

Cursos i tallers

Programació 2026-2027



Centre Cívic
Ter



Centre Cívic Ter

ccter@ajgirona.cat

www.girona.cat/ccivics

C/ Can Sunyer, 46

17007 Girona Tel. **972 414952**

Horari d'atenció:

De dilluns a divendres

de 9 a 13 h i de 16 a 20 h

Horari d'atenció d'estiu:

De dilluns a divendres

de 9 a 15 h

Agost tancat

Casal Jubilats i Pensionistes de Taialà

C/de la Modaguera Gran 1, 17007, Girona

Tel: **972 617495 / 972 414952**

Horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h

Local Social Torre Taialà

C/Torre de Taialà 45-47, 17007, Girona

Tel: **972 414952**

ccter@ajgirona.cat

Local Social de Taialà

C/Josep Maria Prat i Roca, 13, 17007, Girona

Tel: **972 414952**

ccter@ajgirona.cat



**Centre Cívic
Ter**



Benvolgudes veïnes, benvolguts veïns,

Amb molta **il·lusió i compromís** us presentem la programació del Centre Cívic Ter per a aquest nou **curs 2026/2027**. És una proposta que va molt més enllà d'un recull de cursos i activitats: és el resultat d'un **treball compartit** entre el **Centre Cívic, les entitats, els serveis i les persones** que, dia a dia, fan créixer l'**Esquerra del Ter**.

Aquest ha estat el meu primer curs com a directora del Centre Cívic Ter i he pogut descobrir un territori ric en **iniciatives, compromís i ganes de construir comunitat**. Aquesta programació n'és un reflex: **una proposta coproduïda, diversa i oberta**, pensada perquè **tothom** hi pugui trobar un **espai on aprendre, compartir, crear, participar i sentir-se part del barri**.

Una programació que es portarà a terme al **Centre Cívic Ter**, al **Casal de la Gent Gran de Talalà** i al **Local Social de Torre Talalà**, amb l'esperit d'unificar capacitats, habilitats, coneixements i esforços que cada entitat i servei hi ha pogut aportar.

Hi trobareu **cursos i tallers, espais de trobada oberts i inclusius, grups de suport i d'ajuda mútua, espais culturals de proximitat**, així com **jornades, accions i projectes comunitaris** impulsats **conjuntament** amb les **entitats i els serveis de l'Esquerra del Ter**.

Cada activitat és una **oportunitat** per **descobrir nous interessos, conèixer persones, enfortir vincles** i continuar fent dels nostres **barris** un lloc més **acollidor, inclusiu i cohesionat**.

El Centre Cívic Ter vol ser un **espai de convivència**. Un lloc on les diferències ens enriqueixen, on la participació dona sentit als projectes i on el **sentiment de pertinença** es construeix **compartint temps, experiències i il·lusions**.

Us convido a **fer vostra aquesta programació, a participar-hi activament i a continuar construint**, entre totes i tots, una **Esquerra del Ter viva, solidària i plena d'oportunitats**.

Associacions, entitats socials, agents educatius, serveis municipals, i voluntaris i voluntàries i tantes altres persones, organitzacions i col·lectius que ho feu possible: de part de tot l'equip del Centre Cívic Ter, **gràcies per acompanyar-nos en el camí i fer-ho possible**. Tot el que hi llegireu aquí duu, també, **la vostra empremta**.

Ens hi trobem!

Marta Roura Cervià
Centre Cívic Ter



Índex

- **Nadons (0 a 3 anys)**

Salut.....7

- **Infantil i juvenil (3 a 17 anys)**

Dibuix i pintura.....8

Manualitats.....9

Artesania tèxtil.....10

Dansa i ball.....13

Música.....16

Teatre i arts escèniques.....17

Cuina.....18

Idiomes.....19

- **En família**

Cuina.....21

- **Adults**

Dibuix i pintura.....22

Manualitats.....23

Artesania tèxtil.....25

Activitats físiques.....28

Dansa i ball.....33

Música.....39

Teatre i arts escèniques.....40

Cuina.....41

Salut.....43

Idiomes.....45

Memòria i reforç de la llengua.....46

Comunicació, noves tecnologies i robòtica.....49

Natura, ecologia i sostenibilitat.....50



Índex

• Informació i inscripcions	51
• Altres activitats	
Espais de trobada.....	54
Grups de suport i autoajuda.....	60
Grups de salut a càrrec del CAP Dr Joan Vilaplana.....	61
Formació d'adults.....	62
Espais culturals de proximitat: exposicions.....	63
Espais culturals de proximitat: grups d'assaig.....	64
Espais culturals de proximitat: espectacles i celebracions.....	66
Cultura tradicional.....	71
• Calendari comunitari	72
• Projectes	74
• Equipaments i serveis	78



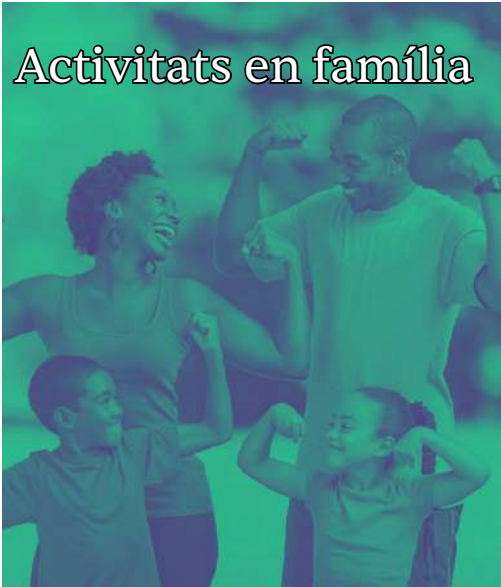
Activitats per nadons (0-3 anys)



Activitats infantils i juvenils



Activitats en família



Activitats per adults



Espais de trobada, grups de suport i autoajuda, espais culturals de proximitat, formació d'adults, calendari comunitari, projectes....



Nadons (0-3 anys)

TE26001 Alimentació complementària NOU!

Introducció a l'alimentació complementària oferint informació i orientació a famílies amb nadons de 3 a 6 mesos sobre els primers aliments, promovent hàbits saludables a taula i incorporant pautes bàsiques d'higiene bucodental en la primera infància. També s'ofereix un espai per resoldre dubtes de les famílies.

Experta: Ariadna Carpio (dietista i nutricionista)

Primer divendres de mes de 11 a 12 h: 2 d'octubre, 6 de novembre, 4 de desembre, 8 de gener, 5 de febrer, 5 de març, 2 d'abril, 14 de maig i 4 de juny.

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana



Dibuix i pintura - infantil i juvenil

TE26002 Laboratori d'art jove (13-17 anys)  **NOU!**

Un espai per imaginar, experimentar i crear. Explorarem el dibuix, la pintura i el gravat mitjançant diferents tècniques i materials, fomentant la creativitat, la curiositat i el desenvolupament d'un llenguatge artístic propi.

Professora: Mailen Navas

Dijous de 17 a 18.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: De 13 a 17 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 160 €

Organitza: Associació d'art Blaublau



Manualitats - infantil i juvenil

TE26003 Joieria creativa NOU!

Vols crear les teves pròpies joies i compartir l'experiència amb altres persones creatives? Aprendre a utilitzar les eines bàsiques i treballarem materials com el llautó, el coure, l'alpaca i la plata. Crearem peces a partir de fils i planxes, amb tècniques com el calat, les textures i la soldadura. Podrem reutilitzar i reciclar materials per donar un toc original i personal a les nostres creacions.

Professora: Sabrina Sampere

Dimarts de 16 a 18 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 180 €

Organitza: Associació Dones de l'Horitzó amb el suport del Centre Cívic Ter





Artesania tèxtil - infantil i juvenil

TE26004 Costura pràctica (dimecres)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 15 a 17 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 155 €

Organitza: Associació Entremans

TE26005 Costura pràctica (dijous)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Dijous de 15.45 a 17.45 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 155 €

Organitza: Associació Entremans

TE26006 Costura pràctica (divendres 15.30 h)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Divendres de 15.30 a 18 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 190 €

Organitza: Associació Entremans

TE26007 Costura pràctica (divendres 18.15 h)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Divendres de 18.15 a 20.45 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 190 €

Organitza: Associació Entremans

TE26008 Fem nines de roba ★ NOU!

Aprèn tècniques diferents de fer nines de roba a través de tres projectes creatius i originals. Un taller per gaudir de la costura, la imaginació i el treball artesanal, sense necessitat d'experiència prèvia.

Professora: Araceli Rodríguez

Divendres de 16.30 a 18.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 60 € (cost del material)

Organitza: Associació Entremans



TE26009 Patchwork (dilluns)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dilluns de 17 a 20 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26010 Patchwork (dimarts)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dimarts de 17 a 20 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26011 Patchwork (nivell inicial)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dimarts de 10 a 13 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26012 Patronatge Sistema Martí

Aquest sistema de patronatge permet l'adaptació de la peça de roba al cos de la persona. Aprendre a prendre mesures per elaborar patrons base de faldilla, pantalons i cos. Aquests patrons es posaran a prova tallant-los i cosint-los.

Professora: Carmen Duque

Dijous de 18 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 Ter | **Preu:** 210 €

Organitza: Associació Entremans

Artesania tèxtil - infantil i juvenil MONOGRÀFICS

TE26013 Petits arranjaments amb la teva màquina (octubre)

Curs adreçat a aquelles persones que vulguin tenir les nocions bàsiques del funcionament de la pròpia màquina de cosir, o que vulguin aprofundir allò que ja saben i dominar encara més els secrets de la seva màquina de cosir.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 17.15 a 19.15 h, del 7 al 28 d'octubre de 2026

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 50 €

Organitza: Associació Entremans

TE26014 Petits arranjaments amb la teva màquina (novembre)

Curs adreçat a aquelles persones que vulguin tenir les nocions bàsiques del funcionament de la pròpia màquina de cosir, o que vulguin aprofundir allò que ja saben i dominar encara més els secrets de la seva màquina de cosir.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 17.15 a 19.15 h, del 7 al 25 de novembre de 2026

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 50 €

Organitza: Associació Entremans

Dansa i ball - infantil i juvenil

TE26015 Anglès, dansa i creativitat (3 a 6 anys)

Aprendre anglès mentre es juga, es mou donant ales a la seva imaginació. Explorar la dansa a través de jocs creatius i descobrir com expressar emocions amb el cos, millorant la coordinació i l'equilibri, incorporant paraules noves, números, colors i expressions en anglès a través de cançons i històries.

Professora: Betlem Burcet

Divendres de 17.30 a 18.15 h, del 2 de d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: De 3 a 6 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 200 €

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE26016 Dansa irlandesa (iniciació)

Dansa Irlandesa per totes les edats – Mou-te, descobreix, supera't!

