | del 5 d'octubre de 2026 al 8 de febrer de 2027

BV26037 | SPRING | del 15 de febrer de 2027 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 135 € | **Organitza:** Ass. The Hub

TALK AND CREATE

Vine a Talk and Create amb una professora nord-americana i explora l'anglès a través d'una varietat d'activitats creatives, com ara manualitats, música, moviment, textos breus i jocs. Let's talk and create!

Dimarts de 19 a 20 h

BV26038 | AUTUMN | del 6 d'octubre de 2026 al 9 de febrer de 2027

BV26039 | SPRING | del 15 de febrer al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 90 € | **Organitza:** Ass. The Hub

TALK AND TRAVEL EVENING

Vols viatjar i millorar l'anglès alhora? Vine a Talk and Travel on parlarem de viatges tot practicant l'anglès. Compartirem experiències viatgeres i records de llocs i de persones que han quedat gravats a la nostra ment. Let's talk and travel!

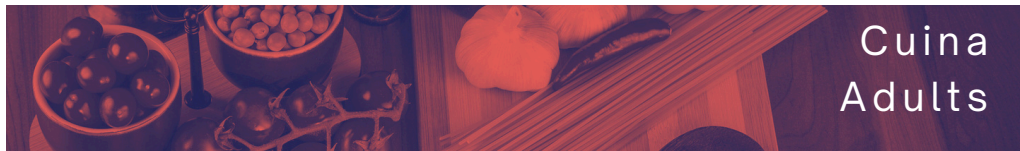
Nivell d'anglès recomanat: intermedi B1

Dimecres de 19 a 20 h

BV26040 | AUTUMN | del 7 d'octubre de 2026 al 3 de febrer de 2027

BV26041 | SPRING | el 17 de febrer al 2 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 80 € | **Organitza:** Acc. The Hub



CUINA CONSCIENT I DE TEMPORADA

Et proposem un espai per reconnectar amb una manera de cuinar més conscient, intuïtiva, propera i respectuosa amb els ritmes de la natura. Combinarem teoria i pràctica. Prepararem receptes molt senzilles i saludables, pensades perquè les puguis incorporar d'acilment al teu dia a dia.

BV26005 | Dissabtes mensuals de 10.30 a 12 h, del 10 d'octubre de 2026 al 5 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 120 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva

CUINA DE CARMANYOLA SALUDABLE

Organitza els teus àpats setmanals de manera fàcil i nutritiva. Aquest taller està pensat per a persones que dinen fora de casa i volen aprendre a preparar carmanyoles saludables, de manera pràctica i variada per al dia a dia laboral.

BV26008 | Dijous de 17 a 19 h, 1 d'oct., 5 de nov. i 3 de des. del 2026 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 45 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva

RISSOTTI D'AMORE. TALLER DE CUINA ITALIANA

Cada sessió combina una introducció a la cultura gastronòmica italiana, l'elaboració pas a pas d'una recepta tradicional i una degustació final compartida. L'activitat proposa un recorregut per diferents regions d'Itàlia a través dels seus ingredients, tradicions i històries culinàries.

BV26024 | Divendres mensuals de 17 a 19 h, del 9 d'octubre de 2026 al 4 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 135 € | **Organitza:** Ass. Roma Senza Papa

COMMUNITYCOOKINGHUB

Tallers de cuina comunitària amb temàtiques mensuals diferents. Pots practicar el teu anglès mentre millores les teves habilitats culinàries! Més enllà dels fogons, connecta amb gent nova, fes amistats i comparteix històries i bon menjar.

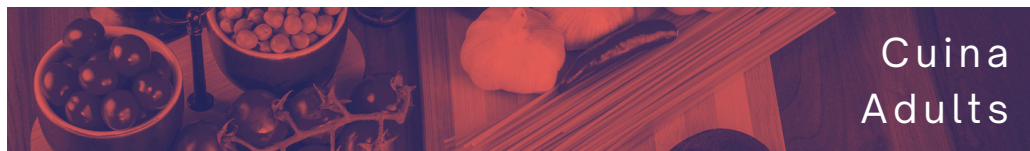
Nivell d'anglès: Bàsic - intermedi

Dissabtes mensuals de 10.30 a 12.30 h

BV26042 | AUTUMN | del 3 d'octubre de 2026 al 9 de gener de 2027

BV26043 | SPRING | del 6 de febrer al 8 de maig de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 48 € | **Organitza:** Ass. The Hub



CUINA DEL PERÚ

La cuina peruana s'ha convertit en una de les més freqüents en moltes ciutats del món. Fresca, molt aromàtica i variada, una oda a la fusió i a diferents mestissatges. Descobreix i aprèn plats típics del Perú.

Divendres de 18 a 20 h.

BV26053 | 23 d'octubre
BV26054 | 20 de novembre
BV26055 | 18 de desembre
BV26056 | 29 de gener
BV26057 | 12 de febrer
BV26058 | 19 de març
BV26059 | 9 d'abril
BV26060 | 21 de maig

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 15 € |
Organitza: Ass. Así es mi Perú

CUINA DE FESTES

Prepararem aperitius, entrants, plats i postres típics de Nadal.

BV26063 | **Dilluns de 19 a 20.30 h,**
del 2 al 16 de novembre de 2026 (*)

CUINA D'APROFITAMENT

Aprendrem a aprofitar les restes de la cuina i no malbaratar.

BV26064 | **Dilluns de 19 a 20.30 h,**
de l'1 al 15 de febrer de 2027 (*)

CUINA CATALANA

Quant diem cuina Catalana ja pensem en el xup xup de les cassoles i en sucar-hi pa, aprendrem receptes de la gran cuina nostra.

BV26065 | **Dilluns de 19 a 20.30 h,**
del 5 al 19 d'abril de 2027 (*)

(*) Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal |
Preu: 30 €/curs | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

CUINA, ATENCIÓ, SILENCI I LONGEVITAT

Pràctica de cuina zen que ens convida a relacionar-nos amb els aliments, els aromes i la presència d'una manera més conscient. Un curs vivencial on cuinarem amb poques paraules i molta atenció; escoltant més, observant millor i descobrint una manera senzilla, blava i serena d'habitar la cuina.

BV26066 | **Dimecres de 19 a 20.30 h,** 3 i 17 de febrer, 3 i 17 de març del 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 40 € |
Organitza: Ass. Escola Sanbo Zen Grup de Girona

REMEIS NATURALS PER A CADA ESTACIÓ

T'imagines poder preparar els teus propis remeis amb ingredients naturals? Amb aquest cicle de tallers estacionals, aprendrem com la natura ens acompanya acuidar-nos tot l'any, de forma teòrica i pràctica, econòmica, amb plantes medicinals i ingredients 100% natural.

BV26007 | Divendres mensuals de 17 a 19 h, del 16 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 120 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva



Creixement personal Adults

RESPIRACIÓ CONSCIENT

Aquest taller combina teoria i pràctica per descobrir els principis bàsics de la respiració conscient i experimentar eines senzilles pel dia a dia. Perquè respirar és natural, però respirar amb consciència es pot aprendre.

BV26004 | Dimecres de 17.30 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 26 de maig de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 250 € | **Organitza:** Ass. Spiral. Consciència i Salut Preventiva

LLEGIR I ESCRIURE TEATRE

Descobrirem grans autors i autores teatrals de diferents èpoques i països a través de la lectura i comentari de les seves obres. Analitzarem com construeixen els personatges i els diàlegs, d'on neix la comèdia i els conflictes. A la vegada, posarem en pràctica aquestes eines amb exercicis senzills d'escriptura teatral. Un taller per gaudir de la lectura, despertar la creativitat de la mà de grans noms, i apropar-se al món del teatre des d'una perspectiva participativa i divertida.

BV26011 | Dissabtes mensuals de 10 a 13 h, del 3 d'octubre de 2026 al 8 de maig de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 160 € | **Organitza:** Ass. Roma Senza Papa



CULTURA ITALIANA (EN CATALÀ)

Serà un recorregut en la cultura italiana, a través la seva història, el seu art i els seus personatges més destacats.

Dilluns de 18 a 19.30 h

BV26012 | del 19 d'octubre al 14 de desembre de 2026

BV26013 | del 18 de gener al 8 de març de 2027

BV26014 | del 5 d'abril al 24 de maig de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal |
Preu: 80 €/curs | **Organitza:** Ass. Roma Senza Papa

CULTURA ITALIANA (EN ITALIÀ)

Curs íntegrament en llengua italiana. Recorregut en la cultura italiana, a través la seva història, la seva art i els seus personatges més destacats.

