

# Cursos i tallers

---

2026-2027

Del 8 d'octubre al 14 de juny



Centre Cívic  
Santa Eugènia



DL Gi 1423-2026

## Centre Cívic Santa Eugènia

### **CENTRE CÍVIC SANTA EUGÈNIA**

C/ Sta Eugènia, 146 - 17006 GIRONA

**Tel 972 245 111**

[ccsantaeugenia@ajgirona.cat](mailto:ccsantaeugenia@ajgirona.cat)

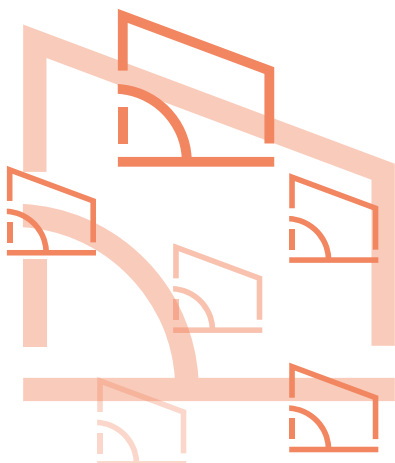
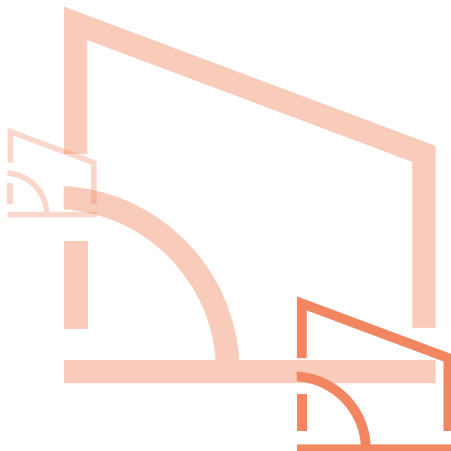
Línia bus urbà L-3

Girocleta: Estació 13

### **Horari d'atenció:**

De dilluns a divendres  
de 9 a 13 h i de 16 a 20 h  
i dissabtes de 10 a 13 h

L'horari pot variar en funció  
del calendari de festius.



### **ESPAI CÍVIC SANTA EUGÈNIA**

C/ Leonor Joher, s/n. Baixos - 17006 GIRONA

**Tel 972 010 272 - 972 245 111**

[ccsantaeugenia@ajgirona.cat](mailto:ccsantaeugenia@ajgirona.cat)

Línia bus urbà L-3

Girocleta: Estació 13

### **ESPAI CÍVIC CAN GIBERT DEL PLA**

C/ del Taga, 4, baixos - 17006 GIRONA

**Tel 972 23 06 52 - 972 245 111**

[ccsantaeugenia@ajgirona.cat](mailto:ccsantaeugenia@ajgirona.cat)

Línia bus urbà L-7

Girocleta: Estació 7



# Programació de cursos i tallers 2026-2027

En aquest llibret trobareu la programació completa dels cursos i tallers que s'oferiran al Centre Cívic de Santa Eugènia, Espai Cívic de Santa Eugènia i Espai Cívic de Can Gibert del Pla programades principalment per entitats i associacions. Teniu a les vostres mans una àmplia oferta d'activitats que és possible per tant gràcies a l'esforç comunitari de moltes persones i associacions; per tant us convidem a tenir-ho en compte quan en gaudiu formant-ne part també.

Els equipaments cívics, com sabeu les persones que en gaudiu, no només són llocs on poder realitzar cursos i tallers; sinó que són espais plens de vida on hi podeu trobar una àmplia diversitat de formats que s'adapten als interessos dels veïns i veïnes i obertes a la comunitat i gratuïts com espais de trobada, serveis oberts a la ciutadania i activitats comunitàries diverses. Us demanem que quan entreu per les portes de cada un dels equipaments esteu amatents a tota la riquesa d'activitats complementàries que podeu gaudir i que formen part de la riquesa associativa com el carnestoltes, dia de les dones, brunyolades...