No cal experiència prèvia. T'agrada la música del Titanic? T'emociona el so del violí irlandès o t'imagines ballant en un pub celta envoltat de ritmes trepidants? Aquest curs és per a tu.

Professora: Betlem Burcet

Divendres de 18.15 a 19.30 h, del 2 de d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 7 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 225 €

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès



TE26017 Dansa irlandesa (avançat)

Cal experiència prèvia. Combinem ritme, energia i tradició. Ballar és molt més que seguir passos: és descobrir una cultura vibrant, fer esport, compartir valors i créixer dins d'un grup. No separem per edats, sinó per nivells, perquè tothom pugui avançar al seu ritme en un ambient de respecte i motivació.

Professora: Betlem Burcet

Divendres de 19.30 a 20.45 h, del 2 de d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 7 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 226 €

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE26018 Dansa irlandesa per a tothom

Amb la dansa irlandesa faràs exercici sense adonar-te'n, milloraràs la postura, l'equilibri, l'agilitat i la memòria... i riuràs i respiraràs. Les classes són independents i obertes: pots venir el dia que vulguis, sense compromís. Només pagues si hi assisteixes. No cal parella ni experiència prèvia

Professora: Betlem Burcet

Dissabtes quinzenals de 11.30 a 13.30 h, del 3 d'octubre de 2026 al 12 de juny de 2027

Edat: A partir de 5 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 10 € per sessió

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE26019 Dansa tahitiana (nivell 1)

Classes d'iniciació de dansa tahitiana, originària de Tahití i les seves illes del Pacífic, per conèixer una cultura lligada al mar, a la natura i a tots els seus elements. Ballarem melodies amb les mans, explicant històries i llegendes tahitianes, i mourem els malucs al ritme de les percussions més vibrants.

Professora: Irene Álvarez

Dijous de 18 a 19.15 h, del 1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 12 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 110 €

Organitza: Associació Som-hi. Natura, esport, cultura.



TE26020 Salsa

Nivell d'introducció a la salsa cubana, on aprendrem passos bàsics introduint-los al ball social com la "Rueda de casino".

Professor: Carlos García

Dilluns de 18.15 a 19.15 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 125 € **Organitza:**

Associació Dones de l'Horitzó

Dansa i ball - infantil i juvenil MONOGRÀFICS

TE26059 Rumba (iniciació) ★ NOU!

Descobreix l'energia, l'alegria i el ritme de la rumba flamenca i catalana. Aprendre els passos bàsics, la coordinació amb la música i diferents figures característiques d'aquest estil. No cal experiència prèvia ni venir amb parella. Si t'apuntes a dos monogràfics de la Selena Horvath, tindràs un descompte i els dos cursos et valdran 75€.

Professora: Selena Horvath

Dissabtes de 12 a 13 h, del 6 de febrer de 2026 al 24 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 60 €

Organitza: Associació cultural FODANSA

TE26061 Sevillanes (iniciació) ★ NOU!

Perfecciona la tècnica, explora la creativitat i prepara't per brillar a la feria! Gaudeix d'un ambient estimulant i comparteix vivències. T'esperem per seguir ballant amb alegria i força. Si t'apuntes a dos monogràfics de la Selena Horvath, tindràs un descompte i els dos cursos et valdran 75€.

Professora: Selena Horvath

Dissabtes de 11 a 12 h, del 6 de febrer de 2026 al 24 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 59 €

Organitza: Associació cultural FODANSA



Música - infantil i juvenil

TE26021 Taller de batucada ★ NOU!

Aprendrem a tocar ritmes de percussió amb els instruments d'una batucada. Un taller ideal per fer en família, en un espai inclusiu per a totes les edats i sense necessitat de coneixement previ. Desenvoluparem els sentits del ritme, la coordinació, el ball i la cohesió de grup. Podràs desfilat a les concentracions en les que participa l'Associació Caixa de Trons i fer molts amics.

Professor: Ferran Sisa

Dijous de 20.30 a 22.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 8 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Grauit

Organitza: Caixa de Trons Girona



Teatre i arts escèniques - infantil i juvenil

TE26022 Taller de porta-gegants

Curs per aprendre a portar gegants i capgrossos, ballar les seves músiques i passar una bona estona. Un projecte com aquest permet a la gent sentir-se partícip en un grup social nou amb un ambient creatiu. Podràs desfilar a les concentracions en les que participa l'Associació Caixa de Trons i fer amics.

Professor: Alfred Faixeda

Dijous de 20.30 a 22.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 12 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Grauit

Organitza: Caixa de Trons Girona



Cuina - infantil i juvenil

TE26023 Gran xef  NOU!

T'agradaria preparar aquelles receptes virals que veus a TikTok, Instagram o YouTube? En aquest taller descobrirem les últimes tendències culinàries, des de postres espectaculars fins a plats d'arreu del món, adaptant-los perquè els puguis fer a casa.

Professora: Júlia Fàbregas

Tercer dissabte de mes de 10.30 a 12.30 h: 17 d'octubre, 28 de novembre, 23 de gener, 20 de febrer, 17 d'abril i 22 de maig.

Edat: De 12 a 17 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 72 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove



Idiomes- infantil i juvenil

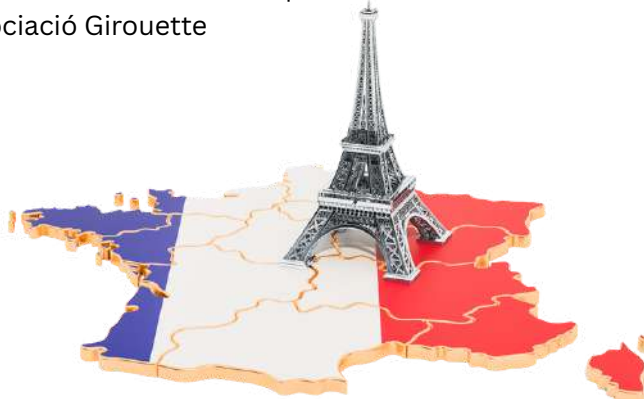
TE26024 Flam mini héros (4-5 anys)

Classes avançades de francès per a nens i nenes francòfons d'entre 4 i 5 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.

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

Edat: 4-5 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 215 €

Organitza: Associació Girouette



TE26025 Flam super héros (5-6 anys)

Classes avançades de francès per a nens i nenes francòfons d'entre 5 i 6 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.

Dimecres de 17.30 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: 5-6 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 315 €

Organitza: Associació Girouette

TE26026 Flam explorateurs (7-8 anys)

Classes avançades de francès per a nens i nenes francòfons d'entre 7 i 8 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.

Dimecres de 17.30 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: 7-8 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 315 €

Organitza: Associació Girouette



TE26027 Flam intrépides (9-10 anys)

Classes de francès per a nens i nenes francòfons d'entre 9 i 10 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.

Dimecres de 17.30 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: 9-10 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 315 €

Organitza: Associació Girouette

TE26028 Flam créatifs (11-15 anys)

Classes de francès per a nens i nenes francòfons d'entre 11 i 15 anys. Treballarem la llengua francesa a través d'exercicis divertits i suports variats.

Dimecres de 17.30 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: 4-5 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 315 €

Organitza: Associació Girouette

En família

TE26029 Petit xef amb famílies NOU!

Una proposta per compartir temps de qualitat cuinant en família. A través de receptes senzilles, de temporada i inspirades en diferents tradicions culinàries, infants i adults elaboraran plats conjuntament mentre descobreixen noves cultures i sabors. Cada membre de la família s'ha d'inscriure.

Professora: Júlia Fàbregas

Primer dissabte de mes de 10.30 a 12.30 h: 3 d'octubre, 7 de novembre, 12 de desembre, 9 de gener, 6 de febrer, 6 de març, 3 d'abril, 8 de maig i 5 de juny.

Edat: A partir de 8 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 72 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove



Dibuix i pintura - adults

TE26030 Taller d'art NOU!

Adreçat a persones amb ganes de provar i experimentar el dibuix i/o la pintura per primera vegada, i als que ja coneixen el medi i els agradaria millorar, aprofundir o simplement treballar en un entorn compartint les noves troballes i experiències artístiques. Taller obert amb diferents nivells i ritmes.

Professora: Mariona Terrats

Dimecres de 19 a 21 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 185 €

Organitza: Associació d'art Blaublau amb el suport del Centre Cívic Ter



Manualitats - adults

TE26031 Fusteria (introducció) ★ NOU!

Introduïrem eines pròpies de l'ofici de fusteria, així com coneixements generals de la fusta, els acabats i diverses tècniques de treball per realitzar projectes senzills de fusta. Hi haurà suport tècnic i s'encoratjarà a experimentar, provar, gaudir de construir un projecte com ara un penjador, un portallapis o un tamboret senzill... Tots els materials estan inclosos en el preu.

Professora: Elisenda H. Caamaño

Dijous de 18 a 20 h, de l' 1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Local Social de Torre Tialà | **Preu:** 112 €

Organitza: Centre Cívic Ter



TE26003 Joieria creativa ★ NOU!

Vols crear les teves pròpies joies i compartir l'experiència amb altres persones creatives? Aprendrem a utilitzar les eines bàsiques i treballarem materials com el llautó, el coure, l'alpaca i la plata. Crearem peces a partir de fils i planxes, amb tècniques com el calat, les textures i la soldadura. Podrem reutilitzar i reciclar materials per donar un toc original i personal a les nostres creacions.

Professora: Sabrina Sampere

Dimarts de 16 a 18 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 180 €

Organitza: Associació Dones de l'Horitzó amb el suport del Centre Cívic Ter

TE26032 Manualitats (gent gran) NOU!

Activitat divertida, relaxant i per compartir amb bona companyia, vine al taller de manualitats! Un espai ideal per moure les mans i despertar la imaginació. Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Taialà.

Professores: Mònica Canals i Chelo Marín

Dimarts de 10.30 a 12 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Taialà | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació de Pensionistes i Jubilats de Taialà



Manualitats - adults MONOGRÀFICS

TE26033 Cistelleria creativa

Treballarem diferents materials de cistelleria, com la balca, el vímet o l'espart. Entreteixirem les diferents fibres, i donarem forma a les nostres creacions, com una panera de cul de queixal per la fruita de vímet, una escombreta d'espart, uns estalvis per la cuina de balca, i també un test de vímet per fer lluir a casa!

Professor: Aleix Grifolls

Dilluns de 18.30 a 20 h, del 5 d'octubre al 21 de desembre de 2026

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 45 €

Organitza: Centre Cívic Ter





Artesania tèxtil - adults

TE26004 Costura pràctica (dimecres)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 15 a 17 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 155 €

Organitza: Associació Entremans

TE26005 Costura pràctica (dijous)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Dijous de 15.45 a 17.45 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 155 €

Organitza: Associació Entremans

TE26006 Costura pràctica (divendres 15.30 h)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Divendres de 15.30 a 18 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 190 €

Organitza: Associació Entremans

TE26007 Costura pràctica (divendres 18.15 h)

Pots fer des d'arranjaments fins a crear la teva pròpia roba. Costura creativa en funció dels teus interessos i habilitats.