Dimarts de 18.30 a 20 h

BV26015 | del 20 d'octubre al 15 de desembre de 2026

BV26016 | del 19 de gener al 9 de març de 2027

BV26017 | del 6 d'abril al 25 de maig de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal |
Preu: 80 €/curs | **Organitza:** Ass. Roma Senza Papa

HISTÒRIA DE L'ART ITALIÀ

Tres trimestres, tres camins diferents, a través d'autors i èpoques que han marcat la història de l'art.

Dimarts de 17 a 18.30 h

BV26018 | del 20 d'octubre al 15 de desembre de 2026

BV26019 | del 19 de gener al 9 de març de 2027

BV26020 | del 6 d'abril al 25 de maig de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Barri Vell-Mercadal | **Preu:** 80 €/curs
Organitza: Ass. Roma Senza Papa



Espai Cívic del Mercadal

Des de l'Associació de Veïnes i Veïns del Mercadal des de fa anys que treballem conjuntament amb el Centre Cívic Barri Vell-Mercadal per un objectiu molt concret que pretén, a més de vetllar pel benestar de les persones que vivim al barri, dinamitzar a la ciutadania apropant la cultura al barri i potenciar la participació dels veïnatge en els diversos actes populars i projectes que generem amb la comunitat. Des de fa anys que tirem endavant propostes de programació d'activitats artístiques i culturals que comprenen des de la realització de cursos i tallers fins a la celebració, manteniment i difusió de les tradicions i festes populars del nostre país així com la cultura i llengua catalana.

A més, i buscant aliances i noves formes de treballar i relacionar-nos amb la comunitat, tota la nostra programació la portem a terme en el marc del projecte "Donem vida al Mercadal", que ens serveix per afrontar nous reptes com els de vetllar per el benestar de les persones del territori, evitar situacions de soledat no volguda, crear i consolidar el sentiment de pertinença al barri. El barri és la seva gent i des de l'Associació de Veïnes i Veïnes del Mercadal juntament amb l'equip del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal volem que l'Espai Cívic Mercadal i els carrers i les seves places esdevinguin un punt de referència per totes les veïnes i veïns del barri.

Us esperem al Mercadal!



ESPAIS DE TROBADA AL MERCADAL

ESPAI DE JOC

Un espai obert i gratuït que promou el joc lliure per trobar-te, compartir i gaudir

DE DILLUNS A DIVENDRES DE LES 15.30 A LES 20 H

CLUB DE LECTURA

Si t'agrada llegir assistir a les reunions del Club et permetrà disposar de bons llibres de forma gratuïta i poder-los comentar conjuntament en un ambient distès i cordial

DIJOURS DE 16.30 A 18 H

Organitza:



Col·labora:



**Centre Cívic
Barri Vell-Mercadal**

La dona activa el Mercadal

**DIA INTERNACIONAL DE LA DONA
TREBALLADORA 8M 2027
A L'ESPAI CÍVIC MERCADAL**

EXPOSICIÓ

TALLERS

HOMENTAGES

CONFERÈNCIES

CONCERT

Per més informació consulteu www.girona.cat/agenda Activitats gratuïtes

VERMUT MUSICAL

GRATUÏT

DISSABTES MENSUALS, 12 h

PLAÇA JORDI DE SANT JORDI

SERVEI DE BAR



DONEM VIDA AL MERCADAL

**Espai Cívic
Mercadal**

**Xarxa de
Centres Cívics
de Girona**



Activitats Físiques Adults

BALL I TONIFICACIÓ

BV26201 | Dilluns de 20 a 21 h del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26202 | Dimecres de 20 a 21 h del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

PILATES INICIACIÓ

BV26203 | Dilluns de 9 a 10 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26204 | Dimecres de 17.30 a 18.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

EXERCICI DE FORÇA

L'objectiu del curs és millorar el to i la força muscular mitjançant exercicis amb i sense material.

BV26213 | Dilluns de 16.30 a 17.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26214 | Dimecres de 16.30 a 17.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

PILATES

BV26205 | Dilluns de 17.30 a 18.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26206 | Dilluns de 18.30 a 19.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26207 | Dimecres d'11.30 a 12.30h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

BV26208 | Dijous de 18 a 19 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

BV26209 | Dijous de 19 a 20 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

GIMNÀSTICA HIPOPRESSIVA

Treballarem l'àrea central del cos (sól pèlvic, abdominals, lumbar i diafragma), la neurodinàmica i l'higiene postural.

BV26210 | Dilluns de 15.30 a 16.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26212 | Divendres de 15.30 a 16.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal



Activitats Físiques Adults

HATHA IOGA

A través de diferents tècniques com postures, respiració conscient, meditació i relaxació retrobarem el nostre equilibri, flexibilitat i un major benestar. Regala't un espai per estar amb tu mateix/a!

BV26215 | Dimecresde 9 a 10 h
BV26216 | Dimecres d'11.30 a 12.30 h

Del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027 | **Edat:** A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

IOGA PER GENT GRAN

Classes de ioga fàcils, en les quals cada participant es marca el seu nivell. No calen coneixements previs.

BV26240 | Dimarts de 10 a 11.15 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

BV26241 | Dimecres de 10 a 11.15 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 105 €* | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

QIGONG MÈTODE COR DEL TAO (TXIKUNG)

Amb aquest mètode utilitzarem el moviment corporal per regular els òrgans i les emocions, aconseguint un major equilibri i benestar en el dia a dia.

BV26217 | Dimecres de 12.30 a 13.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

MOBILITAT, FLEXIBILITAT I ESTABILITAT

L'objectiu del curs és millorar la mobilitat articular i la flexibilitat mitjançant exercicis amb i sense material. També treballar l'estabilitat amb exercicis de força i to muscular.

BV26218 | Divendres de 17.30 a 18.30 h, del 9 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal



Activitats Físiques Adults

ESQUENA SANA

Farem moure el cos respectant les possibilitats motrius de cadascú. Mitjançant exercicis variats de ioga, pilates i consciència corporal per treballar tot el cos.

BV26242 | Dimarts de 16 a 17 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

BV26247 | Dijous de 12 a 13 h, del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 100 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

GIM GRAN

Exercicis variats, aptes per a tothom, per treballar tot el cos en el seu conjunt. Es busca mantenir el cos, el to muscular, la flexibilitat i la coordinació. Farem servir diferents elements com cadires, pilotes, peses ...

Del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

BV26243 Dimarts de 17 a 18 h

BV26244 Dimarts de 18 a 19 h

Dijous del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

BV26245 Dijous de 10 a 11 h

BV26246 Dijous d'11 a 12 h

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 100 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal



Dibuix i pintura Adults

PÍNDOLES DE COLOR

Pensat per a persones que volen iniciar-se en el món de l'art, sense necessitat de tenir experiència prèvia. L'objectiu principal és desenvolupar la creativitat, aprendre les tècniques bàsiques i gaudir del procés de creació artística.

BV26238 | NIVELL 1 | Dimecres d'11 a 12.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

BV26238B | NIVELL 2 | Dilluns d'11 a 12.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 110 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

TALLER D'URBANSKETCHING

T'agradaria aprendre a dibuixar la ciutat d'una manera espontània i creativa? Aquest curs d'urbansketching és per a tu!

BV26239 Dijous de 16.30 a 18 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 110 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal





Manualitats Adults

CERÀMICA

Farem un taller de Ceràmica de tres mesos de durada, en el qual cada participant treballarà la seva peça pròpia.

BV26257 | Dimarts de 17 a 19 h, del 6 d'octubre de 2026 al 15 de desembre de 2026

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 66 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal



Dansa i ball Adults

BALL COUNTRY TRADICIONAL

Vine i aprèn els passos i moviments de la típica música Country. Passaràs una bona estona fent exercici físic i al mateix temps exercitaràs la memòria, sense cap preocupació.

BV26219 INICIACIÓ Dimecres de 20 a 21 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

BV26220 NIVELL MIG Dilluns de 20 a 21 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 150 €* | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes del Mercadal



Dansa i ball Adults

BALL EN LÍNIA

Dansa grupal seguint coreografies amb dificultat adequada al nivell. L'activitat afavoreix la coordinació, l'agilitat i la memòria i va destinada als socis de l'AGGMercadal.

BV26234 NIVELL 0 Dilluns de 12 a 13 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26233 NIVELL 1 Dilluns d'11 a 12 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26232 NIVELL 2 Dilluns de 10 a 11 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26237 NIVELL 1 Divendres de 12 a 13 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

BV26236 NIVELL 2 Divendres d'11 a 12 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

BV26235 NIVELL 3 Divendres de 10 a 11 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 70 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

ANGLÈS CONVERSA

The B2 Conversation course is aimed at students who have completed level B1 and who can understand the main ideas of complex texts on concrete or abstract topics, including some technical discussions.