Aquest any hi ha hagut un canvi en la direcció del Centre Cívic Santa Eugènia. Vull fer un especial esment als 13 anys que la Marta Roura Cervià ha estat al capdavant. Han estat uns anys que, de la mà de totes les associacions i entitats de Santa Eugènia de Ter i Can Gibert del Pla ha desenvolupat projectes i accions comunitàries que han posat els barris al centre de la ciutat amb propostes com el monar"t. La Marta ha estat una persona que ha tingut un elevat nivell d'implicació i dedicació a tots nivells, en els projectes, les associacions, les persones, el territori... Un llistó molt alt que intentaré entomar com a nova directora de l'equipament. Espero que ens podem conèixer i trobar en tots moments que els equipaments us ofereixen.

Isabel López Bernal, Directora Centre Cívic de Santa Eugènia i  
l'Equip del Centre Cívic Santa Eugènia: Ester Falgueres, Ester Andreu,  
Marc Quintans, Israel Martínez i Angel Fernández



# CONTINGUTS

- **NADONS**

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Activitats físiques..... | 6 |
| Dibuix i pintura.....    | 7 |

- **ACTIVITATS INFANTS I JUVENILS**

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Dibuix i pintura.....       | 8  |
| Dansa i ball.....           | 9  |
| Música.....                 | 11 |
| Escacs i jocs de taula..... | 14 |
| Creixement personal.....    | 16 |

- **ADULTS**

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| Dibuix i pintura.....                          | 17 |
| Manualitats.....                               | 20 |
| Artesania tèxtil.....                          | 22 |
| Activitats físiques.....                       | 23 |
| Dansa i ball.....                              | 31 |
| Música.....                                    | 37 |
| Teatre i arts escèniques.....                  | 40 |
| Cuina.....                                     | 40 |
| Vins i altres begudes.....                     | 43 |
| Salut.....                                     | 44 |
| Creixement personal.....                       | 46 |
| Idiomes.....                                   | 50 |
| Memòria i reforç de la llengua.....            | 53 |
| Fotografia i audiovisuals.....                 | 54 |
| Comunicació, noves tecnologies i robòtica..... | 55 |
| Escacs i jocs de taula.....                    | 55 |
| Natura, ecologia i sostenibilitat.....         | 56 |



|                                |    |
|--------------------------------|----|
| • INFORMACIÓ INSCRIPCIONS..... | 58 |
| • ESPAIS DE TROBADA.....       | 60 |
| • CALENDARI COMUNITARI.....    | 64 |
| • FORMACIÓ D'ADULTS.....       | 67 |
| • SERVEIS ENTITATS.....        | 70 |
| • ALTRES SERVEIS.....          | 71 |



# NADONS (0 a 3 anys)

## ACTIVITATS FÍSQUES

### SE26131 Gimnàstica Post-Natal amb Nadons de 0 a 1 any

Té com a finalitat retornar al cos seva forma natural i harmonia després del part, mitjançant exercicis molt precisos que produeixen l'estirament de les cadenes musculars de tot el cos, a més, gaudiran ballant amb coreografies molt senzilles on exploraran els seus punts més sexys i recuperaran de nou la sensualitat. A més, les mares podran viure aquesta experiència portant els seus fills/es amb elles i poder conèixer a altres mares amb els seus respectius nadons i unificar vincles matern-filial.

**Professora:** Raquel Rebollo

**Horari:** dijous de 9.30 a 10.30 h | **Durada:** 14 d'octubre de 2026 a 10 de juny 2027

**Preu públic:** 180 € | **Organitza:** Associació MAYLA



### SE26059 Muralisme i Art Urbà

De la mà d'artistes del monarT aprenèu tècniques varies d'art urbà: grafiti, stencils, retrat i tècniques murals. Tots els estils i per a tots els gustos i edats! Farem pràctiques sobre murs a l'exterior. Llença't!

**Professors:** artistes monarT ( Coordina associació Blau Blau i Ass. Fent i Desfent)

**Durada:** 2n i 4t dissabte de novembre a març (14 i 28 de novembre, 12 de desembre, 9 i 23 de gener 2026, 13 i 27 de febrer i 13 de març de 2027)

**Horari:** de 10.30 a 12.30 h | **Preu:** 100€ (inclou material)

**Organitza:** Associació Fent i Desfent, Associació d'Art BlauBlau i C.Cívic Sant a Eugènia



### SE26060 Pintem les Emocions

Aprendrem a gestionar les nostres emocions a través de l'expressivitat en la pintura (del traç, del color, de la composició i de la textura).