Professora: Carmen Duque

Divendres de 18.15 a 20.45 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 190 €

Organitza: Associació Entremans

TE26008 Fem nines de roba ★ NOU!

Aprèn tècniques diferents de fer nines de roba a través de tres projectes creatius i originals. Un taller per gaudir de la costura, la imaginació i el treball artesanal, sense necessitat d'experiència prèvia.

Professora: Araceli Rodríguez

Divendres de 16.30 a 18.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 60 €

Organitza: Associació Entremans



TE26009 Patchwork (dilluns)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dilluns de 17 a 20 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26010 Patchwork (dimarts)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dimarts de 17 a 20 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26011 Patchwork (nivell inicial)

Curs de patchwork en el que podràs fer múltiples creacions, com ara mantes, bosses de mà, làmpares, etc.

Professora: Asun Cardo

Dimarts de 10 a 13 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 198 €

Organitza: Associació Entremans

TE26012 Patronatge Sistema Martí

Aquest sistema de patronatge permet l'adaptació de la peça de roba al cos de la persona. Aprendrem a prendre mesures per elaborar patrons base de faldilla, pantalons i cos. Aquests patrons es posaran a prova tallant-los i cosint-los.

Professora: Carmen Duque

Dijous de 18 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 Ter | **Preu:** 210 €

Organitza: Associació Entremans



Artesania tèxtil - adults MONOGRÀFICS

TE26013 Petits arranjaments amb la teva màquina (octubre)

Curs adreçat a aquelles persones que vulguin tenir les nocions bàsiques del funcionament de la pròpia màquina de cosir, o que vulguin aprofundir allò que ja saben i dominar encara més els secrets de la seva màquina de cosir.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 17.15 a 19.15 h, del 7 al 28 d'octubre de 2026

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 50 €

Organitza: Associació Entremans

TE26014 Petits arranjaments amb la teva màquina (novembre)

Curs adreçat a aquelles persones que vulguin tenir les nocions bàsiques del funcionament de la pròpia màquina de cosir, o que vulguin aprofundir allò que ja saben i dominar encara més els secrets de la seva màquina de cosir.

Professora: Carmen Duque

Dimecres de 17.15 a 19.15 h, del 7 al 25 de novembre de 2026

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 50 €

Organitza: Associació Entremans



TE26034 Estiraments i flexibilitat (dimarts)

Poderosos exercicis d'estiraments combinats amb la respiració que afluïxen les parts rígides del cos, passant a un estat flexible i saludable. L'energia circula millor, ens aporta vitalitat a les cèl·lules i un estat d'equilibri.

Professora: Roser Massegú

Dimarts de 10 a 11 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 148 € **Organitza:** Associació Entremans

TE26035 Estiraments i flexibilitat (divendres)

Poderosos exercicis d'estiraments combinats amb la respiració que afluïxen les parts rígides del cos, passant a un estat flexible i saludable. L'energia circula millor, ens aporta vitalitat a les cèl·lules i un estat d'equilibri.

Professora: Roser Massegú

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

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 148 € **Organitza:** Associació Entremans



TE26036 Gimnàstica terapèutica i manteniment (dimecres 10 h)

Exercicis adaptats a les limitacions de la gent major de 65 anys per millorar la salut, mobilitat i benestar (sessions en cadira, de peu i amb suports). Millora de la flexibilitat, la força, l'equilibri i la postura amb exercicis dinàmics i variats.

Professora: Elisabeth Cots

Dimecres de 10 a 11 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 140 € **Organitza:** Associació Dones de l'Horitzó

TE26037 Gimnàstica terapèutica i manteniment (dimecres 11 h)

Exercicis adaptats a les limitacions de la gent major de 65 anys per millorar la salut, mobilitat i benestar (sessions en cadira, de peu i amb suports). Millora de la flexibilitat, la força, l'equilibri i la postura amb exercicis dinàmics i variats.

Professora: Elisabeth Cots

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

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 140 € **Organitza:** Associació Dones de l'Horitzó

TE26038 Hipopressius

Curs per tenir cura del cos de forma global i respectuosa, independentment de l'edat, la preparació física o l'experiència prèvia. Treball corporal global que millora la musculatura del perineu (millora incontinència urinària, prolapses...), enforteix la faixa abdominal, millora la qualitat de les relacions sexuals, redueix mals d'esquena i millora la postura.

Professora: Elisabeth Cots

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

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 140 € **Organitza:** Associació Dones de l'Horitzó



TE26039 Ioga (dilluns 19 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

Dilluns de 19 a 20.15 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat

TE26040 Ioga (dilluns 20.30 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

Dilluns de 20.30 a 21.45 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat

TE26041 Ioga (dimarts 10 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

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

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat

TE26042 Ioga (dimecres 17.30 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

Dimecres de 17.30 a 18.45 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat



TE26043 Ioga (dimecres 19 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

Dimecres de 19 a 20.15 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat

TE26044 Ioga (dijous 10 h)

Tècnica mil·lenària que a partir del coneixement del cos i el psiquisme humà, fa servir postures o asanes que es combinen de forma específica i respectuosa cap a les persones que les practiquen que permet arribar a l'equilibri interior, proporcionant benestar més enllà del dia en què són practicades.

Professora: Carme Martínez

Dijous de 10 a 11.15 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 146 € | **Organitza:** AV Germans Sàbat

TE26045 Kundalini Ioga

El kundalini és un estil de ioga que a través de postures i respiració, exercicis de pranayama, tancaments energètics (bandhas) i mudras, busca obrir i equilibrar la globalitat de l'ésser humà; el cos físic, emocional, mental i espiritual.

Professora: Eva LaFuente

Divendres de 15.30 a 17 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 160 €

Organitza: Associació Entremans

TE26046 Pilates

Treballem tota la musculatura, principalment la zona abdominal i el sòl pelvià. Tècnica sense impacte ni risc per les articulacions. Exercicis dinàmics que milloren l'estabilitat i l'equilibri, prenent consciència del nostre cos.

Professora: Mar Martínez

Divendres de 18 a 19 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 140 €

Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

TE26047 Pilates dinàmic (dimarts)

Treballem tota la musculatura, principalment la zona abdominal i el sòl pelvià. Tècnica sense impacte ni risc per a les articulacions. Exercicis dinàmics que milloren l'estabilitat, l'equilibri i la respiració. Aquest curs està pensat per a persones que ja han realitzat una pràctica similar.

Professora: Olga del Río

Dimarts de 19.30 a 20.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 150 €

Organitza: Associació Entremans

TE26048 Pilates dinàmic (dimecres)

Treballem tota la musculatura, principalment la zona abdominal i el sòl pelvià. Tècnica sense impacte ni risc per a les articulacions. Exercicis dinàmics, que milloren l'estabilitat, l'equilibri i la respiració. Aquest curs està pensat per a persones que ja han realitzat una pràctica similar.

Professora: Maite Gómez

Dimecres de 20.30 a 21.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 150 €

Organitza: Associació Entremans

TE26049 Pilates dinàmic i correcció postural.

Nivell 1 (dimarts)

Treballem tota la musculatura, principalment la zona abdominal i el sòl pelvià. Tècnica sense impacte ni risc. Exercicis dinàmics que milloren l'estabilitat, l'equilibri i la respiració. Curs pensat per persones que no han tingut contacte amb aquesta tècnica ja que es vetllarà la correcció postural.

Professora: Olga del Río

Dimarts de 20.30 a 21.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 150 €

Organitza: Associació Entremans

Dansa i ball - adults

TE26050 Balls en línia (Gent gran) (grup 1)

Curs per perfeccionar els passos i les coreografies dels balls en línia. Diverteix-te sintonitzant amb la música. Les inscripcions i el pagament són al casal de la Gent Gran Tialà en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tialà.

Professora: Reme Guzman

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

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 15 €

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Tialà

TE26051 Balls en línia (Gent gran) (grup 2)

Curs per perfeccionar els passos i les coreografies dels balls en línia. Diverteix-te sintonitzant amb la música. Les inscripcions i el pagament són al casal de la Gent Gran Tialà en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tialà.

Professora: Reme Guzman

Dimarts de 17.15 a 18.15 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 15 €

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Tialà



TE26052 Balls en línia (Gent gran) (grup 3)

Curs per perfeccionar els passos i les coreografies dels balls en línia. Diverteix-te sintonitzant amb la música. Les inscripcions i el pagament són al casal de la Gent Gran Taialà en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Taialà.

Professora: Reme Guzman

Dimarts de 18.30 a 19.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 15 €

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Taialà

TE26053 Dansa del ventre (nivell 1)

La dansa del ventre és una de les més antigues que es conserven. Font espiritual que ha creat comunitat entre dones i ha estat exhibida en escenaris de tot el món. Tan si et vols dedicar a ballar com si vols compartir, riure, millorar la tècnica aquest curs et farà perdre la vergonya i alliberar-te de la rutina diària.

Professora: Lisset Escudero

Dimarts de 19.30 a 20.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 25 de maig de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 152 € **Organitza:** Associació cultural FODANSA

TE26054 Dansa del ventre (nivell 2)

La dansa del ventre és una de les més antigues que es conserven. Font espiritual que ha creat comunitat entre dones i ha estat exhibida en escenaris de tot el món. Tan si et vols dedicar a ballar com si vols compartir, riure, millorar la tècnica aquest curs et farà perdre la vergonya i alliberar-te de la rutina diària.

Professora: Lisset Escudero

Dimarts de 18.30 a 19.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 25 de maig de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 153 € **Organitza:** Associació cultural FODANSA

TE26016 Dansa irlandesa (iniciació)

Dansa Irlandesa per totes les edats – Mou-te, descobreix, supera't!
No cal experiència prèvia. T'agrada la música del Titanic? T'emociona el so del violí irlandès o t'imagines ballant en un pub celta envoltat de ritmes trepidants? Aquest curs és per a tu.

Professora: Betlem Burcet

Divendres de 18.15 a 19.30 h, del 2 de d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 7 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 225 €

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE26017 Dansa irlandesa (avançat)

Cal experiència prèvia. Combinem ritme, energia i tradició. Ballar és molt més que seguir passos: és descobrir una cultura vibrant, fer esport, compartir valors i créixer dins d'un grup. No separem per edats, sinó per nivells, perquè tothom pugui avançar al seu ritme en un ambient de respecte i motivació.

Professora: Betlem Burcet

Divendres de 19.30 a 20.45 h, del 2 de d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027

Edat: A partir de 7 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 226 €

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès



TE26018 Dansa irlandesa per a tothom

Amb la dansa irlandesa faràs exercici sense adonar-te'n, milloraràs la postura, l'equilibri, l'agilitat i la memòria... i riuràs i respiraràs. Les classes són independents i obertes: pots venir el dia que vulguis, sense compromís. Només pagues si hi assisteixes. No cal parella ni experiència prèvia.