BV26224 | Dimarts De 10 a 11.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

BV26225 | Dijous De 10 a 11.30 h, del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

ANGLÈS B2.2

The B2.2 English course is aimed at students who have completed level A2 and can understand the main points of clear texts in standard language on everyday topics. Can describe experiences and events, dreams, hopes and ambitions and briefly give reasons and explanations for opinions and plans.

BV26226 | Dimarts d'11.30 a 13 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

ANGLÈS A2-B1

This English course is aimed at students who can understand common phrases and expressions on familiar topics, including very basic personal and everyday familiar information, shopping, places of interest and work. They can communicate in simple, everyday tasks requiring only simple and direct exchanges of information on familiar topics.

BV26227 | Dijous d'11.30 a 13h, del 1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes del Mercadal

FRANCÈS A1 +

Francès escrit i oral per situacions quotidianes, nivell A1, per persones que ja tinguin una petita base (no comencem de 0).

BV26228 | Dilluns de 17.30 a 19 h., del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

FRANCÈS B2/C1

Francès pràctic escrit i oral posant l'accent a la conversa, nivell B2/C1. Amb diferents suports (vídeos, articles, jocs de rol, etc.) desenvoluparem la nostra capacitat de parlar francès.

BV26229 | Dilluns de 16 a 17.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

FRANCÈS B1

Francès pràctic, escrit i oral posant l'accent a la conversa, nivell B1. Amb diferents suports (articles, vídeos, jocs de rol, etc) enriqueirem els nostres coneixements de la llengua i de la cultura franceses.

BV26230 | Dimecres de 16.30 a 18 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

FRANCÈS A2

Francès pràctic escrit i oral per a situacions cotidianes, nivell A2. Amb diferents suports (articles, vídeos, jocs de rol, etc) enriqueirem els nostres coneixements de la llengua i de la cultura franceses.

BV26231 | Dimecres de 18 a 19.30h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 240 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes del Mercadal

CATALÀ

Per aprendre a comprendre, escriure i a parlar en català a nivell inicial.

BV26248 | BÀSIC | Divendres de 10 a 11.25 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

BV26249 | MIG | Dijous de 10 a 11.25 h, del 2 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 10 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

FRANCÈS CONVERSA

Adreçat a persones que vulguin millorar el nivell de comprensió del francès, ampliar el seu vocabulari i adquirir facilitat de conversa i pronunciació.

BV26250 | Dilluns de 16 a 17.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 110 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

ANGLÈS (GENT GRAN)

BV26251 | NIVELL 0 | Dimecres de 17.30 a 19 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26252 | NIVELL 1 | Dimecres de 16 a 17.30h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26253 | NIVELL 2 | Dijous de 16 a 17.30h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 110 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal

ANGLÈS CONVERSA (GENT GRAN)

Classes adreçades a persones que vulguin conservar o millorar les seves habilitats en la lectura, redacció i comprensió de l'idioma anglès.

BV26254 | Dijous de 18 a 19.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 10 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal



Escacs i jocs de taula Adults

ESCACS

Vine a jugar a escacs sense por i n'aprendràs des de zero o bé ampliaràs coneixements i també faràs amics.

BV26255 | Dimarts de 10.15 a 11.45 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 90 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal



Fotografia i audiovisual

Adults

L'ÚS DE LA CÀMARA FOTOGRÀFICA ALS DISPOSITIUS MÒBILS

Taller per transformar el telèfon mòbil en una potent eina d'expressió visual. Amb un enfocament 90% pràctic. Introduïrem les regles bàsiques de composició per aconseguir imatges narratives i equilibrades.

BV26221 | Divendres de 10 a 11.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 180 €* | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes del Mercadal



MEMÒRIA - JOCS I ENTRETENIMENTS

Si vols potenciar la teva memòria i a la vegada passar una bona estona, apunta't a aquest curs. Hi podràs aprendre jocs i entreteniments que et serviran per millorar-la i t'ho passaràs molt bé.

BV26256 | Divendres de 12 a 13 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 80 €* | **Organitza:** Ass. de Gent Gran del Barri Vell-Mercadal



Teatre i arts escèniques

Adults

INICIACIÓ A LA TÈCNICA I INTERPRETACIÓ VOCAL 1

El taller es dirigeix a totes les persones que gaudeixen cantant, fent teatre. Interpretar textos o cançons són activitats on s'hi posa el cos, les emocions, la personalitat, la passió i la intenció.

BV26222 | Dimarts de 17 a 18.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 27 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 130 €* | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes del Mercadal

INICIACIÓ A LA TÈCNICA I INTERPRETACIÓ VOCAL 2

Vols seguir aprofundint en les possibilitats de la teva veu, del control i cura de la teva laringe? Podràs treballar cançons (no es treballarà afinació sinó interpretació), text teatral, text enfocat al doblatge, poesia i lectures dramatitzadestot allò relacionat amb la veu i les emocions.

BV26223 | Dimarts de 18.30 a 20 h, del 6 d'octubre de 2026 al 27 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Espai Cívic Mercadal | **Preu:** 130 €* | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes del Mercadal

TALLERS DE MEMÒRIA

eines per a un cervell en forma

Curs 2026/2027

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

Espai Cívic La Rosaleda

L'Associació de Veïnes i Veïns de la Devesa-Güell, te la seu a l'Espai Cívic La Rosaleda, dins del Parc de la Devesa. La finalitat de l'associació és fer activitats (especialment infantils) per cohesionar la gent que viu i treballa a la zona de la Devesa i també per acostar a la resta de ciutadanes i ciutadans de Girona a aquest indret tan preuat i, a vegades, poc aprofitat de la ciutat. Durant el curs lectiu, des de l'Associació de Veïnes i Veïns de la Devesa-Güell, programem cursos variats i en diferents horaris per tal de mantenir un contacte directe i efectiu que ens permet mantenir l'espai viu, actiu i cohesionat.

Tot i que l'Espai Cívic La Rosaleda forma part de la Xarxa de Centres Cívics de la ciutat de Girona i, concretament, annexat al Centre Cívic Barri Vell-Mercadal, la gestió i atenció diària d'aquest espai el porten amb dedicació exclusiva dos membres de la Junta de l'Associació de Veïnes i Veïns, sense els quals no es podria portar a terme cap activitat.

Associació de veïnes i veïns de La Devesa-Güell





Activitats Físiques Adults

TXI KUNG A L'AIRE LLIURE

Una pràctica suau i energètica per a la salut física, mental i emocional. Treballem l'estructura corporal, la respiració i la connexió, optimitzant els processos metabòlics del nostre cos.

BV26302 | Dijous de 10 a 11 h, del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 220 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

IOGA KUNDALINI

Et convidem a descobrir un tipus de ioga que no només treballa el cos sinó que també aporta claredat mental, equilibri emocional i una energia renovada pel teu dia a dia.

BV26304 | Dilluns 16h de 16 a 17.15 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

BV26305 | Dilluns 17.30h de 17.30 a 18.45 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 260 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



Dibuix i pintura Adults

AQUAREL·LA INICIAL

Curs destinat a aquells que es vulguis iniciar en la pintura d'aquarel·la.

BV26300 | Dimarts de 10 a 11.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 170 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

AQUAREL·LA AVANÇAT

A tracés de la pintura a l'aquarel·la descobrirem el potencial creatiu que tots tenim. L'aquarel·la permet intuir sentiments i estats d'ànim. Cada pinzellada és part de l'obra que amb el cor plasmem al paper.

BV26300B | Dilluns de 10 a 11.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 07 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 170 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



Idiomes Adults

FRANCÈS

Curs pensat per aprendre francès de manera lúdica.

BV26301 | Dimarts de 12 a 13 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 175 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

INIZIAZIONE AL ITALIANO. PARLARE ITALIANO

Aquest curs s'adreça a persones que estiguin interessades i vulguin iniciar-se en aquest idioma. Aprendre el vocabulari útil per poder començar a parlar-lo i fer-se entendre. Crear situacions i expressions quotidianes per conèixer les costums i el país.

BV26306 | Dimecres de 17 a 18.15 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 175 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



Fotografia i audiovisual Adults

TALLER D'INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA

Com aprofitar al màxim la càmera que tenim. Utilització de la càmera en mode manual: la velocitat, el diafragma, la sensibilitat (iso) i les regles de composició bàsiques. Curs 90% pràctic. Aprèn fotografiant des del primer dia, fins a dominar la fotografia nocturna, en moviment, les llargues exposicions i el light painting. Amb els coneixements teòrics i els exercicis aplicats, estimularem la nostra creativitat i la nostra afició a la fotografia.