Deixar el neguit i l'angoixa, o expressar sobre el suport els colors de l'alegria.

Transmutar sentiments mitjançant l'expressió artística.

Taller molt expressiu, emotiu i personal. Obrir una porta dins nostre per deixar sortir.

**Professora:** Laura Gil

**Durada:** 3r dissabte de mes (17 oct, 21 nov, 19 des, i 16 de gener)

**Horari:** de 10.30 a 12.30 h | **Preu:** 55€ | **Organitza:** Associació Fent i Desfent

**Edat:** de 6 a 99 anys



# INFANTIL I JUVENIL (3 a 17 anys)

## DIBUIX I PINTURA

### SE26007 Aula Artística per infants (7 -13 anys)

Durant les tardes del dimarts aprendrem i experimentarem amb les diferents tècniques del dibuix i la pintura d'una forma lúdica i divertida. Es donaran les nocions bàsiques per anar desenvolupant l'expressió personal de cadascú, d'aquesta manera l'alumne podrà reflexionar sobre la presa de decisions a l'hora de fer les seves pròpies creacions. Ens adaptem a les diferents necessitats dels grups, treballant tant des de la creativitat i la imaginació com de la representació més objectiva. En una època on cada cop estem més acostumats a la immediatesa, aquest taller ofereix un espai on poder experimentar sense pressions, col·laborant així a la formació d'un pensament àgil i creatiu.

Per aquest taller no calen coneixements previs, el material està inclòs i l'alumnat només haurà de portar roba vella o que es pugui embrutar.

**Professora:** Mailen Navas | **Horari:** dimarts de 17.30 a 19 h |

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 a 08 de juny de 2027 | **Preu públic:** 160 €

**Organitza:** Associació d'Art Blaublau

### SE26058 ConectART : Taller obert de pintura

Curs enfocat per a totes les edats i els gustos, més experimental, expressiu o clàssic. L'objectiu és trobar el propi camí, un fil a seguir completament personal mitjançant la pintura, es potencia al màxim la creativitat i l'autonomia.

**Professor:** Greendel15 | **Horari:** dilluns de 16.30 a 18.30 h

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Preu:** 185€

**Organitza:** Associació Fent i Desfent





# DANSA I BALL

## Ball Flamenc

L'Aula de Ball Flamenc de La Gerundina és un espai inclusiu d'aprenentatge, expressió corporal i creació artística a través del moviment. Està guiada per professionals amb experiència en flamenc i pedagogia, i oberta a persones de tots els nivells i trajectòries.

A través de l'estudi del compàs, la tècnica i els diferents pals flamencs, es busca desenvolupar el domini del cos, l'expressivitat i la connexió emocional amb el ball. Cada nivell s'adapta a les capacitats del grup, oferint un procés respectuós, dinàmic i col·lectiu. L'aula també promou la convivència, el respecte i la col·laboració entre persones diverses, creant un entorn segur on compartir des del cos i l'emoció.

**Professora:** Selena Horvath

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Ass. La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.

## SE26224 Ball Flamenc. Nivell 1

Adreçat a persones que s'acosten per primera vegada al ball flamenc o tenen molt poca experiència. Es treballa la postura, el zapateado bàsic i la coordinació corporal des d'una aproximació accessible, rítmica i agradable.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26225 Ball Flamenc. Nivell 2

Pensat per a qui ja té una certa familiaritat amb el ball flamenc. S'aprofundeix en la tècnica, el moviment de braços (braceo), les seqüències coreogràfiques senzilles i la interpretació musical i expressiva de diferents pals.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26226 Ball Flamenc. Nivell 3

Adreçat a persones amb experiència consolidada en ball flamenc. Es treballen coreografies més complexes, variacions rítmiques, elements escènics i es fomenta el treball integrat amb altres disciplines flamenques com el cant, la guitarra i la percussió.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys



# Dansa i Ball

## SE26063 Dansa del ventre. Nivell 1

Aquest curs és per tu si tens ganes de ballar, exercitar el cos i moure “ les caderes “ d’una forma diferent.