Professora: Betlem Burcet

Dissabtes quinzenals de 11.30 a 13.30 h, del 3 d'octubre de 2026 al 12 de juny de 2027

Edat: A partir de 5 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 10 € per sessió

Organitza: Associació Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

TE26019 Dansa tahitiana (nivell 1)

Classes d'iniciació de dansa tahitiana, originària de Tahití i les seves illes del Pacífic, per conèixer una cultura lligada al mar, a la natura i a tots els seus elements. Ballarem melodies amb les mans, explicant històries i llegendes tahitianes, i mourem els malucs al ritme de les percussions més vibrants.

Professora: Irene Álvarez

Dijous de 18 a 19.15 h, del 1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 12 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 110 €

Organitza: Associació Som-hi. Natura, esport, cultura.

TE26055 Dansa tahitiana (nivell 2)

Classes d'aprofundiment de dansa tahitiana, originària de Tahití i les seves illes al bell mig del Pacífic, per conèixer una dansa i tota una cultura lligada completament al mar, a la natura i a tots els seus elements. Ballarem dolces melodies amb les mans, explicant històries i llegendes tahitianes, i mourem els malucs al ritme de les percussions més vibrants.

Professora: Irene Álvarez

Dijous de 19.15 a 20.30 h, del 1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 112 €

Organitza: Associació Som-hi. Natura, esport, cultura.



TE26020 Salsa NOU!

Nivell d'introducció a la salsa cubana, on aprendrem passos bàsics introduint-los al ball social com la "Rueda de casino".

Professor: Carlos García

Dilluns de 18.15 a 19.15 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 125 € **Organitza:** Associació Dones de l'Horitzó

TE26056 Sardanes NOU!

Curs de sardanes nivell inicial, dissenyat perquè qualsevol persona, sense cap coneixement previ ni preparació física especial, pugui aprendre a ballar la dansa tradicional catalana. Inscripcions al casal: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tàialà.

Professor: Joan Alcalà

Dimecres de 16 a 17 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal gent gran de Tàialà | **Preu:** Gratuït

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Tàialà

Dansa i ball - adults

MONOGRÀFICS

TE26057 Balls de saló NOU!

Balls de saló nivell inicial, dissenyat perquè parelles o persones individuals aprenguin les passes bàsiques dels balls de parella més populars, sense necessitat de tenir experiència. Vals, pasdoble, bolero, cha-cha-chá... Inscripcions i pagament al casal: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tàialà.

Professor: Karlos Guerrero

Dimarts de 18.15 a 19.15 h, del 6 d'octubre al 22 de desembre de 2026

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal gent gran de Tàialà | **Preu:** 25 €

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Tàialà

TE26058 Cercle de dones Atmananda: moviment, creativitat, connexió i tribu NOU!

Espai pensat per a dones que desitgin reconnectar amb la seva energia femenina i amb la força de la comunitat femenina. A través del moviment, la creativitat i l'expressió, es crea un entorn segur i acollidor on compartir, explorar i empoderar-se. Les sessions combinen recursos corporals i artístics com la dansa, el ioga, l'artteràpia, la veu i l'expressió emocional.

Professora: Cristina Diez

Dissabtes de 10 a 11.45 h, del 3 d'octubre al 28 de novembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 89 € **Organitza:** Associació cultural FODANSA

TE26059 Rumba (iniciació) NOU!

Descobreix l'energia, l'alegria i el ritme de la rumba flamenca i catalana. Aprendrem els passos bàsics, la coordinació amb la música i diferents figures característiques d'aquest estil. No cal experiència prèvia ni venir amb parella. Si t'apuntes a dos monogràfics de FODANSA de la Selena Horvath, tindràs un descompte i els dos cursos et valdran 75€

Professora: Selena Horvath

Dissabtes de 12 a 13 h, del 6 de febrer de 2026 al 24 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 60 €

Organitza: Associació cultural FODANSA

TE26060 Sevillanes (gent gran) NOU!

Aprèn els passos bàsics d'aquest ball tradicional andalús en un ambient divertit i acollidor. Millora la coordinació, connecta amb la cultura i participa en saraus i celebracions. Ideal per a principiants. Inscriu-t'hi i a ballar!

Professora: Selena Horvath

Dissabtes de 10 a 11 h, del 6 de febrer de 2026 al 24 d'abril de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 58 € **Organitza:** Associació cultural FODANSA

TE26061 Sevillanes (iniciació)

Perfecciona la tècnica, explora la creativitat i prepara't per brillar a la feria! Gaudeix d'un ambient estimulant i comparteix vivències. T'esperem per seguir ballant amb alegria i força. Si t'apuntes a dos monogràfics de FODANSA de la Selena Horvath, tindràs un descompte i els dos cursos et valdran 75€

Professora: Selena Horvath

Dissabtes de 11 a 12 h, del 6 de febrer de 2026 al 24 d'abril de 2027

Edat: A partir de 16 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 59 €

Organitza: Associació cultural FODANSA



Música - adults

TE26021 Taller de batucada ★ NOU!

Aprendrem a tocar ritmes de percussió amb els instruments d'una batucada. Un taller ideal per fer en família, en un espai inclusiu per a totes les edats i sense necessitat de coneixement previ. Desenvoluparem els sentits del ritme, la coordinació, el ball i la cohesió de grup. Podràs desfilar a les concentracions en les que participa l'Associació Caixa de Trons i fer molts amics.

Professora: Ferran Sisa

Dijous de 20.30 a 22.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 8 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: Caixa de Trons Girona



TE26062 Playback (gent gran)

Vols cantar imitant els teus cantants preferits? Anima't a participar en aquesta activitat de playback i recorda que... Qui canta els seus mals espanta! Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Taialà.

Referent: Salvador

Dilluns de 16 a 18 h, del 14 de setembre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Taialà | **Preu:** Gratuït

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Taialà

Teatre i arts escèniques - adults

TE26063 Grup de teatre (gent gran)

T'agrada el teatre? Tens ganes de fer noves amistats i passar-t'ho bé a dalt d'un escenari? Potenciar la teva memòria aprenent textos? Aquesta és la teva oportunitat! Inscripcions i pagament al casal: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tailandès.

Professora: Berta Camps

Divendres de 16 a 17.15 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal gent gran de Tailandès | **Preu:** 20 €

Organitza: Associació pensionistes i jubilats de Tailandès

TE26022 Taller de porta-gegants

Curs per aprendre a portar gegants i capgrossos, ballar les seves músiques i passar una bona estona. Un projecte com aquest permet a la gent sentir-se partícip en un grup social nou amb un ambient creatiu. Podràs desfilars a les concentracions en les que participa l'Associació Caixa de Trons i fer amics.

Professor: Alfred Faixeda

Dijous de 20.30 a 22.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 12 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: Caixa de Trons Girona



Cuina - adults

TE26064 Café, llet i traç. Taller de Latte Art (octubre)

La Cafeteria del Ter ens ofereix un taller de Latte Art, tota una experiència formativa i pràctica dissenyada per aprendre a dibuixar figures en la superfície del cafè utilitzant llet emulsionada.

Professora: Jessica Fiallos (Cafeteria del Ter)

Dimarts 20 d'octubre de 2026 de 13.30 a 14.30 h.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: Centre Cívic Ter i Cafeteria del Ter



TE26065 Café, llet i traç. Taller de Latte Art (gener)

La Cafeteria del Ter ens ofereix un taller de Latte Art, tota una experiència formativa i pràctica dissenyada per aprendre a dibuixar figures en la superfície del cafè utilitzant llet emulsionada.

Professora: Jessica Fiallos (Cafeteria del Ter)

Dimarts 19 de gener de 2027 de 13.30 a 14.30 h.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: Centre Cívic Ter i Cafeteria del Ter

TE26066 Café, llet i traç. Taller de Latte Art (abril)

La Cafeteria del Ter ens ofereix un taller de Latte Art, tota una experiència formativa i pràctica dissenyada per aprendre a dibuixar figures en la superfície del cafè utilitzant llet emulsionada.

Professora: Jessica Fiallos (Cafeteria del Ter)

Dimarts 13 d'abril de 2027 de 13.30 a 14.30 h.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: Centre Cívic Ter i Cafeteria del Ter

TE26067 Cuina de casa nostra (octubre-gener)

“A la cuina no hi ha secrets” Aprendre a fer plats senzills de la nostra cuina, carn, verdures, peix, dolços, amb els productes d'aquí.

Entrant, plat principal i postres, amb degustació final.

Professora: Montserrat Busquets

2n dissabte de mes de 10 a 12 h: 10 d'octubre, 14 de novembre, 19 de desembre de 2026 i 16 de gener de 2027.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 24 €

Organitza: Centre Cívic Ter

TE26068 Cuina de casa nostra (febrer-maig)

“A la cuina no hi ha secrets” Aprendre a fer plats senzills de la nostra cuina, carn, verdures, peix, dolços, amb els productes d'aquí.

Entrant, plat principal i postres, amb degustació final.

Professora: Montserrat Busquets

2n dissabte de mes de 10 a 12 h: 13 de febrer, 13 de març, 10 d'abril i 15 de maig de 2027.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 24 €

Organitza: Centre Cívic Ter

TE26069 Sabors de Pèrsia: una cultura per compartir

La cuina persa és molt més que gastronomia: és hospitalitat, trobada i tradició. En aquest taller cuinarem plegats, descobrirem receptes autèntiques i compartirem una experiència cultural al voltant de la taula.

Professora: Shima Ahmadi

Dimarts de 18.30 a 20.30 h: 3, 10 i 24 de novembre de 2026.

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 30 €

Organitza: AVA Art per a la transformació



Salut - adults



TE26001 Alimentació complementària NOU!

Introducció a l'alimentació complementària oferint informació i orientació a famílies amb nadons de 3 a 6 mesos sobre els primers aliments, promovent hàbits saludables a taula i incorporant pautes bàsiques d'higiene bucodental en la primera infància. També s'ofereix un espai per resoldre dubtes de les famílies.

Experta: Ariadna Carpio (dietista i nutricionista del CAP)

Primer divendres de mes de l'11 a 12 h: 2 d'octubre, 6 de novembre, 4 de desembre, 8 de gener, 5 de febrer, 5 de març, 2 d'abril, 14 de maig i 4 de juny.

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana

Salut - adults MONOGRAFICS



TE26070 Benestar emocional (octubre-desembre)

L'objectiu del Grup és treballar eines i estratègies que ens acompanyin a gaudir d'un millor benestar incloent aspectes físics, emocionals i socials. Es treballaran temàtiques que ens permetin sentir-nos millor amb nosaltres, com la gestió dels pensaments i l'estrès, tècniques de comunicació, eines per augmentar l'autoestima, psico educació de les emocions...