BV26312 | Dilluns de 18 a 19.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 220 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



FENG SHUI

El Fengshui és una antiga tècnica xinesa d'origen taoista que busca l'equilibri i l'harmonia en disposar els elements d'un espai

PER QUÈ A CASA TEVA HI HA LLOCS ON ET SENTIS MILLOR QUE EN D'ALTRES? (L'ESPAI TAMBÉ PARLA DE TU)

BV26308 | Dijous de 18.30 a 20 h,
12 i 26 de novembre del 2026

PREPARA CASA TEVA I LA TEVA AGENDA PEL 2027 (AFINITATS I TENDÈNCIES ANUALS)

BV26309 | Dijous de 18.30 a 20 h.
3 i 17 de desembre del 2026

POSA EL 2027 EN MARXA (SELECCIÓ DE DATES I PLANIFICACIÓ ESTRATÈGICA)

BV26310 | Dijous de 18.30 a 20 h,
4 i 25 de febrer del 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 45 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

OLIS ESSENCIALS EN EL NOSTRE DIA A DIA

Descobreix el poder dels olis essencials per cuidar la teva salut de manera natural i conscient. Aprenderàs a utilitzar-los amb seguretat per millorar el benestar físic i emocional. Una experiència teòrica i pràctica per aprendre i gaudir.

BV26311 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h,
del 4 al 25 de maig de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 60 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

LES 38 FLORS DE BACH

En aquest curs t'endinsaràs en el món de les flors de Bach per conèixer i treballar les 38 essències florals creades pel dr. Edward Bach. Identificar els usos emocionals i com poden ajudar-nos en el nostre benestar i equilibri interior.

BV26307 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h,
del 6 d'abril de 2027 al 27 d'abril de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 60 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

FLORS DE BACH I ASTROLOGIA

Una visió complementària de la teràpia floral del Dr. Edward Bach. Curs teoricopràctic per trobar la nostra flor de personalitat i, amb la seva ajuda, superar obstacles i patrons de conducta que ens impedeixen gaudir de tot el nostre potencial. Inclou carta astral personalitzada.

NIVELL 1 BV26313 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h, del 9 de febrer de 2027 al 2 de març de 2027

NIVELL 2 BV26314 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h, del 9 al 30 de març de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 60 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

CRISTALLS DE SANACIÓ

Una introducció a l'apassionant món de la gemmoteràpia per a descobrir tot el que poden fer per a tú els cristalls de sanació. Enamora't dels cristalls i millora el teu estat físic, mental, espiritual i emocional.

BV26315 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 24 de novembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 95 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell

NUMEROLOGIA EVOLUTIVA

Comprendre la relació que hi ha entre els números i els diferents cossos energètics de les persones i com podem arribar a aquest coneixement a través dels símbols numèrics de la nostra data de naixement.

BV26316 | Dimarts de 18.30 a 20.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 24 de novembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 95 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



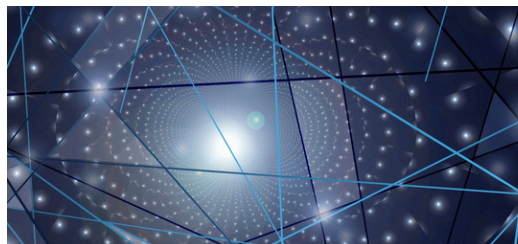
Ciència, literatura i pensament Adults

MITOLOGIA COSMOLÒGICA

Descobrir una nova versió del naixement de l'Univers i la concepció del Món.

BV26303 | Dilluns de 19 a 20.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 8 de març de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Espai Cívic La Rosaleda | **Preu:** 40 €* | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de La Devesa-Güell



Locals socials i CREC de Sant Daniel

L'Associació de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel és una entitat sense ànim de lucre, formada íntegrament per veïns i veïnes que de manera voluntària contribueixen, des de les seves possibilitats, a fer que el nostre barri sigui cada dia millor.

Des de la nostra entitat recollim les queixes i suggeriments dels veïns i intentem donar sortida a totes les problemàtiques del barri de la Vall de Sant Daniel, essent aquesta la nostra lluita.

Des de l'Associació defensem els interessos generals del barri i la millora de la qualitat de vida dels seus veïns i veïnes.

Exercim el dret a la participació del ciutadans en tots els assumptes que ens afecten i fem d'interlocutors davant de l'Administració, el barri, el districte i la ciutat, tot comptant amb el suport incondicional del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal.

A més, desenvolupem projectes i activitats en diferents àmbits com gent gran, dona, medi ambient, lleure i cultura, sanitat pública de qualitat, joves, serveis socials. En aquest llibret del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal hi trobareu totes aquelles activitats que hi portem a terme juntament amb el Casal de Sant Daniel.

Esperem que gaudiu d'un molt bon curs que engega motors a finals d'agost i principis de setembre amb la nostra tan esperada Festa Major.

Molt bon curs 2026-2027.



Música Nadons(0-3 anys)

EN FAMÍLIA: DISSABTE DE MÚSICA I MOVIMENT A LA VALL DE SANT DANIEL

Sessions MENSUALS per compartir en família, a través de la música, la dansa, l'expressió corporal, el joc i l'espontaneïtat. Un espai on riure, ballar, jugar, expressar emocions, cantar cançons i tocar instruments. Al mateix temps, treballarem aspectes molt importants en aquesta etapa del desenvolupament (àrea vocal-auditiva, la psicomotricitat, l'expressió corporal, etc.) 1 infant + 1 únic adult acompanyant

Dissabtes mensuals | Del 10 d'octubre de 2026 al 12 de juny de 2027

BV26401 | de 10.15 a 11 h

BV26402 | d'11.15 a 12 h

BV26403 | de 12.15 a 13 h

Lloc: Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 100 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

Manualitats Activitats en Família

TALLER FAMILIAR RE-CREO: DE DEIXALLES A TRESORS

A partir d'objectes quotidians, que sovint anirien a les escombraries, crearem altres peces boniques, úniques i útils. Aprendrem tècniques senzilles i creatives que ens poden ajudar a donar segones vides a altres objectes que tinguem a casa.

9 sessions on crearem una peça: des de arracades fins a una llista de la compra i moltes coses més!

BV26407 Dissabte d'11 a 13 h

17 d'octubre, 28 de novembre, 12 de desembre, 23 de gener, 20 de febrer, 20 de març, 17 d'abril i 15 de maig.

Lloc: Local Social de Sant Daniel |

Preu: 180 € (preu del conjunt adult+infant) | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel



Activitats Físiques Infantil i Juvenil

Creixement personal Infantil i Juvenil

FUTBOL SALA A SANT DANIEL

Espai de joc, activitat física i convivència on els nens i les nenes poden iniciar-se en la pràctica del futbol sala d'una manera lúdica, segura i adaptada a la seva edat.

L'activitat prioritza la participació, la diversió i l'aprenentatge per sobre de la competició, afavorint el desenvolupament de les habilitats motrius, el treball en equip, el respecte als companys i companyes i el gaudi de la pràctica regular d'activitat física.

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:
gironaefsg@gmail.com (644965336)

BV26430 Dissabte de 9.45 a 11.15 h, del 3 d'octubre de 2026 a 29 de maig de 2027

Edat: Entre 6 i 16 anys | **Lloc:** CREC de Sant Daniel | **Preu:** 170 € (Matricula: 10 €) | **Organitza:** Ass. Futsal Girona i Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

KARATEDO

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:
budogirona@gmail.com / 628198060

BV26431 | GRUP A (4-6 ANYS) | Divendres de 17.30 a 18.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a 18 de juny de 2027 | **Preu:** 180 €

BV26432 | GRUP B (6-9 ANYS) | Dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h, del 14 de setembre de 2026 a 21 de juny de 2027 | **Preu:** 360 €

BV26433 | GRUP C (9-12 ANYS) | Dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 h, del 14 de setembre de 2026 a 21 de juny de 2027 | **Preu:** 360 €

BV26434 | GRUP D (12-17 ANYS) | Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h, del 15 de setembre de 2026 a 22 de juny de 2027 | **Preu:** 360 €

Lloc: CREC de Sant Daniel | **Organitza:** Ass. Catalana de Budo Tradicional KYUSHIN RYU ACBTKR



TAITXÍ PER A PRINCIPIANTS

Aprenem i practiquem la FORMA CURTA DE BEIJIN de l'estil Yang de Taitxí i exercicis de qigong.