Descobriràs la tècnica per realitzar els moviments tan característics de la dansa del ventre en un espai de connexió amb el cos sense cabuda al runrun de la ment.

Alliberaràs els malucs, alinearàs el cos i connectaràs cel i terra per fluir amb la música i el moviment.

**Professora:** Alba Florido

**Durada:** 19 d’octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Horari:** dilluns de 18:15 a 19:15 h

**Preu:** 120 € | **Organitza:** GESICP | **Edat:** a partir de 12 anys

## SE26062 Dansa del ventre. Nivell 2

La dansa del ventre té un ventall molt ampli de moviments.

Aprofundirem en la tècnica i crearem seqüències per polir la postura i el moviment, aportant fluïdesa i elegància a cada una de les combinacions, a la vegada que reservarem espais pel treball individual i la improvisació.

Si ja has ballat dansa oriental o tribal fusió, aquest curs és per tu.

**Professora:** Alba Florido

**Durada:** 19 d’octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Horari:** dilluns de 19:15 a 20:15 h

**Preu:** 120 € | **Organitza:** GESICP | **Edat:** a partir de 12 anys



## SE26192 Vine i Balla: de la dansa creativa, al ballet i a la composició artística

Proposta per nens i nenes molt engrescadora. Dansa creativa i ballet. Una proposta per tastar i iniciar-te al llenguatge de la dansa.

**Professora:** Natàlia Entrocassi

**Horari:** divendres de 17.30 a 19 h. | **Durada :** 9 d’octubre 2026 al 11 de juny de 2027

**Edat :** De 5 a 10 anys | **Preu:** 96 € | **Organitza:** C.C. Santa Eugènia

## Cante Flamenc

L'aula de cante Flamenco de La Gerundina és un espai inclusiu d'aprenentatge i creació artística, guiat pel formador i artista **Jordi Fornells**, especialitzat en veu i ritme. Està oberta a tothom i ofereix diferents nivells, adaptant-se a l'experiència i les necessitats de cada participant.

**Professor :** Jordi Fornells

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Associació La Gerundina,  
Penya Flamenca de Girona.



## SE26221 Cante Flamenc. Nivell 1

Adreçat a persones que s'apropen per primera vegada al cante flamenco, mogudes per la curiositat o l'afició. Només cal disposar-se a experimentar, compartir i descobrir les pròpies possibilitats expressives a través de la veu i el ritme.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26222 Cante Flamenc. Nivell 2

Pensat per a qui ja té una certa familiaritat amb alguns ritmes o estils del flamenco, independentment de si ha passat per l'aula anteriorment. Es treballa des del plaer i l'afició de cantar, aprofundint en l'expressivitat i el ritme.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26223 Cante Flamenc. Nivell 3

Dirigit exclusivament a veus que reuneixin coneixements bàsics en tècnica vocal, certes aptituds rítmiques i experiència prèvia a l'aula. Aquest nivell s'enfoca en el treball integrat amb altres disciplines (guitarra, ball, percussió).

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## Cajón Flamenc

El flamenc es caracteritza per una gran varietat de ritmes i un llenguatge propi. Les classes de cajón flamenco són un espai per connectar amb aquest estil des del ritme, a través de l'instrument i en un entorn de respecte, convivència i expressió col·lectiva guiat per la formadora i artista **Dèlia D. Rojo**.

**Professora** : Dèlia D.Rojo

**Requeriments: instrument propi**

**Lloc**: Espai Cívic Can gibert

**Organitza** : Associació La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.



## SE26227 Cajón Flamenc. Nivell 1

Dirigit a totes aquelles persones que no han tocat mai, o poc, el cajón o un altre instrument de percussió, i tenen ganes de provar, experimentar i descobrir l'instrument. Es treballarà de manera bàsica la coordinació, l'execució i l'acompanyament.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 18:00 a 18:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys

## SE262228 Cajón Flamenc. Nivell 2

Dirigit a totes aquelles persones que ja han passat la fase d'iniciació de l'instrument i volen seguir treballant la coordinació en el ritme i l'acompanyament amb més matissos, així com aprofundir en els flamencs i els seus patrons rítmics.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 19:00 a 19:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys

## SE26229 Cajón Flamenc. Nivell 3

Dirigit a totes aquelles persones que ja han tocat el cajón anteriorment i han treballat sobre diferents pels flamencs, dinàmiques, tempos i tenen els coneixements consolidats. Es treballaran matissos més tècnics, variacions de ritmes flamencs i hi haurà una part de creació col·lectiva.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 20:00 a 20:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys





## Guitarra Flamenca

L'aula de Guitarra Flamenca de La Gerundina ofereix la possibilitat de compartir l'aprenentatge d'aquesta manifestació artística amb l'acompanyament de l'artista i formador **Ernest Salvà**.