Experta: Melany Martínez

Dimarts de 15 a 16.30 h, del 6 d'octubre a l'1 de desembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** CAP Dr. Joan Vilaplana | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana



TE26071 Grup de gestió de l'estrès i la simptomatologia ansiosa (octubre-desembre) (dimats) NOU!

Si vols aprendre a gestionar millor l'estrès diari i la simptomatologia ansiosa, pots inscriure't via ajuntament de Girona o demanar-ho a un professional del CAP Dr Joan Vilaplana. Per persones que tinguin assignat el CAP Dr Joan Vilaplana i que no hagin gaudit d'activitats dirigides per professionals de l'ambulatori durant l'últim any natural.

Experta: Melany Martínez

Dimarts de 17 a 18.30 h, del 6 d'octubre a l'1 de desembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** CAP Dr Joan Vilaplana | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana

TE26072 Grup de gestió de l'estrès i la simptomatologia ansiosa (octubre-desembre) (dijous) NOU!

Si vols aprendre a gestionar millor l'estrès diari i la simptomatologia ansiosa, pots inscriure't via ajuntament de Girona o demanar-ho a un professional del CAP Dr Joan Vilaplana. Per persones que tinguin assignat el CAP Dr Joan Vilaplana i que no hagin gaudit d'activitats dirigides per professionals de l'ambulatori durant l'últim any natural.

Experta: Melany Martínez

Dijous de 9.30 a 11 h, de l'1 d'octubre al 3 de desembre de 2026

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana

TE26073 Grup de suport al dol (gener-març) NOU!

Grup tancat que ofereix un espai de seguretat, respecte i caliu per a persones que estan passant pel procés de pèrdua d'un ésser estimat, acompanyant-nos mútuament a transitar aquest camí. Es treballaran eines i dinàmiques de reflexió que ens ajudin a comprendre les diferents fases del dol.

Experta: Melany Martínez

Dijous de 9.30 a 11 h, del 14 de gener a l'11 de març de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana

Idioms - adults

TE26074 Anglès per viatjar

Anglès per viatjar per persones que ja tinguin una petita base.

Professora: Muriel Muñoz

Dimecres de 9 a 10.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 270 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove



TE26075 Conversations en français

Vols practicar frances i conèixer altres persones amb els mateixos interessos? Aquesta classe és per tu. Cada mes o trimestre es proposarà un tema específic de la cultura francesa per treballar-ho junts (art, cinema, cuina, literatura...)

Professora: Muriel Muñoz

Dilluns de 19.30 a 20.30 h, del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Edat: Adults | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 212 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove

Memòria i reforç de la llengua - adults

TE26076 Conversa en català

Grup de conversa en català per a persones alfabetitzades que vulguin poder comunicar-se en català i entendre'l millor a nivell col·loquial. Espai on repassarem entorns quotidians i prioritzarem la comunicació grupal.

Professora: Mònica Canals

Dimecres de 13 a 14.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya

TE26077 Jocs de taula per la memòria (gent gran) (dimecres 10.30 h)

Millora la teva memòria a partir de jocs de taula de sempre i nous. Des del clàssic joc del dòmino fins a altres com el Dixit.

Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Taialà.

Professora: Mònica Canals

Dimecres de 10.30 a 11.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Taialà | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació de Jubilats i Pensionistes de Taialà



TE26078 Jocs de taula per la memòria (gent gran) (dimecres 11.30 h)

Millora la teva memòria a partir de jocs de taula de sempre i nous. Des del clàssic joc del dòmino fins a altres com el Dixit.

Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Jubilats i Pensionistes de Tàlala.

Professora: Mònica Canals

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

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Tàlala | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació Jubilats i Pensionistes de Tàlala

TE26079 Jocs de taula per la memòria (gent gran) (dijous 10.30 h)

Millora la teva memòria a partir de jocs de taula de sempre i nous. Des del clàssic joc del dòmino fins a altres com el Dixit.

Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tàlala.

Professora: Chelo Marín

Dijous de 10.30 a 11.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Tàlala | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació Jubilats i Pensionistes de Tàlala

TE26080 Jocs de taula per la memòria (gent gran) (dijous 11.30 h)

Millora la teva memòria a partir de jocs de taula de sempre i nous. Des del clàssic joc del dòmino fins a altres com el Dixit.

Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tàlala.

Professora: Mònica Canals

Dijous de 11.30 a 12.30 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Casal de la Gent Gran de Tàlala | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació Jubilats i Pensionistes de Tàlala

TE26081 Ortografia i lectura en castellà (gent gran)

Millora l'expressió oral i escrita i repassa les normes bàsiques de gramàtica de la llengua castellana. Es fa una sessió online setmanal de conversa.

Les inscripcions són al casal en l'horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h. Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tàialà.

Professora: Mònica Canals

Dijous de 9.30 a 11 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 55 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC-Federació d'Associacions de Veïns d'Habitatge Social de Catalunya i Associació Jubilats i Pensionistes de Tàialà



TE26082 Taller de memòria a l'Esquerra del Ter

Els tallers de memòria i estimulació cognitiva de Jubilus estan dissenyats per prevenir pèrdues de memòria i promoure l'autonomia de la gent gran.

La singularitat i repte és treballar les esferes cognitives mantenint al mateix temps un ambient distès en un espai de grup facilitador.

Dijous de 17 a 18 h, de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Edat: A partir de 65 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** 15 €

Organitza: Centre Cívic Ter i Ass. Jubilats i Pensionistes de Tàialà

Experts: Associació JUBILUS

Comunicació i noves tecnologies - adults

TE26083 Descobrim i ens movem en el món digital

Aprén a utilitzar les tecnologies digitals de forma esporàdica: configurar el telèfon, la connectivitat, fer trucades, enviar els primers missatges... I poder a poc a poc fer-ne ús de forma habitual per encarar nous usos: correu electrònic, navegar per la xarxa, fer fotografies, ciberseguretat.

Dimecres de 15 a 16.30 h, del 7 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

Edat: De 60 a 99 anys | **Lloc:** Centre Cívic Ter | **Preu:** Gratuït

Organitza: FAVIBC i Ass. de Jubilats i Pensionistes de Taialà



Natura, ecologia i sostenibilitat - adults

TE26084 Bonsais, intercanvi de coneixements. Com crear i tenir-ne cura

Grup de persones aficionades als bonsais oferint un espai d'intercanvi de coneixements envers a l'art mil·lenari del bonsai. Et podem ensenyar a tenir-ne cura, quines necessitats i les pautes a seguir per crear-los de la millor manera possible. Pots aportar coneixements al grup. El grup ens ajudem i compartim.

Dilluns, dimecres i divendres de 18.30 a 20.30 h, del 2 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Local Social Torre Taialà | **Preu:** 25 € (el cost del material) | **Organitza:** Club Culture Bonsai

Natura, ecologia i sostenibilitat - adults - MONOGRAFICS

TE26085 Bricolatge bàsic de supervivència

Introducció als temes bàsics de manteniment de la llar. Sessions teòrico-pràctiques amb reparacions elèctriques, fontaneria domèstica, fusteria bàsica, pintura i decoració, aïllament i segellat. No cal experiència prèvia, el curs servirà per resoldre problemes que la nostra llar i per tenir cura del seu manteniment.

Professor: Mario Federico López

Dimarts de 18.30 a 20.30 h, del 6 d'octubre de 2026 al 22 de desembre de 2027

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Local Social Torre Taialà | **Preu:** 66 €

Organitza: Centre Cívic Ter



INSCRIPCIONS

PERÍODE DE PREINSCRIPCIONS: De l'1 al 15 de setembre del 2026

SORTEIG DE PLACES: 16 de setembre del 2026

FORMALITZACIÓ DE LA MATRÍCULA: A partir del 16 de setembre rebreu un correu electrònic informant-vos que podeu consultar a: www.girona.cat/inscripcions



INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

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 2026 ambdós inclosos.

No cal fer la preinscripció el primer dia a primera hora, mentre s'hagi fet dins el període assenyalat n'hi ha prou, ja que l'ordre de preinscripció no dóna cap tipus de privilegi. En el cas que hi hagi més sol·licituds que places disponibles es farà un sorteig.

1.2 Un cop accediu al web d'inscripcions heu de registrar-vos amb un usuari i contrasenya que us permetrà accedir a les activitats. Amb un registre pots inscriure't tu i els teus fills/es o altres persones. Si ja us heu registrat en alguna altra ocasió no cal que ho torneu a fer.

1.3 Primer haureu d'escollir l'oferta d'activitats: Cursos i Tallers de la Xarxa de Centres Cívics 2026-2027. Després seguiu els passos que us indiquen fins a trobar l'activitat a què us voleu inscriure.

1.4 La major part dels cursos i tallers no tenen limitació de sol·licitud de places. En alguns cursos anuals, trobareu que només es permet fer una preinscripció per persona, amb tres opcions d'activitats ordenades per prioritat. És important que les sol·liciteu per ordre de preferència, per si no obteniu plaça en la primera activitat escollida. El sorteig es farà sempre entre les sol·licituds presentades en primera opció. Si un cop fet aquest sorteig no s'entra a la primera activitat escollida el programa informàtic busca si queden places lliures en les altres opcions. Si tampoc hi ha places lliures, es queda en reserva de la primera opció escollida.

ATENCIÓ: si una mateixa persona vol inscriure's en dues activitats de grups diferents, caldrà que faci dues preinscripcions diferents.

1.5 Cal que ompli el formulari amb totes les dades que es demanen (la manca d'alguna d'aquestes informacions pot invalidar la sol·licitud).

1.6 Durant el període de preinscripció amb el vostre usuari i contrasenya podreu anul·lar la preinscripció. **IMPORTANT:** Si heu de fer un canvi en una preinscripció, cal anul·lar-la i fer-ne una de nova. Les persones inscrites són les responsables en última instància de comprovar que la preinscripció s'hagi fet correctament.

1.7 En cas que es detectin duplicitats de preinscripcions, només es donarà com a vàlida la darrera presentada, i les anteriors no es consideraran ni computaran.

1.8 El 16 de setembre, en aquelles activitats on la demanda superi l'oferta de places disponibles, es farà un sorteig mitjançant un sistema informàtic aleatori.

1.9 En el sorteig és donarà preferència a les persones empadronades a Girona. El fet d'haver estat inscrit en alguna activitat en períodes o anys anteriors no dóna prioritat en el sorteig.

1.10 A partir del 16 de setembre rebreu un correu electrònic informant-vos que podeu consultar la resolució de places mitjançant el vostre usuari i contrasenya a la web www.girona.cat/inscripcions. Per aquest motiu és important tenir el correu electrònic actiu. Si teniu plaça, a la web també se us informará 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 telèfon 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 16 de setembre a la tarda 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 que permeten pagament fraccionat, el primer rebut es pot pagar fins el dia 28 de setembre del 2026 i el segon rebut fins el dia 4 de desembre de 2026, ambdós inclosos.