Ens explorem a través del moviment, aprenem a connectar-nos amb el nostre centre, a arrelar-nos i alhora expandir-nos, a sensibilitzar-nos amb l'energia i el seu flux en el cos, així com cultivar la plena consciència a través del moviment.

BV26413 Divendres de 9.30 a 10.45 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** CREC de Sant Daniel | **Preu:** 180 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

TAITXÍ AVANÇAT A L'AIRE LLLIURE A LA VALL DE SANT DANIEL

Practiquem de l'ESTIL YANG de Taitxí la forma curta de Beijing i la FORMA LLARGA de YANG CHENFU moderna. Aprofundirem en els principis essencials d'aquesta disciplina també amb la pràctica del Tui Shou i la postura Zhan Zhuang. Totes aquestes pràctiques promouen l'atenció plena, la salut i la vitalitat!

BV26414 Divendres de 9.30 a 11.15 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** CREC de Sant Daniel | **Preu:** 200 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

IOGA - ASANA A LA VALL DE SANT DANIEL

Sessions de ioga-alineació, on treballarem postures, respiració, mobilitat, força, flexibilitat, amb precisió i atenció plena. Enfortirem el sistema immunològic i alliberarem les tensions i bloquejos del cos i la ment, trobant un estat de calma i pau interna per obrir-nos a la vida.

BV26404 | MATINAL | Dimarts de 9.15 a 10.30 h

BV26405 | +65 ANYS | Dimarts d'11.45 a 12 h

BV26436 | TARDA | Dimarts de 16.30 a 17.45 h

Del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027 | **Edat:** Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 210 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

QI GONG A L'AIRE LLLIURE A LA VALL DE ST DANIEL

El terme xinès QI GONG fa referència a un conjunt de pràctiques corporals i respiratòries destinades a cultivar l'energia vital "qi" i el seu flux lliure a través dels meridians del cos. Seqüències fluides i dinàmiques de moviments d'extensió, flexió i rotació de la columna, així com estiraments segons els meridians.

BV26415 Dimecres de 9.30 a 10.45 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 180 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

HIPOPRESSIUS LOW PRESSURE FITNESS

El diafragma és molt més que un múscul respiratori, és la base del nostre centre o "core" ja que la seva acció es combina amb la dels músculs abdominals i pelvians estabilitzant la postura a partir d'una correcta gestió de les pressions internes.

BV26416 Dimecres d'11 a 12 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 160 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

PASSEJADES PER LA VALL

Passejarem tot descobrint indrets meravellosos de la Vall de Sant Daniel. Un dia al mes farem una passejada per Girona, fent una visita guiada a un museu. *Cal ser soci de l'Associació (20 € anuals)*

Informació i inscripcions: casaldesantdaniel@gmail.com

BV26424 Dimarts de 9.30 a 11.30 h., del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** Gratuït | **Organitza:** Ass. de Gent Gran de Sant Daniel

Dibuix i Pintura Adults

PÍNDOLES DE COLOR

Pensat per a persones que volen iniciar-se en el món de l'art. L'objectiu principal és desenvolupar la creativitat, aprendre les tècniques bàsiques (el llapis, l'aquarel·la, la tinta, la pintura, la roba,...) i gaudir del procés de creació artística.

Cal ser soci de l'Associació (20 €)

Informació i inscripcions:
casaldesantdaniel@gmail.com

BV26429 | Dimarts de 17 a 19 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 160 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran de Sant Daniel

Manualitats-Anual Adults

FUSIÓ DE VIDRE

Espai obert per tal de realitzar peces amb vidre (safates, plats, joies, decoració, regals,...).

Cal ser soci de l'Associació (20 €)

Informació i inscripcions:
casaldesantdaniel@gmail.com

BV26425 Dimecres de 17 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 160 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran de Sant Daniel

Manualitats-Monogràfics Adults

RE-CREO.

DE DEIXALLES A TRESORS

A partir d'objectes quotidians crearem altres peces boniques, úniques i útils. Aprendrem tècniques senzilles i creatives que ens poden ajudar a donar segones vides a altres objectes que tinguem a casa.

BV26417 | Dilluns de 10 a 12 h, del 5 d'octubre de 2026 al 21 de desembre de 2026 (5, 19 i 26 d'oct., 9, 16, 23 i 30 de nov. i 14 i 21 de des.)

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 122 € | **Organitza:** Ass. de veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

RELLIGAT DE LLIBRETES

ARTESANES AMB PAPER FET A MÀ

Coneixerem la tècnica del relligat de llibretes artesanes amb paper fet a mà. Us demanarem que porteu materials fàcils de trobar com retalls de roba, papers de colors, fil, agulla, etc.

BV26419 Dimarts de 17.30 a 19.30 h, 6, 13 i 20 d'octubre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 59 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

RELLIGAT DE LLIBRETES ARTESANES AMB LLOM PLA I TAPA DURA

Coneixerem la tècnica del relligat de llibretes amb llom pla i tapa dura folrada de roba. Endinseu-vos en l'art del relligat amb l'Encarna, us encantarà!

BV26406 Dimecres de 17.30 a 19.30 h,
4 11, 18 i 25 de novembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 58 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

RELLIGAT DE LLIBRETES. FEM LA JAPONESA!

Coneixerem la tècnica japonesa del relligat de llibretes artesanes.

Us demanarem que porteu materials fàcils de trobar com retalls de roba, papers de colors, fil, agulla, etc. Altres materials més tècnics els facilitarem nosaltres i estan inclosos en el preu.

BV26418 Dimarts de 17.30 a 19.30 h.,
12,19 i 26 de gener de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 45 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

RELLIGAT DE LLIBRETES ARTESANES. FEM UN ÀLBUM DE FOTOS!

Coneixerem la tècnica del relligat de llibretes artesanes per a fer el nostre propi àlbum de fotos fet a mida.

Us demanarem que porteu materials fàcils de trobar com retalls de roba, papers de colors, fil, agulla, etc. Altres materials més tècnics els facilitarem nosaltres i estan inclosos en el preu.

BV26421 Dilluns de 17.30 a 19.30 h, de 1,
8 i 15 de març i 5, 12 i 19 d'abril de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 88 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

RELLIGAT DE LLIBRETES ARTESANES: ENQUADERNACIÓ COPTA AMB ROBA

Coneixerem la tècnica d'enquadrernació copta amb roba.

Us demanarem que porteu materials fàcils de trobar com retalls de roba, papers de colors, fil, agulla, etc. Altres materials més tècnics els facilitarem nosaltres i estan inclosos en el preu.

BV26420 Dimecres de 17.30 a 19.30 h, 3,
10, 17 i 24 de febrer de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 58 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

BV26426 PUNTES DE COIXÍ

Activitat dirigida a qui vulguin aprendre la tècnica de boxets. Art tèxtil que consisteix a elaborar unes filigranes fines i complexes a partir de l'ús d'un patró de cartolina.

Preu: 80 €

BV26427 MACRAMÉ, MITJA i GANXAT

Activitat dirigida a qui vulgui aprendre la tècnica de macramé, mitja i ganxet.

Preu: 160 €

Cal ser soci de l'Associació (20 €)

Informació i inscripcions:

casaldesantdaniel@gmail.com

Dilluns de 16 a 19 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 | **Edat:** Adults

| **Lloc:** Local Social de Sant Daniel |

Organitza: Ass. de Gent Gran de Sant Daniel

CREA LA TEVA PRÒPIA

BANDOLERA DE GANXET

Un curs pràctic, creatiu i motivador per crear la teva bandolera única amb les teves pròpies mans.

Què aprendràs? Tècniques bàsiques i avançades de ganxet, a crear la teva bandolera pas a pas, a personalitzar-la al teu gust i a gaudir d'un temps per tu creant i desconnectant.

BV26408 OCTUBRE 1, 8 i 22 d'octubre de 2026

BV26409 FEBRER 5, 12 i 19 febrer de 2027

BV26410 ABRIL 1, 15 i 29 abril de 2027

Dijous de 17.30 a 19 h | **Edat:** Adults |

Lloc: Local Social de Sant Daniel |

Preu: 33 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

BV26411 EL TEU BOLSO

Dijous 10 de desembre de 2026,
de 17.30 a 19 h

Celebra l'arribada del Nadal amb una experiència creativa molt especial. materials seleccionats, decoracions exclusives i un ambient màgic per crear una bossa de mà única. No cal experiència prèvia.

BV26412 LA TEVA RONYONERA

Dimarts 29 de desembre de 2026,
de 16 a 17.30 h

Vine a personalitzar una ronyonera que serà única: la teva! La podràs decorar al teu gust i podràs triar molts complements de diferents formes i colors. No cal experiència prèvia.