**Professor : Ernest Salvà**

**Requeriments: instrument propi**

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Associació La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.

## SE26230 Guitarra Flamenca. Nivell 1

Dirigit a totes aquelles persones que desitgin apropar-se per primer cop a aquesta disciplina artística. No calen estudis previs. Només ganes d'aprendre.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26231 Guitarra Flamenca. Nivell 2

Dirigit a totes aquelles persones que havent cursat qualsevol nivell de guitarra Flamenca anteriorment, estan familiaritzades amb alguns dels ritmes i pals del Flamenco i acostumades a seguir mínimament el compàs corresponent, comptant amb un mínim d'experiència tècnica

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26232 Guitarra Flamenca. Nivell 3

Dirigit exclusivament a aquelles persones que, havent cursat o no qualsevol nivell de Guitarra de La Gerundina anteriorment, disposen de coneixements i experiència amb la Guitarra Flamenca i estan interessades en seguir cultivant les seves aptituds.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

# ESCACS I JOCS DE TAULA



## SE26036 Escacs Nivell 0 ( Dilluns 5 a 12 anys)

Curs d'introducció i iniciació als escacs per a infants de 5 a 12 anys.

**Professor:** Arnau Clot

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Horari:** dilluns de 17.30 a 18.30 h | **Preu públic:** 50 €/any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia i C.Cívic Santa Eugènia

## SE26037 Escacs Nivell 1 ( Dilluns 9 a 12 anys)

Curs bàsic d'escacs per a infants de 9 a 12 anys.

**Professor:** Arnau Clot

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Horari:** dilluns de 18.30 a 19.30 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

## SE26044 Escacs Nivell 1 ( Dimecres 9 a 14 anys )

Curs bàsic d'escacs per a infants de 9 a 14 anys.

**Professor:** Genis Pujades

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Horari:** dimecres de 18 a 19 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

## SE26038 Escacs Nivell 1 ( Dissabte 5 a 8 anys)

Curs bàsic d'escacs per a infants de 5 a 8 anys.

**Professor:** Isaac Turon

**Durada:** 10 d'octubre de 2026 a 12 de juny de 2027

**Horari:** dissabte de 12 a 13 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

# Escacs i jocs de taula

## SE26039 Escacs Nivell 1 ( Dissabte 8 a 14 anys)

Curs bàsic d'escacs per a infants de 8 a 14 anys.

**Professor:** Isaac Turon

**Durada:** 10 d'octubre de 2026 a 12 de juny de 2027

**Horari:** dissabte de 11 a 12 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

## SE26040 Escacs Nivell 2 ( Dimarts 6 a 12 anys )

Curs avançat per infants de 6 a 12 anys.

**Professor:** Genis Pujades

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 a 8 de juny de 2027

**Horari:** dimarts de 18 a 19 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

## SE26041 Escacs Nivell 2 ( Divendres 9 a 16 anys)

Curs avançat per infants de 9 a 16 anys.

**Professor:** Isaac Turon

**Durada:** 16 d'octubre de 2026 a 11 de juny de 2027

**Horari:** divendres de 17.30 a 18.30 h | **Preu:** 150€ /any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia



# CREIXEMENT PERSONAL

## Defensa Personal per a dones

Aquest espai té la finalitat el preveure el desenvolupament d'episodis violents, amb la transmissió de mètodes que permetin resoldre aquest tipus d'incidents i situacions, incrementar la seva seguretat, autoestima i motivació.