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.

ALTRES ACTIVITATS

- 1- Espais de trobada
- 2- Grups de suport i autoajuda
- 3- Formació d'adults
- 4- Espais culturals de proximitat
- 5- Calendari comunitari
- 6- Projectes



Espais oberts i gratuïts al veïnatge, que per temàtiques diverses volen generar espais accessibles, inclusivament i participatius cecant la cohesió social a l'Esquerra del Ter.

DONES

ESPAI DE LES DONES

Espai obert de trobada per a dones de diferents orígens i edats, per desconnectar de les nostres rutines en un context de respecte.

Parlem sobre temes que ens interessin i els debatim a vegades entre nosaltres i a vegades convidem a una persona experta.

Aprenem les unes de les altres generant un espai d'intercanvi de coneixements. Aprenem de persones que tenen un coneixement que volem adquirir i/o experimentar. Compartim activitats que ens agraden com a visites o sortides a llocs d'interès, tallers...

Participem amb altres grups i entitats per organitzar activitats comunitàries de l'Esquerra del Ter.

Mediador: Aitor Dominguez

Divendres de 10 a 12 h d'octubre de 2026 a juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter amb el suport de FAVIBC

CICLE DE TROBADES "AMPLIEM HORIZONS"



NOU!

Es tractaran diversos aspectes de la vida de les dones, com la salut en les diferents etapes (infantesa, adolescència, edat adulta, maternitats, menopausa i vellesa). També s'hi abordaran temes vinculats als feminismes, les realitats LGTBI, així com les experiències amb la migració o la diversitat funcional. Una proposta per compartir experiències, generar coneixements i ampliar mirades col·lectives.

El primer dijous de mes del 8 d'octubre de 2026 al 3 de juny de 2027 de 18 a 19.30 h (8 oct, 5 nov, 3 des, 14 gen, 4 feb, 4 març, 1 abr, 6 maig i 3 juny)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Dones de l'Horitzó

JOCS DE TAULA EN FAMÍLIA

Us convidem a descobrir el món dels jocs de taula moderns, com La Cursa de tortugues, el Batalla de ovejass, el Tic Tac Tumba o el Ricochet Robots. Aquests són només alguns exemples d'una afició cada vegada més popular que ofereix experiències plenes de cooperació, imaginació, reptes i emoció. Una oportunitat perfecta per compartir, col·laborar i divertir-se plegats.

Veniu a provar noves maneres de jugar, desenvolupar habilitats i passar una bona estona en família amb jocs adaptats a diferents edats i interessos.

Divendres de 17 a 19 h del 2 d'octubre de 2026 a 28 de maig de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i La Juganera

SALUT, CREIXEMENT PERSONAL I PENSAMENT FILOSÒFIC

CAFÉ AMB SENTIT NOU!

L'objectiu del grup Cafè amb sentit és oferir un espai de trobada i caliu per a persones majors de 65 anys, on compartir experiències i teixir vincles que ens acompanyin a combatre la soledat de manera positiva.

Per aconseguir-ho, a cada sessió es compartirà una estona de conversa guiada al voltant d'un cafè (o infusió) que ens permeti connectar des de l'alegria i l'optimisme, compartint riures, anècdotes i moments enriquidors.

Les sessions seran conduïdes per la Referent de Benestar Emocional del Centre d'Atenció Primària (CAP) Dr Joan vilaplana, que farà prèviament una trucada o entrevista inciall per comprendre les necessitats individuals i avaluar si l'activitat és adequada.

Divendres de 9.30 a 11 h del 2 d'octubre al 18 de desembre de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana

PUNT DE DIÀLEG NOU!

Art, creences, vida, ciència, societat... cap tema queda fora. Guiats pel mediador Aitor Domínguez, amb el diàleg com a eix central i la curiositat com a motor, un cop al mes ens reunim al CCTer per parlar obertament i sense tabús.

Tothom té alguna cosa a dir - i aquí es nota.

Primer dimarts de mes de 19.15 a 20.45 h del 6 d'octubre de 2026 a l'1 de juny de 2027 (6 oct, 3 nov, 1 des, 12 gen, 2 feb, 2 març, 6 abr, 4 maig i 1 juny)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter

CUIDAR-SE EN MOVIMENT NOU!

Espai de trobada per a dones amb càncer de mama

Espai adreçat a dones que estan vivint o han passat per un procés de càncer de mama i que volen sentir-se acompanyades abans, durant o després del tractament.

Un entorn proper, segur i respectuós on compartir experiències i necessitats amb altres dones, alhora que es reben eines pràctiques d'autocura, moviment i exercici físic adaptat per afavorir el benestar, la mobilitat i la confiança en el propi cos.

Les trobades estaran guiades per una fisioterapeuta i combinaran conversa, orientació i exercicis suaus adaptats al moment de cada participant.

Professional que acompanya: Lucía Contreras

1r dilluns de mes de 16 a 17.30 h del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027 (5 oct, 2 nov, 14 des, 11 gen, 1 feb, 1 març, 5 abr, 3 maig i 7 juny)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter

GRUP CREIXEMENT (DIMARTS)

Grup obert creat per a tothom que hi vulgui assistir interessats en el creixement personal. En aquest grup fomentem exercicis de centrament, respiració, meditació, autoconsciència, connexió amb les pròpies emocions. També suport de grup compartint temes personals que els preocupi.

2n dimarts de mes de 18.30 a 20.30 h del 13 d'octubre de 2026 a 8 de juny de 2027 (13 oct, 10 nov, 15 des, 19 gen, 9 feb, 9 març, 13 abr, 11 maig i 8 juny)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i Grup El Riu

GRUP CREIXEMENT (DIVENDRES)

Grup obert creat per a tothom que hi vulgui assistir interessats en el creixement personal. En aquest grup fomentem exercicis de centrament, respiració, meditació, autoconsciència, connexió amb les pròpies emocions. També suport de grup compartint temes personals que els preocupi.

1r divendres de mes de 16 a 18 h del 6 de novembre de 2026 a l'11 de juny de 2027 (2 oct, 6 nov, 4 des, 8 gen, 5 feb, 5 març, 2 abr, 7 maig i 11 juny)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i Grup El Riu

GRUP NOVES IDEES INSPIRADORES

La persona que ho desitja es prepara un tema per exposar, de manera informal i lliure; idees que l'han estimulat, interessat o provocat, amb l'objectiu de voler-ho compartir, per fer un debat o convidar a reflexionar els assistents.

3r dijous de mes de 18 a 20 h d'octubre de 2026 a maig de 2027 (15 oct, 17 des, 18 feb i 20 maig)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i Grup El Riu

AMIGUES DEL PATCHWORK

Espai de trobada gratuït per a les alumnes dels cursos de patchwork del Centre Cívic Ter que vulguin intercanviar tècniques, fer i desfer.

Primer dissabte de mes de 10 a 13 h d'octubre de 2026 a juny de 2027 (3 oct, 7 nov, 12 des, 9 gen, 6 feb, 6 març, 3 abr i 8 maig)

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Entremans

INTERCANVI DE CONEIXEMENTS DE PUNTES DE COIXÍ I GANXET

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

En aquesta activitat no es fan classes d'iniciació. Només és per aquelles puntaires que ja saben cosir puntes de coixí, ganxet o altres tècniques.

Dijous de 16 a 17.45 h de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i el Grup d'Intercanvi de Coneixements i Puntes de Coixí.

INTERCANVI DE CONEIXEMENTS DE LABORS

Espai per reunir-te amb altres aficionades per compartir tècniques i experiències de costura en un ambient de trobada. Porta la teva labor i comparteix els teus coneixements amb altres persones.

Dimecres de 16 a 19 h del 7 d'octubre de 2026 al 30 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i el Grup d'Intercanvi de Coneixements de Labors

CORAL GENT GRAN TAIALÀ

Tens ganes de cantar? De passar-ho bé compartint l'afició pel cant? Vine amb nosaltres i gaudeix del cant en bona companyia.

L'activitat es fa al casal de la Gent Gran Tailandà.

Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tailandà.

Referents: Álvaro i Juan José

Dimarts i dijous de 16 a 18 h del 15 de setembre de 2026 al 10 de juny de 2027

Lloc: Casal de la Gent Gran de Tailandà

Organitza: Ass. Jubilats i Pensionistes de Tailandà

COSTURA I ARTESANIA EN FIL I LLANA

Farem disfresses de carnestoltes, vestits de paper, etc. Participant en aquesta activitat del Casal de la gent Gran, també t'ajudarem a fer les teves pròpies creacions.

L'activitat es fa al casal de la Gent Gran Tailandà.

Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tailandà.

Referent: Pilar Martínez

De dilluns a divendres de 15.30 a 18 h del 14 de setembre de 2026 al 11 de juny de 2027

Lloc: Casal de la Gent Gran de Tailandà

Organitza: Ass. Jubilats i Pensionistes de Tailandà

BINGO NOU!

Espai on compartirem una estona de lleure, conversa i diversió al voltant d'aquest popular joc d'atzar. Un espai de dinamització social i d'estimulació cognitiva. El bingo serveix d'excusa per activar l'atenció i la ment dels participants (escolar números, buscar-los ràpidament al cartró), mentre es crea un teixit comunitari i d'ajuda mútua. Vine, participa, comparteix i emporta't algun premi!

L'activitat es fa al casal de la Gent Gran Tailandà.

Cal ser soci/a de l'Associació de Pensionistes i Jubilats Tailandà.

Referent: Juan Planas

Dimecres de 17 a 18 h del 10 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Lloc: Casal de la Gent Gran de Tailandà

Organitza: Ass. Jubilats i Pensionistes de Tailandà

SUPORT A PACIENTS POST-UCI I ELS SEUS FAMILIARS

L'Associació Post-UCI Girona ofereix servei d'assessorament i suport a persones que hagin estat ingressades a la UCI i als seus familiars.

L'objectiu principal de l'associació és evitar que aquestes persones se sentin desamparades davant de la nova situació vital a la que estan abocats.

Per a més informació www.aspostucigirona.org

Contacteu-nos per mail a aspostucigirona@gmail.com o per whatsapp al telèfon **614 465 641**

Dilluns de 18 a 20 h del 5 d'octubre de 2026 al 28 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Post-UCI Girona

GRUP OBERT DE SUPORT PSICOLÒGIC - AGORAFÒBIA

L'associació Gironina d'Agorafòbics és una entitat sense ànim de lucre, un grup obert de suport psicològic. L'agorafòbia és un trastorn d'ansietat que afecta entre el 2 i el 4% de la població general i consisteix en tenir por sense un perill aparent en diverses situacions on, en el cas de tenir un atac de pànic, sigui difícil escapar-ne o rebre ajuda. La finalitat d'aquesta associació és posar en contacte les persones afectades d'agorafòbia, crear i dinamitzar grups terapèutics i d'autoajuda, promoure el coneixement d'aquest complicat trastorn i poder-ne fer difusió.