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 11 €/taller | **Organitza:** Ass. de Veïns i veïnes de la Vall de Sant Daniel

Artesania tèxtil - Monogràfics
Adults

APRENEM A TREBALLAR L'ESPART

Espai per a adults per tal de realitzar peces amb espart (decoració, regals, safates, plats,...)

Cal ser soci de l'Associació (20 €)

Informació i inscripcions:
casaldesantdaniel@gmail.com

BV26428 Dimarts de 17 a 19h, del 6 d'octubre al 22 de desembre 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 60 € | **Organitza:** Ass. de Gent Gran de Sant Daniel



BALLEM BACHATA

Fusió del bolero, amb altres gèneres com el cha cha cha, el merengue i el son. Sessions amb l'objectiu de donar a conèixer la bachata tradicional i popular, amb passos bàsics i informals.

BV26400 Dilluns de 18 a 19 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 180 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i Veïnes de la Vall de Sant Daniel



CATALÀ

PER A NO-CATALANOPARLANTS

A partir de fragments de textos en català farem anàlisi i traducció de la llengua. Practicarem la conversa i farem petits jocs d'escriptura. Són benvinguts tots els nivells i orígens. Oralitat, lectura i escriptura seran els tres pilars de l'aprenentatge.

BV26422 Dimecres de 10 a 11.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny 2027

PER A CATALANOPARLANTS

A partir de textos literaris treballarem la gramàtica, ortografia i sintaxi catalana. Aquest és un curs per aprofundir els coneixements lingüístics de la nostra llengua. Coneixerem textos clàssics i moderns de la literatura catalana i en comentarem la seva naturalesa.

BV26423 Dimecres d'11.30 a 13h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social de Sant Daniel | **Preu:** 225 € | **Organitza:** Ass. de Veïns i Veïnes de la Vall de Sant Daniel

Creixement personal Adults

KARATEDO

Escola de Karatedo.

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS: budogirona@gmail.com / 628198060

BV26435 GRUP E (+16 ANYS) Dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h, i Divendres de 18.30 a 20 h. del 15 de setembre de 2026 a 22 de juny de 2027

Lloc: CREC de Sant Daniel | **Preu:** 180 € | **Organitza:** Ass. Catalana de Budo Tradicional KYUSHIN RYU ACBTKR



Locals socials de Vista Alegre-Carme

Al barri de Vista Alegre-Carme tenim el luxe de disposar de dos equipaments municipals. Un està situat al passatge Picapedrers, núm. 1 i l'altre està situat al carrer Josep Morató i Grau, núm. 8. En aquests equipaments hi portem a terme les nostres activitats l'AV Vista Alegre-Carme, l'agrupament escolta de Vista Alegre (CAU), l'AVAP voleibol i l'AVAP tennis taula. Si que us volem comentar que en aquest nou equipament ubicat al carrer Josep Morató i Grau, en breu començaran les obres de remodelació i adequació de diferents espais per tal de tenir uns espais en les condicions òptimes per dur-hi a terme les activitats que us detallem a continuació. En aquest sentit, i en perspectiva de remodelació, ja hem trobat alternatives d'espais per dur a terme les diferents activitats mentre durin les obres. Com a entitats arrelades al territori, volem que aquests dos equipaments municipals annexats al Centre Cívic Barri Vell-Mercadal, esdevinguin un espai de referència i de trobada per el territori i totes i tots els seus veïns i veïnes.

Associació de veïnes i veïns de Vista Alegre-Carme

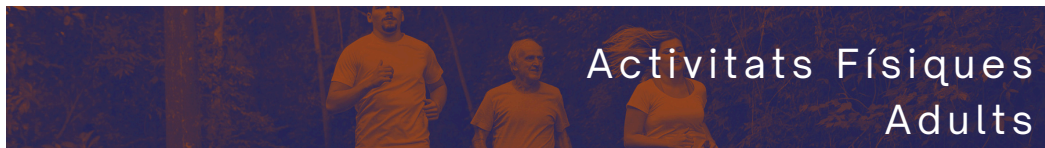


Totes les activitats estan organitzades per l'Associació de Veïns i Veïnes de Vista Alegre-Carme.

Les activitats s'adrecen, principalment, al veïns i veïnes del barri.

Per més informació, dubtes, aclariments i inscripcions a

www.veinsvistalegre Carme.cat



PESES RUSSES

Entrenament funcional amb peses russes per millorar força, resistència i mobilitat. Sessions dinàmiques i adaptades a cada nivell.

BV26514 Dilluns i dijous de 20 a 21 h, del 14 de setembre de 2026 al 28 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 45 €/trimestre

TERÀPIA NATURAL DEL MOVIMENT

Moviment conscient per afavorir el benestar físic i emocional. Tècniques corporals per reconnectar amb el cos i recuperar harmonia.

BV26516 Dilluns i dimecres d'11 a 12 h, del 5 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social Vista Alegre - Carme | **Preu:** 52 €/trimestral

TONIFICACIÓ I FORÇA

Entrenament integral per enfortir la musculatura i millorar la forma física.

Exercicis adaptats a diferents edats i nivells.

BV26520 de dilluns a divendres de 19 a 21 h o de 20 a 21h., del 7 de setembre de 2026 al 28 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 15 €/trimestre (1dia/setmana), 30 €/trimestre (2dies/setmana)

VÒLEI

Activitat esportiva oberta per a tothom. Millora la coordinació i la resistència jugant a vòlei en un ambient distès i participatiu.

BV26521 dijous de 19.30 a 21h., del 3 de setembre de 2026 al 17 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Pati de l'Escola Annexa. | **Preu:** 25 €/mensual



Activitats Físiques Adults

ESTIRAMENTS CONSCIENTS

Moviment suau i estiraments per recuperar l'equilibri físic i mental. Millora flexibilitat, respiració i consciència corporal.

BV26525 GRUP 1 de 9 a 10 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

BV26526 GRUP 2 de 10 a 11 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

De Dilluns a divendres | Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 46 €/trimestre (1dia/setmana), 68 €/trimestre (2dies/setmana)

TONIFICACIÓ

Exercicis per enfortir i tonificar tot el cos. Millora la resistència i el benestar físic amb rutines adaptades a cada nivell.

BV26527 Dimarts i dijous de 8 a 9 h o de 10 a 11 h

de l'1 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 46 €/trimestre (1dia/setmana), 68 €/trimestre (2dies/setmana)



Dibuix i pintura Adults

DIBUIX I PINTURA

Taller per explorar les arts plàstiques. Aprèn tècniques de dibuix i pintura, descobreix la teva expressió artística i gaudeix creant amb colors i formes.

BV26503 GRUP 1 Dimarts de 16 a 18 h.

BV26504 GRUP 2 Dimarts de 18 a 20 h

Del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny 2027 | **Edat:** Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 **Preu:** 20 €/mes



Manualitats - anuals Adults

MANUALITATS

Fem manualitats per decorar, crear i col·laborar en activitats del barri. Un espai per compartir, aprendre i gaudir fent coses amb les mans.

BV26511 dimarts i dijous d'11 a 13 h., del 15 de setembre de 2026 al 15 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** Gratuït

Manualitats - anuals Adults

MARQUETERIA I BRICOLATGE

Curs pràctic anual per aprendre marqueteria, electricitat bàsica i fontaneria d'una manera fàcil, útil i 100% pràctica. Ideal per guanyar autonomia a casa i descobrir el món dels oficis. No cal experiència prèvia.

BV26512 Dimecres de 16 a 18.15 h., del 16 de setembre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 12 €/mensual

CERÀMICA

Taller per modelar fang i crear peces úniques. Explora formes, textures i tècniques mentre connectes amb la creativitat i el treball manual.

BV26524 dilluns de 20 a 22 h., del 14 de setembre de 2026 al 14 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 90 €/trimestre



Manualitats - Monogràfics Adults

AEROMODELISME

Construcció i vol d'aeronaus a escala. Aprèn tècnica i física de forma pràctica i entretinguda en un entorn segur i col·laboratiu.

BV26508 | Dijous de 18 a 19.30 h., de l'1 d'octubre de 2026 al 25 de juny 2027

Lloc: Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 45 €/trimestre

Artesania tèxtil Adults

COSTURA CREATIVA

Aprèn a cosir a màquina, fer arranjaments, patchwork i petits projectes. Dona forma a les teves idees amb fils, agulles i creativitat.

BV26501 GRUP 1 de 16 a 18 h

BV26502 GRUP 2 de 18 a 20 h

Dimarts del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny 2027 | **Edat:** Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 25 €/mensual

Artesania tèxtil Adults

GANXET

Iniciació al ganxet: petits projectes amb llana, trapillo i corda. Aprendre a llegir patrons, fer pompons i passar-ho bé creant juntes.