**Professor :** Àngel Ortega

**Edat :** a partir de 14 anys

**Organitza:** GESICP

### SE26079 Defensa personal (oct - feb)

**Horari:** dijous de 18.15 a 19.45 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 a l'11 de febrer de 2027

**Preu :** 75 €

### SE26080 Defensa personal (feb - juny)

**Horari:** dijous de 18.15 a 19.45 h

**Durada:** De 18 febrer de 2026 al 10 juny de 2027

**Preu :** 75 €







# ADULTS

## DIBUIX I PINTURA

### SE26058 ConectART : Taller obert de pintura

Curs enfocat per a totes les edats i els gustos, més experimental, expressiu o clàssic. L'objectiu és trobar el propi camí, un fil a seguir completament personal mitjançant la pintura, es potencia al màxim la creativitat i l'autonomia.

**Professor:** Greendel15 | **Horari:** dilluns de 16.30 a 18.30 h

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Preu:** 185€

**Organitza:** Associació Fent i Desfent

### SE26057 Dibuix

Oferim diferents possibilitats, sense límit d'edat per poder aprendre i practicar diferents tècniques bàsiques del dibuix dins de l'art figuratiu. A més dels coneixements bàsics necessaris per poder iniciar-se en el dibuix. Cada alumne aprèn a fer allò que més el motiva i interessa.

**Professor:** Greendel15 | **Horari:** dimarts de 19.30 a 20.45 h

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 a 8 de juny de 2027 | **Preu:** 140€

**Organitza:** Associació Fent i Desfent



# Dibuix i Pintura

## Dibuix i pintura ( Gent Gran)

Aquest taller va dirigit a alumnes molt diversos, amb intencions concretes i nivells diferents, o sigui que hi ha una part de personalització del curs força elevat.

Durant el curs cada alumne anirà realitzant les seves pintures a partir de imatges que els hi interessin, tant poden ser fotografies, dibuixos com esbossos personals.

Tots tenim potencials creatius, cal tant sols, posar-los a la pràctica!

*Es poden fer servir totes les tècniques pictòriques, excepte pintura a l'oli per la seva toxicitat.*

**Professora :** Mailen Navas

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Organitza:** Ass. Gent Gran de Santa Eugènia amb col.laboració Asso. d'art Blaublau

### SE26143 Dibuix i Pintura 2 ( Gent Gran)

**Horari:** dimarts 11.30 a 13 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8  
de juny del 2027 |

**Preu soci :** 60 € | **Preu no soci :** 100€

**Edat:** de 60 a 99 anys

### SE26142 Dibuix i Pintura 1 ( Gent Gran)

**Horari:** dimarts 10 a 11.30 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8  
de juny del 2027 |

**Preu soci :** 60 € | **Preu no soci :** 100€

**Edat:** de 60 a 99 anys

## SE26008 Matinal de Dibuix i Pintura

Treballarem tant el dibuix com la pintura amb les diferents tècniques (carbonet, pastells, acrílic i oli) d'una manera ben oberta i lúdica. Cada alumne podrà escollir el que voldrà pintar, si bé a través dels seus esbossos, fotografies, o bé partir d'un quadre per a fer la pròpia visió d'aquest. No ens hem d'oblidar que el dibuix i la pintura son una manera de descobrir-nos a nosaltres mateixos.

**Professora :** Mariona Terrats | **Horari:** dijous de 10 a 12.30 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 a 10 de juny de 2027 | **Preu:** 215€

**Organitza:** Associació Fent i Desfent

## SE26056 Pintura

Treballarem amb diferents tècniques de dibuix i pintura, des de les més tradicionals a les més modernes: acrílic, oli i mixta (càrregues i experimentals).

Les propostes s'adaptaran a les inquietuds i al nivell de cadascú.

**Professor:** Greendell15 | **Horari:** dilluns de 18.45 a 20.45 h

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Preu:** 165€

**Organitza:** Associació Fent i Desfent

## SE26060 Dibuix amb Model en viu

Durant aquest taller aprendrem a conèixer la figura humana a través del cos nu, aplicant les bases del dibuix, començant amb apunts ràpids per agafar agilitat, treballarem l'encaix, la línea, el traç, la taca, les llums i ombres, el volum... amb tècnica lliure.

Aquest taller va dirigit a qualsevol persona interessada a agafar agilitat i destresa realitzant apunts al natural, no calen coneixements previs.