Podeu trobar més informació a www.agorafobia.cat

Per demanar informació: **669007887** o info@agorafobia.cat

Dilluns quinzenals del 14 de setembre de 2026 al 21 de juny de 2027 de 18.45 a 20.45 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Gironina d'Agorafòbics

GRUPS DE SALUT A CÀRREC DEL CAP DR JOAN VILAPLANA

GRUP DE FRAGILITAT

Inscripcions: Al CAP Dr Joan Vilaplana

Divendres de 10.30 a 11.30 h del 3 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027

Lloc: Casal Gent Gran Taialà

Organitza: CAP Dr. Joan Vilaplana

FIBROMIALGIA

L'objectiu del Grup de Fibromiàlgia és oferir un espai de suport, comprensió i aprenentatge per a persones que conviuen amb el dolor crònic, facilitant eines per millorar la qualitat de vida i el benestar emocional.

Al llarg de les sessions es treballaran continguts psicoeducatius sobre la fibromiàlgia, la relació entre cos i emocions, i estratègies per a la gestió del dolor, la fatiga i l'estrès. Es combinaran explicacions amb dinàmiques pràctiques orientades a fomentar l'autoconeixement, la regulació emocional i la incorporació d'hàbits saludables en el dia a dia.

Inscripcions: Al CAP Dr Joan Vilaplana

Dijous i divendres de 12 a 13.30 h de l'1 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: CAP Dr Joan Vilaplana



CATALÀ (NIVELL A1/A2)

Curs gratuït de Nivell A de català (Nivell inicial, A1 + Nivell bàsic, A2) impartit per l'Associació ECCIT amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya.

S'obté certificat de coneixements.

Més informació a carles@eccit.org o al **661740374**

Dilluns i dimecres del 5 d'octubre de 2026 al 14 d'abril de 2027 de 10 a 12 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació ECCIT



ESPAIS CULTURALS DE PROXIMITAT: EXPOSICIONS

El Centre Cívic Ter té diversos espais destinats a exposicions i mostres, on cada mes hi podrem veure una proposta diferent.

Si ets artista i practiques la pintura, el dibuix, la fotografia, l'escultura... i vols exposar al nostre Centre, posa't en contacte amb nosaltres i fes-nos la teva proposta!

EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIES I CARTELLS “20 ANYS DE GOSPELIANS DE GIRONA”

Del dimarts 1 al dimecres 30 de setembre de 2026

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació musical Gospelians de Girona



CULTURA TRADICIONAL

ASSAIG DE LA COLLA GEGANTERA I GRUP DE PERCUSIÓ DE CAIXA DE TRONS GIRONA

Vols formar part dels geganters, grallers i percussionistes de Caixa de Trons Girona que des de 2008 forma part de la imatgeria de Girona?

Vine i prova-ho!

Dijous de 20.30 a 22.30 h d'octubre de 2026 a juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Caixa de Trons Girona

TEATRE

ASSAIG ENTRE BAMBOLINES

Grup de teatre amateur compost per cinc dones a les que els agrada llegir i interpretar textos en clau femenina.

Dimarts de 17.30 a 19.30 h del 8 de setembre de 2026 al 27 de juliol de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Grup de teatre Entre Bambolines

ASSAIG GRUP TEATRAL PANEROLES

La companyia va néixer l'any 2017 i des de llavors ha anat creant diferents espectacles de creació pròpia i de diverses disciplines.

Dimarts de 20 a 22 h de l'1 de setembre de 2026 al 27 de juliol de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Grup teatral Paneroles

MÚSICA

ASSAIG CORAL TER

L'Associació Coral Ter promou la cultura musical a Catalunya. Anima't a participar-hi i aprendràs: música de tot arreu, nocions bàsiques de música i diferents tipus de veus. Envia un mail a coralter007@gmail.com, o vine directament cada dilluns de 9.30 a 11.30h.

Dilluns de 9.30 a 11.30 h del 5 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Coral Ter

ASSAIG GOSPELIANS DE GIRONA

Sota la direcció de Patricia Martín, és una coral de referència en el panorama actual de la música gòspel a les comarques Gironines que aquest 2026 celebra els seus 20 anys.

Dilluns de 19.30 a 22.30 h del 7 de setembre de 2026 al 12 de juliol de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Gospelians de Girona

ASSAIG ORQUESTRA NOVA FUSIÓ

L'Orquestra Nova Fusió és una agrupació musical i de ball originària de les comarques gironines, àmpliament reconeguda dins del circuit de festes majors, balls de nit i esdeveniments populars de la província.

Divendres de 9 a 13 h del 4 de setembre de 2026 al 25 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Orquestra Nova Fusió

ESPAIS CULTURALS DE PROXIMITAT: ESPECTACLES I CELEBRACIONS

JORNADES PORTES OBERTES DE DANSA IRLANDESA

Si t'agrada la música i ballar, i tens curiositat de què és la dansa irlandesa, vine a les jornades de portes obertes, i t'ensenyarem què faràs si t'apuntes a alguns dels cursos. Vine a provar-ho, t'enamorarà!

Divendres 18 i 25 de setembre de 2026 de 18 a 20 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

VERANILLO DEL MEMBRILLO

Una setmana plena de d'activitats, exhibicions, mostres i ba-
dinar popular.

Del dilluns 5 al diumenge 11 d'octubre de 2026

Lloc: Casal Gent Gran Taiàlà

Organitza: Associació Pensionistes i Jubilats de Taiàlà

DIA DE L'AMIC DE LA DANSA IRLANDESA

Divendres 16 d'octubre de 2026 de 18.15 a 19.15 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

PASSI OBRA DE TEATRE "CLUB ENIGMA"

Diumenge 1 de novembre de 2026 a les 18 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Grup teatral Paneroles

ESPAIS CULTURALS DE PROXIMITAT: ESPECTACLES I CELEBRACIONS



PASSI OBRA DE TEATRE

“CLUB ENIGMA”

Diumenge 1 de novembre de 2026 a les 18 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Grup teatral Paneroles

BALLADA CELTA DE NADAL I XOCOLATADA

Dissabte 12 de desembre de 2026 de 17 a 19 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Escola Mediterrània de dansa irlandesa i anglès

CONCERT DE NADAL CORAL TER

Dimecres 23 de desembre de 2026 a les 18 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Coral Ter



TROBADA PER LA CONFECCIÓ DE CORS SOLIDARIS CONTRA EL CÀNCER DE MAMA

Participa en l'elaboració de cors solidaris de patchwork per ajudar i donar suport a les nostres companyes que pateixen aquesta malaltia tan greu que és el càncer de mama.

No cal màquina de cosir ni cap experiència en la costura, només ganes de passar una bona estona i fer una activitat solidària.

Dissabte 23 de gener de 2027 de 9 a 18 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Entremans



ACTA D'ENTREGA DELS CORS SOLIDARIS A LA FUNDACIÓ ONCOLLIGA

Divendres 5 de febrer de 2027 de 18 a 20 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació Entremans

OBRA DE TEATRE "A CASA TENIEM UN HIMNE", DE MARIA CLIMENT

Dijous 11 de març de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Grup de teatre Entre Bambolines

ESPAIS CULTURALS DE PROXIMITAT: ESPECTACLES I CELEBRACIONS

CELEBREM EL DIA INTERNACIONAL DE LA DANSA A GIRONA

Et convidem a la festa d'intercanvi de dansa, celebrem DID (dia internacional de la dansa) a Girona, on professionals del barri, de Ter, professors del Centre Cívic Ter, i altres artistes convidats oferiran espectacles de dansa de diferents parts del món.

Obert a tothom. Gratuït fins a completar aforament.

Curadoria i programació: Noemí Osorio

Divendres 30 d'abril de 2026 de 19 a 21 h

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Associació cultural FODANSA amb el suport del Centre Cívic Ter



ESPAIS CULTURALS DE PROXIMITAT: ESPECTACLES I CELEBRACIONS

FESTA FI DE CURS DE LES ACTIVITATS DEL CCTER I EQUIPAMENTS ANNEXES

Divendres 4 de juny de 2027

Lloc: Centre Cívic Ter

Organitza: Centre Cívic Ter i Associacions i entitats de l'Esquerra del Ter

XII TROBADA GEGANtera DE CAIXA DE TRONS GIRONA

Trobada de diferents gegants i capgrossos d'arreu de Catalunya, celebrarem i ballarem!

Dissabte 26 de juny de 2027

Lloc: Plaça de la Torre Tàialà

Organitza: Caixa de Trons Girona amb el suport del Centre Cívic Ter

BALLS GENT GRAN TAIALÀ

Tots els diumenges de setembre a juny de les 18 a 20h

Lloc: Local Gent Gran de Tàialà

Organitza: Associació Pensionistes i Jubilats de Tàialà

FESTA FI DE CURS ACTIVITATS DEL CASAL GENT GRAN TAIALÀ

Música i ball per acomiadar-nos del curs i els tallers.

Divendres 25 de juny de 2027

Lloc: Local Gent Gran de Tàialà

Organitza: Associació Pensionistes i Jubilats de Tàialà

ESCOPIDORS DE FOC PER REIS MAGS

Farem una sessió perquè puguis fer d'escopidor de foc i puguis sortir a saltar a una cavalcada de Reis Mags amb nosaltres o on vulguis.

Si vens a fer d'escopidor de foc la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.

Inscripcions a través de l'associació a : esquerradeltersalsajove@gmail.com

Dilluns 28 de desembre de 2026 de 20 a 22 h

Edat: A partir de 18 anys | **Lloc:** Local Social Torre Tàlala | **Preu:** 10 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove

XANQUERS DE REIS MAGS

Farem una sessió perquè puguis fer de xanquer i puguis sortir a saltar a una cavalcada de Reis Mags amb nosaltres o on vulguis. Nosaltres posem les xanques!

Si vens a fer de xanquer la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.

Per inscripcions a través de l'associació a: salsajove@hotmail.com

Dimarts 29 de desembre de 2026 de 20 a 22 h

Edat: A partir de 13 anys | **Lloc:** Local Social Torre Tàlala | **Preu:** 10 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove

BATUCADA PER CAVALCADA DE REIS

Farem dues sessions de percussió per aprendre a tocar "Visca el tres reis" i altres cançons populars per acompanyar a Ses Majestats i poder sortir a tocar a una cavalcada de Reis Mags amb nosaltres o on vulguis. Si vens a tocar la nit de Reis amb Salsa Jove et tornem l'import de la inscripció.