BV26505 Dijous d'11 a 13 h., del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 20 €/mensual

Dansa i ball Adults

BALL EN LÍNIA

Dansa en grup amb coreografies senzilles. Millora la coordinació, la memòria i la forma física mentre socialitzes i et mous.

BV26509 Dimecres de 20 a 21 h., del 7 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

Lloc: Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 12 €/mensual



Música Adults

CORAL VISTA ALEGRE

Activitat pensada per a persones que volen cantar i gaudir de la música formant part d'un grup. No cal experiència prèvia ni tenir una gran veu. Assajos regulars i en un ambient acollidor i motivador, es treballaran cançons diverses, afinació, ritme i expressió musical.

BV26500 dimecres de 18 a 19.30 h., del 2 de setembre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 6 €/mensual

TALLER DE BATUCADA

Molt més que música; és , comunitat i diversió. Aquest grup de veïns i veïnes es reuneix per assajar, compartir riures i omplir el barri de ritmes vibrants i positius. Espai obert on la percussió es converteix en l'excusa perfecta per fer pinya i crear xarxa.

BV26522 dimecres de 18.30 a 19.30h., del 7 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Pati de l'Escola Annexa | **Preu:** 20 €/mensual

Memòria i reforç de la llengua Adults

ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

Activitats, jocs i tècniques per estimular la memòria, la concentració i les habilitats cognitives en un ambient lúdic i acollidor.

BV26507 Dimarts de 17 a 18 h, del 6 d'octubre de 2026 al 29 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 20 €/trimestre

Escacs i jocs de taula Adults

JOCS DE LA BOTIFARRA

Joc de cartes tradicional català per equips. Vine a jugar, fer amistats i passar una bona estona entrenant la ment.

BV26510 Dijous de 15 a 17 h

De l'1 de setembre de 2026 al 30 de juliol 2027 | **Edat:** Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** Gratuït

RUMMY

Vine a jugar al Rummy! Estimula la ment, millora la memòria i gaudeix d'una estona agradable en companyia.

BV26519 Dijous de 16 a 18h.

De l'1 de setembre de 2026 al 30 de juliol 2027 | **Edat:** Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** Gratuït

Creixement personal Adults

MEDITAR A VISTA ALEGRE

Un espai tranquil per iniciar-se en la meditació i connectar amb un mateix. Millora la claredat mental, troba la calma i potencia el teu benestar interior amb tècniques senzilles i guiades.

BV26513 Dimarts de 20.15 a 21.45 h, del 15 de setembre de 2026 al 29 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** Gratuït

DINÀMICA DE GRUP

Un grup de persones que ens trobarem disposades a compartir per aprendre a rebaixar els mecanismes de defensa que ens impedeixen expressar les emocions. Tots tenim problemes, il·lusions, esperances, penes i alegries. Compartint el que ens passa, esperem aprendre a reorientar-nos i encarar la vida de maneres més positives i satisfactòries.

BV26523 Dijous de 18.30 a 20 h, del 8 d'octubre de 2026 al 19 de novembre 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Morató i Grau 8 | **Preu:** 10 €

Comunicació, noves
tecnologies i robòtica
Adults

ESPAI DIGITAL

Aprèn a utilitzar el mòbil i l'ordinador des de zero i descobreix com la Intel·ligència Artificial et pot facilitar el dia a dia. Un espai pràctic i obert a tothom per perdre la por a la tecnologia, resoldre dubtes i dominar les aplicacions més útils i modernes del futur.

BV26506 Dijous de 16 a 18 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 30 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social - Ptge. Picapedrers 1 | **Preu:** 45 €/trimestre

Ciència, literatura i
pensament
Adults

CLUB DE LECTURA

Trobades mensuals per comentar llibres, intercanviar idees i fomentar el pensament crític en un espai de diàleg cultural.

BV26515 dilluns de 19 a 20 h, del 14 de setembre de 2026 al 28 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social Vista Alegre - Carme | **Preu:** GRATUÏT

Ciència, literatura i
pensament
Adults

XERRADES DE DIVULGACIÓ

Conferències gratuïtes amb professionals sobre temes diversos per fomentar el coneixement, la curiositat i la participació comunitària.

BV26517 Divendres mensual de 20 a 22 h, del 14 de setembre de 2026 al 28 de juny 2027

XERRADES CULTURALS D'ART

Xerrades obertes sobre art, història i cultura per reflexionar, compartir i apropar-nos al món cultural amb una mirada crítica i oberta.

BV26518 Divendres mensual de 20 a 22 h, del 14 de setembre de 2026 al 25 de juny 2027

Edat: Tots els públics | **Lloc:** Local Social Vista Alegre - Carme | **Preu:** Gratuït



Local Social de Pedreres - Fora Muralla

L'Associació de Veïns Pedreres-Fora Muralla es va constituir l'any 1991 i d'aleshores ençà ha estat sempre activa i atenta a les necessitats del barri.

Des de fa uns quants anys, amb la incorporació de nous veïns i veïnes i la renovació de la Junta i la Presidència, viu uns moments de gran dinamisme, tant a nivell d'organització i realització d'activitats culturals i lúdiques com pel que fa a les gestions pertinents per assolir millores urbanístiques i medi ambientals al barri i el seu entorn.

Venim d'uns anys que amb el Pla Especial del Parc de les Pedreres hem hagut de treballar de valent per la convivència i bona entesa amb el veïnatge i creiem fermament en el poder de les nostres activitats culturals i lúdiques adreçades als veïns i obertes a la ciutat per crear un barri cohesionat, amable i generador de vincles i xarxa social.

Som un barri verd, amable i acollidor i us animem a participar-hi a partir de les nostres propostes que trobareu recollides en el llibret del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal.

Que tinguem totes i tots un molt bon curs 2026-2027!



Pedreres
-Fora
Muralla



Activitats físiques Infantil i Juvenil

ESCOLETA DE TRAIL RUNNING GIRONA

Introducció al muntanyisme i a l'entorn natural a partir de jocs i activitats adaptades a cada edat.

Es realitzaran rutes a l'exterior.

(Cal estar federat 15/20€ anuals)

INSCRIPCIONS:

secretaria@clubesquigirona.com

BV26601 dilluns i/o divendres de 17.30 a 19h., del 14 de setembre de 2026 al 26 de maig 2027

Edat: De 6 a 16 anys | **Lloc:** Local Social AV Les Pedreres | **Preu mensual:** 30 € (1 DIA MENORS 10 ANYS), 45 € (2 DIES MENORS i MAJORS 10 ANYS) | **Organitza:** Associació de veïns de les Pedreres de Girona i Club trail-running Girona



Fotografia i audiovisual Infantil i Juvenil

TROBADES AFICIONATS A LA FOTOGRAFIA

L'Associació Gironina de Fotografia (AGFA), agrupa una colla d'aficionats a la fotografia. Aquestes sessions tenen l'objectiu de continuar practicant i ampliant els coneixements en fotografia, això com realitzar activitats que permetin posar-ho en pràctica.

INSCRIPCIONS: agfagirona@gmail.com

BV26602 dijous (cada 15 dies) de 20 a 21h., del 17 de setembre de 2026 al 17 de juny 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social AV Les Pedreres | **Preu:** 50 € (quota única inicial) | **Organitza:** Associació de veïns de les Pedreres de Girona



Activitats físiques Adults

SORTIM A CAMINAR

Sortides entre setmana per les tardes, adreçat a dones que vulguin fer senderisme i caminar per la natura.

INSCRIPCIONS: sortimacaminar@gmail.com

BV26600 de dilluns a divendres a les 18.30h., del 15 de setembre de 2026 al 19 de maig 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Local Social AV Les Pedreres | **Preu:** Gratuït | **Organitza:** Associació de veïns de les Pedreres de Girona i Club trail-running Girona

Local social de Torre Gironella

Des de l'Associació de Veïnes i Veïns de Torre Gironella treballem per la millora del barri i també organitzem activitats socials a partir de les demandes i necessitats del nostres veïns i veïnes. Des del nostre local social, que és un equipament annex del Centre Cívic Barri Vell-Mercadal, organitzem trobades comunitàries, com el vermut dels diumenges, sortides culturals i la nostra Festa Major. Enguany, a més, sembla que algun veïns i veïnes han agafat empenta per tirar endavant un grup de música que ens animarà i dinamitzarà certes festes i trobades populars. Iniciatives com aquestes ens encanten, ja que uns dels nostres principals objectius és donar oportunitat a la participació veïnal en tot allò que creguin del seu interès.