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professors:** Mariona Terrats i Greendel15

**Horari:** de 18.45 a 20.45 h

**Durada:** 2n i 3r dijous de mes (11, 18 de febrer, 11, 18 de març, 8, 15 d'abril i 13,20 de maig del 2027) | **Preu:** 95 € (inclou material)

**Organitza:** Associació Fent i Desfent i Associació d'Art BlauBlau

## SE26059 Muralisme i Art Urbà

De la mà d'artistes del monarT apren tècniques varies d'art urbà: grafiti, stencils, retrat i tècniques murals. Tots els estils i per a tots els gustos i edats! Farem pràctiques sobre murs a l'exterior. Llença't!

**Professors:** artistes monarT ( Coordina associació Blau Blau i Ass. Fent i Desfent)

**Horari:** de 10.30 a 12.30 h **Durada:** 2n i 4t dissabte de novembre a març (14 i 28 de novembre, 12 de desembre, 9 i 23 de gener 2026, 13 i 27 de febrer i 13 de març de 2027 | **Preu:** 100€ (inclou material)

**Organitza:** Associació Fent i Desfent, Associació d'Art BlauBlau i C.Cívic Santa Eugènia

## SE26060 Pintem les Emocions

Aprendrem a gestionar les nostres emocions a través de l'expressivitat en la pintura (del traç, del color, de la composició i de la textura). Deixar el neguit i l'angoixa, o expressar sobre el suport els colors de l'alegria.

Transmutar sentiments mitjançant l'expressió artística. Taller molt expressiu, emotiu i personal. Obrir una porta dins nostre per deixar sortir.

**Professora:** Laura Gil

**Horari:** de 10.30 a 12.30 h | **Durada:** 3r dissabte de mes (17 oct, 21 nov, 19 des, i 16 de gener)

**Preu:** 55€ | **Organitza:** Associació Fent i Desfent | **Edat:** de 6 a 99 anys



# MANUALITATS

## SE26081 Manualitats creatives i Ganxet

Desperta la teva imaginació i connecta amb el teu costat més artístic. Aprenderàs diferents tècniques artesanals i els secrets del ganxet. No importa si no tens experiència, t'acompanyarem perquè puguis crear peces úniques amb les teves pròpies mans en un ambient relaxat i acollidor. S'inclouen alguns materials.

**Professora :** M. Ángeles López | **Horari:** dimecres de 17 a 19 h

**Durada:** 1r i 3r dimecres de mes de 14 d'octubre a 9 de juny (14 octubre, 4 i 18 novembre, 2 i 16 desembre de 2026, 13 i 27 de gener de 2027, 3 i 17 de febrer, 3 i 17 de març, 7 i 21 abril , 5 i 19 maig, 2 i 9 de juny 2027 ) | **Preu:** 120€

**Organitza:** GESICP

## SE26016 Inspira't, expressa't i gaudeix amb la ceràmica

Desperta la teva imaginació i connecta amb el teu costat més artístic. Aprenderàs diferents tècniques artesanals i els secrets del ganxet. No importa si no tens experiència, t'acompanyarem perquè puguis crear peces úniques amb les teves pròpies mans en un ambient relaxat i acollidor. S'inclouen alguns materials.

**Professora :** Gemma Allué | **Horari :** dijous de 19 a 21 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 a 10 de juny de 2027 | **Preu:** 240€

**Organitza:** COCU Ass. Cultural

## Matinal de Ceràmica

Un taller matinal en petit grup per descobrir o aprofundir en el món de la ceràmica. Treballarem diferents tècniques de construcció i esmaltat per donar forma a les nostres idees i crear peces pròpies en un ambient creatiu i relaxat. No cal nivell previ. L'alumnat haurà de portar un kit bàsic de modelatge per a ceràmica i un davantal.

**Professora :** Gemma Allué

**Organitza:** COCU Ass. Cultural

### SE26017 Matinal de Ceràmica 1

**Horari:** dilluns de 9.30 a 11.30 h

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Preu :** 240 €

### SE26018 Matinal de Ceràmica 2

**Horari:** dilluns 11.30 a 13.30 h |

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027 |

**Preu :** 240 €



# Manualitats

## SE26061 Scarpbooking

L'scrapbooking no és només una manualitat més, és un espai on deixar anar la imaginació i evadir-te una mica del moment present per endinsar-te en la creativitat, la imaginació i la passió de plasmar records, esdeveniments i emocions. Emprarem tècniques d'enquadernació, cartonatge, decoupage i mix-media per a aquells que ja han assolit un nivell inicial d'scrapbooking.