Inscripcions a través de l'associació a : esquerradeltersalsajove@gmail.com

Porta les teves barquetes i el seu instrument: caixa, goliat, surdo...Si no tens te'l podrem facilitar

Dimecres 30 de desembre de 2026 i dilluns 4 de gener de 2027 de 20 a 22 h

Edat: A partir de 13 anys | **Lloc:** Local Social Torre Tàlala | **Preu:** 15 €

Organitza: Associació Juvenil Salsa Jove

CALENDARI COMUNITARI AL CENTRE CÍVIC TER I EQUIPAMENTS ANNEXES

VERANILLO DEL MEMBRILLO

DE DILLUNS 5 A
DIUMENGE 12 OCTUBRE DE 2026

DIA DE L'AMIC DE LA DANSA IRLANDESA

DIVENDRES 16 D'OCTUBRE DE 2026

CICLE CINEMA I SOLIDARITAT

DIJOUS 22 D'OCTUBRE
DE 18 A 20 H DE 2026

HALLOWEEN A L'ESQUERRA DEL TER

DISSABTE 31 D'OCTUBRE DE 2026

MERCAT D'INTERCANVI DE 2A MÀ I TAMBORINADA PELS DRETS DELS INFANTS

DISSABTE 21 DE NOVEMBRE DE 2026

QUINA FEMINISTA DEL 25N

DISSABTE 28 DE NOVEMBRE DE 2026

BALLADA CELTA DE NADAL I XOCOLATADA

DISSABTE 12 DE DESEMBRE DE 2026

CONCERT DE NADAL DE LA CORAL TER

DIMECRES 23 DE DESEMBRE DE 2026

PIN DE NADAL, PATGES REIALS I SORTEIG PANERA COMERCIANTS

DILLUNS 28 I DIMARTS 29 DE
DESEMBRE DE 2026

CORS SOLIDARIS PEL CÀNCER DE MAMA

-DISSABTE 23 DE GENER DE 2027
CONFECCIÓ DELS CORS SOLIDARIS
-DIVENDRES 5 DE FEBRER DE 2027 ACTE
D'ENTREGA

CARNESTOLTES DE L'ESQUERRA DEL TER

DISSABTE 30 DE GENER DE 2027

SOPAR DIA DE LA DONA I TEATRE DIA DE LA DONA

SOPAR-DIVENDRES 5 DE MARÇ DE 2027

TEATRE-DIJOUS 11 DE MARÇ DE 2027

SETMANA DE LA FELICITAT

DEL DIVENDRES 12 AL

DISSABTE 20 DE MARÇ DE 2027

INVERTEIX-TE

DISSABTE 20 DE MARÇ DE 2027

FESTIVAL DIA INTERNACIONAL DE LA DANSA

DIVENDRES 30 D'ABRIL DE 2027

TEMPS DE FLORS

DEL DIVENDRES 8 AL DIUMENGE

16 DE MAIG DE 2027

SORTIDA NOCTURNA PISSARRA DEL TER I OBSERVACIÓ ASTRONÒMICA

DISSABTE 29 DE MAIG DE 2027

FESTA FI DE CURS DE LES ACTIVITATS DEL CCTER I EQUIPAMENTS ANNEXES

DIVENDRES 4 DE JUNY DE 2027

EXPOSICIÓ COL·LECTIVA DE TREBALLS DE FI DE CURS I TALLERS

DEL DIVENDRES 4 AL 30 DE JUNY
DE 2027

FESTA FI DE CURSOS DE LA GENT GRAN

DIVENDRES 25 DE JUNY DE 2027

MMM'AGRADA

Molt la Música a Girona

concerts inclusius



CICLE MMM'AGRADA MOLT LA MÚSICA A GIRONA – 9a TEMPORADA 26 - 27

Propostes artístiques i emergents de qualitat i inclusives

MMM'agrada molt la música a Girona és un projecte de dinamització social i cultural, d'inclusió de la diversitat i, a més, de lluita pel **dret a la vida independent i comunitària** de totes les persones que pateixen les barreres a la participació, tinguin una discapacitat diagnosticada o no. Un cicle estable de **concerts inclusius** i altres arts amb propostes creades al territori.

El cicle organitzat per l'**Associació Mmm'agrada** i el **Centre Cívic Ter**, ofereix una programació estable que treballa per l'**accés universal, el gaudir, la participació efectiva i la interrelació positiva de tota la ciutadania** amb espectacles de proximitat i espais de micro-obert.

Els valors de **territori, creació, professionalització, diversitat, inclusió i participació** són els protagonistes de la iniciativa sociocultural.

Mmm'agrada molt la música a Girona és, doncs, una realitat **transformadora referent del mapa cultural i inclusiu** del territori.

UBICACIÓ, HORARI I ENTRADES:

Dissabtes a les 18.30 h: 14 de novembre, 19 de desembre, 16 de gener, 13 de febrer, 13 de març, 10 d'abril i 15 de maig.

Lloc: Auditori del CC Ter, c/Can Sunyer 46 Girona.

Entrades: Les entrades són gratuïtes però cal reservar-les en línia amb antelació a <https://www.girona.cat/agenda>.

Per participar al micro obert cal contactar 1 mes abans per instagram **@mmm'agrada**

Disponible servei d'acompanyament amb una persona professional de suport a l'autonomia per un grup de màxim 6 persones. Consultes assessoriainclusió@gmail.com

Cicle amb suport de: "Ciutat que cuida" Ajuntament de Girona, voluntaris Fundació MAPFRE, Associació MIFAS, Multicapacitats, Associació ICTUS Girona, Risc Girona

Col.laboració de: ISOM, UME, HDGiTV, Kick-off Cafeteria



SETMANA DE LA FELICITAT



**DEL DIVENDRES 12 AL
DISSABTE 20 DE MARÇ DE 2027**

www.girona.cat/setmanadela felicitat

Ho organitza:

AV. Fontajau-Xavier Cugat, Biblioteca Antònia Adroher, CAP Dr. Joan Vilaplana, Càritas Interparroquial de Girona (Projecte ser gran en dignitat), Centre d'Acollida Oikia, Centre Cívic Ter, Centre Joan Sunyer, Centre Obert de Taialà, Escola Bressol La Baldufa, Escola Domeny, Escola Taialà, Fundació OSCOBE, INS Carles Rahola, Llar de l'Amistat Oxalis, Punt de Trobada Jove i SBAS Taialà.

Hi participa:

AFA Escola Domeny, Associació Entre Bambolines, Alumnes Servei Comunitari 4art ESO de l'INS Carles Rahola, Casal Gent Gran Taialà, El Cellar de Can Roca, Espai de les Dones, Farmàcia Corretger-Bovis, Farmàcia Dolors Brunsó, Farmàcia Elisabet Folch Rubau, Farmàcia Frigola-Campasol, Farmàcia Laura Ibañez Aviñó, Farmàcia Nebot, FAVIBC, Grup Anem a Caminar, Girona Urban Sketchers, MIFAS i PFI INS Carles Rahola.



Pissarra del Ter

El **Projecte Pissarra del Ter** va néixer de les associacions de famílies d'alumnes de l'Esquerra del Ter i el Centre Cívic Ter, amb la intenció de donar resposta de manera conjunta a les necessitats i inquietuds de les famílies, oferint una oferta variada i inclusiva, incloent els agents del territori.

L'objectiu de la proposta d'enguany és donar **suport a les famílies en la seva tasca educativa**, per això trobareu un **Cicle de Xerrades temàtiques** o l'**Escola de Família**. També es vol estimular i dinamitzar les **relacions entre famílies**, oferint **espais de trobada, activitats de dissabtes en famílies i activitats comunitàries a l'Esquerra del Ter**, en coordinació amb la resta d'entitats i serveis del Sector.

Actualment hi formen part **l'AFA Escola Balandrau, l'AFA Escola Domeny, l'AFA Escola Taialà, l'AFA Escola Bressol La Baldufa, l'AFA de l'INSS Carles Rahola, i el Centre Cívic Ter.**

Hi col·laboren aquest curs 2026/27:

l'Associació Juvenil Salsa Jove, el CAP Dr. Joan Vilaplana, la Secció d'Igualtat de l'Ajuntament de Girona, La Gombola, La Sorellona i les entitats programadores al Centre Cívic Ter.

Inscripcions:

Totes les activitats es faran per agenda web:

www.girona.cat/agenda/cat

SERVEIS AJUNTAMENT curs 2026-2027

SBAS (Serveis Bàsics d'Atenció Social)

Per demanar hora o consultes per SERVEIS SOCIALS cal telefonar al **972 419404** o al serveissocials@ajgirona.cat

Dimarts i dijous de 10 a 14h al Centre Cívico Ter

OAMR (Oficina d'Assistència en Matèria de Registre)

Per demanar hora o consultes per ATENCIÓ CIUTADANA cal telefonar al **972419010** o a l' ajuntamentinforma@ajgirona.cat

Dimarts de 9 a 15h al Centre Cívico Ter

L'AJUNTAMENT M'ESCOLTA. Els regidors i regidores de barri, més a prop teu

L'Ajuntament de Girona ha establert un espai als barris des d'on els regidors i les regidores de l'equip de govern escolten les demandes dels veïns i veïnes i en fan un seguiment. Es tracta de la iniciativa "L'Ajuntament m'escolta" que té per objectiu apropar-se a la ciutadania des dels centres cívics i la resta d'equipaments de la ciutat.

Al Centre Cívico Ter

Per demanar cita prèvia enviant un correu electrònic a participacio@ajgirona.cat o al telèfon **972010248**





EQUIPAMENTS

Centre Cívico Ter

C/Can Sunyer 46, 17007, Girona

ccter@ajgirona.cat

Tel: **972 414952**

Horari d'atenció al públic: dilluns a divendres de 9 a 13 h i de 16 a 21 h.

Dissabtes de 10 a 14 i de 17 a 19 h

Biblioteca Antònia Adroher

C/Can Sunyer 46, 17007, Girona

Tel: **972 213315**

Horari d'atenció al públic: dilluns, dimecres, dijous i divendres de 10 a 14 h i de 15.30 a 20 h. Dimarts de 15.30 a 20 h. Dissabtes de 10 a 14 h.

Cafeteria del Ter

C/Can Sunyer 46, 17007, Girona

Horari d'obertura: dilluns a divendres de 9 a 13 h i de 15.30 a 21 h. Dissabtes de 10 a 14 i de 17 a 19 h

Casal Jubilats i Pensionistes de Taialà

C/de la Modaguera Gran 1, 17007, Girona

Tel: **972 617495 / 972 414952**

Horari d'atenció al públic: dilluns i dimecres de 16.30 a 18.30 h

Local Social Torre Taialà

C/Torre de Taialà 45-47, 17007, Girona

Tel: **972 414952**

ccter@ajgirona.cat

Local Social de Taialà

C/Josep Maria Prat i Roca, 13, 17007, Girona

Tel: **972 414952**

ccter@ajgirona.cat

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 Ter

Local Social Torre Taialà
Local Social de Taialà
Casal de la Gent Gran