Moltes vegades tenim la sensació que quedem al darrera i el marge de la ciutat quan en realitat estem en una zona privilegiada de Girona. Des de l'Associació de Veïnes i Veïns de Torre Gironella us animem a venir a veure les nostres vistes de la ciutat i us desitgem un molt bon curs 2026-2027.

Per molts anys i endavant!

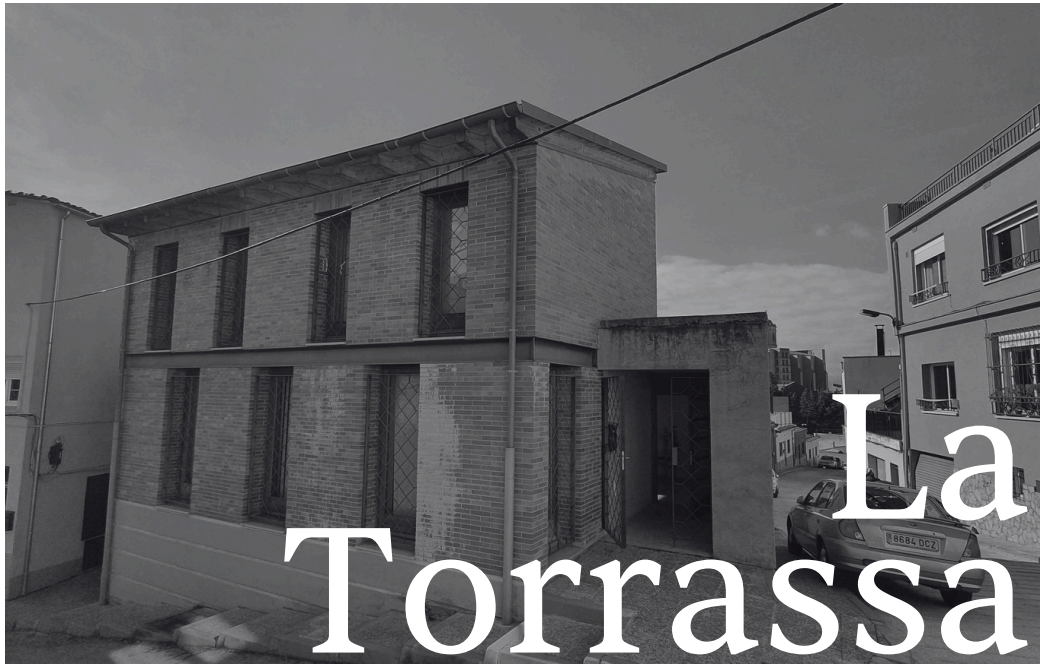


Local social de la Torrassa

L'Associació de Veïnes i Veïns de La Torrassa és un mitjà d'amistat i cooperació entre les veïnes i els veïns i entre totes les persones i entitats amb qui ens relacionem. A l'any 1968 s'inicia una projecte veïnal d'un barri construït a partir dels mateixos veïns i veïnes que, després de la seva jornada laboral es van dedicar a aixecar aquest barri i aquesta comunitat.

Amb els anys podem dir que estem orgullosos i orgullosos de com la convivència veïnal ens ha fet créixer com a barri. Des de l'Associació de Veïnes i Veïns de la Torrassa seguim treballant i vetllant per compartir experiències, com la de l'Slot Torrassa, millorar la qualitat de vida del nostre barri i establint vincles i xarxa amb la resta de la ciutat, com ha quedat demostrat amb la Festa Major d'enguany a on hem aconseguit reunir a molta gent de barri i de la mateixa ciutat de Girona.

Des de l'Associació de Veïnes i Veïns de La Torrassa esperem i desitgem que aquest curs 2026-2027 el gaudiu tant o més que nosaltres.



Serveis

Aules d'informàtica i Punt Òmnia

La Xarxa de Centres Cívics disposa de diferents Aules d'Informàtica i el Punt Òmnia del Centre Cívic Onyar per oferir formació i accés a les noves tecnologies a persones que volen introduir-se en el món de la informàtica o de les xarxes socials, així com aquelles que vulguin reciclar-se o fer cursos específics i especialitzats en format de monogràfics. Les aules d'informàtica dels centres cívics et posen a l'abast tot un món digital per descobrir, al teu centre cívic més proper!

Cursos

Cursos d'iniciació a la informàtica. Es treballa des dels aprenentatges inicials i pas a pas avançar cap a la informàtica bàsica.

Monogràfics

Tallers formatius de curta durada amb una proposta molt variada. Trobareu monogràfics que et proposen com conèixer el teu portàtil, l'ús de les xarxes socials, de la càmera a l'ordinador, saber com funciona un mòbil, les videoconferències, videotrucades, els grups de WhatsApp, fem servir l'skype, com utilitzar les tauletes, aplicacions per a mòbils, entre d'altres.

Espais internet

Als diferents centres cívics de la ciutat disposeu d'ordinadors d'accés lliure i

gratuït a Internet. Si us doneu d'alta al servei Esp@is Internet podreu gaudir de 15 hores d'ús al mes en sessions d'una hora. Si sou usuaris dels Esp@is Internet també podeu gaudir de la xarxa wi-fi dels equipaments municipals. Els Esp@is Wi-fi us permeten connectar a Internet de forma gratuïta a través d'un ordinador portàtil, una tauleta o un telèfon mòbil, amb un màxim de 30 sessions de 2 hores cadascuna, és a dir, 60 hores al mes.

En cas que no estigueu registrats també podeu utilitzar el servei wi-fi limitat a un màxim de 3 sessions de 30 minuts cadascuna. El servei només està obert dins de l'horari de l'equipament on estigueu utilitzant l'Esp@is Wi-fi.

Tallers de memòria per a la gent gran

Els tallers de manteniment de la memòria per a la gent gran tenen l'objectiu de prevenir les pèrdues de memòria i promoure l'autonomia de les persones grans, detectar i diagnosticar situacions de pèrdues de memòria i habilitats cognitives, i estimular el treball mental i els hàbits saludables.

Es realitzen una hora a la setmana, en grups d'entre 15 i 20 persones, en diferents equipaments vinculats a la Xarxa de Centres Cívics, distribuïts en el conjunt de barris de la ciutat. Tenen un cost de 15 € per curs i estan inclosos a la programació de cada centre cívic.

Informació i inscripcions

Recursos educatius

El programa de Recursos Educatius, gestionat pel servei municipal La Caseta-Serveis Educatius, és una concreció de la voluntat de la ciutat de Girona com a Ciutat Educadora i, per tant, en la idea de la corresponsabilitat social en l'Educació. La ciutat és una font d'educació per ella mateixa, filosofia que segueix la Carta de Ciutats Educadores.

La Xarxa de Centres Cívics participa del servei de recursos educatius adreçat al conjunt de les escoles de la ciutat, escoles bressol, escoles de primària i secundària. La proposta que oferim parteix de l'objectiu de donar a conèixer els diferents equipaments cívics i les activitats que s'impulsen al conjunt de la comunitat educativa.

web.girona.cat/en/caseta/recursoseducatius

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 15 de setembre de 2025 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 dona 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 2025–2026. Després seguïu 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 ante-

riors 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 es donarà preferència a les persones empadronades a Girona. El fet d'haver estat inscrit en alguna activitat en períodes o anys anteriors no dona 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 traspasar la vostra plaça a la primera persona de la llista de reserva.

2.4 En les activitats anuals es pot pagar fins el 26 de setembre del 2025 i el segon rebut fins el dia 3 de desembre de 2025.

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@is Internet 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.

CALENDARI CENTRES CÍVIC BARRI VELL 2026-2027

SETEMBRE						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE						
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVEMBRE						
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DESEMBRE						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

GENER						
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRER						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

MARÇ						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ABRIL						
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MAIG						
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUNY						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18*	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

JULIOL						
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23*	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGOST						
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

INICI/FINAL DE CURS
DIES SENSE CURSOS
DIES FESTIUS

CENTRE TANCAT (DIA NO FESTIU)
* TANCADA EQUIP CCBV i XCC
FESTIVAL LUDIVERS

Preinscripcions de l'1 al 15
de setembre de 2026
girona.cat/inscripcions



Segueix-nos

-  Centres Cívics Girona
-  @ccivics_gi
-  @ccivics_gi
-  gironatv



Centre Cívic Barri Vell-Mercadal
Espai Cívic Mercadal
Espai Cívic La Rosaleda
Local social de l'AV Carme-Vista Alegre
Local social de l'AV Les Pedreres
Local social de Sant Daniel

DL Gi 1320-2026