**Professora :** Imma García

**Horari:** dilluns de 19 a 21 h

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Preu:** 190€

**Organitza:** GESICP

## SE26191 Taller de Joieria Artística

Taller per a la realització i coneixement de diferents tècniques de joieria artística i al seva transformació en peces úniques. L'alumnat haurà de portar eines bàsiques de joieria pròpies pactades per la tallerista en funció de les necessitats dels projectes personals. El material es troba inclòs.

**Professora:** Sabrina Sampere

**Horari:** dijous de 16 a 18 h

**Durada:** 8 d'octubre de 2026 a 08 de juny de 2027

**Preu:** 142,60 €

**Organitza:** C.C. Santa Eugènia



# ARTESANIA TÈXTIL

## SE26092 Costura i Arranjaments bàsics

Tens roba que no et poses? Vols aprendre a cosir? Farem arranjaments, customitzarem i ens introduïrem en les tècniques de costura, reciclatge i confecció de roba.

**Professora :** Dolors Contreras | **Horari:** dimecres de 17.45 a 19 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 a 9 de juny de 2027 | **Preu:** 150€

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

## SE26091 Costura i Arranjaments aprofundiment

Tens roba que no et poses? Vols aprendre a cosir? Farem arranjaments, customitzarem i aprofundirem en les tècniques de costura, reciclatge i confecció de roba. És necessari tenir nocions de costura per a fer aquest curs.

**Professora :** Dolors Contreras | **Horari:** dimecres de 16 a 17.30 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 a 9 de juny de 2027 | **Preu:** 150€

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

## SE26194 Nines i altres tècniques del Patchwork

Si t'agrada estar entre teles i fils i creus amb la filosofia del DIY ( fes-ho tu mateix) aquest és el teu espai. Pots fer nines de roba, bosses, apliqué a samarretes, davantals...

**Professora:** Araceli Rodríguez | **Horari:** dilluns de 16 a 18 h

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Preu:** 50€ de material en metàl·lic el primer dia de curs

**Organitza:** C.C. Santa Eugènia

## SE26196 Taller de reciclatge de Texans

Taller de reciclatge creatiu, porta els teus texans vells i dona'ls-hi una segona vida! L'objectiu és transformar peces que ja no fem servir en projectes originals i útils, com bosses, nines, davantals, necessers i altres complements. A més d'aprendre diferents tècniques de costura i patchwork, el taller fomenta la creativitat, la sostenibilitat i el consum responsable, demostrant que allò que sembla que ja no té ús es pot convertir en una peça única feta amb les pròpies mans.

**Professora:** Araceli Rodríguez | **Horari:** dimecres de 15.45 a 17.45 h

**Durada:** 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Preu:** 50€ de material en metàl·lic el primer dia de curs

**Organitza:** C.C. Santa Eugènia

# ACTIVITATS FÍSiques

## SE26083 Fusió de Ioga i Txi kun

L'equilibri perfecte per a cos i ment. Sents rigidesa física o saturació mental? Regala't una hora per a tu. Unim la quietud i la força del Ioga amb els moviments fluides i curatius del Chi Kung. Surtiras de la classe flotant, renovat i amb la ment en calma. Apte per a tots els nivells! Ideal per a qui busca un exercici conscient, respectuós i de baix impacte.

**Professora :** Vicoria Fernandez | **Horari:** divendres de 17.45 a 18.45 h

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 a 11 de juny de 2027 | **Preu:** 120€

**Organitza:** GESICP

## Gimnàstica d'Esquena i Reeducació Postural

Curs de manteniment muscular i articular orientat a la conducta postural.

**Professora :** Eva Masó

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

### SE26102 Gimnàstica d'Esquena i Reeducació Postural (dimarts matí)

**Horari:** dimarts de 9.15 a 10.15 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027 | **Preu :** 150 €

### SE26103 Gimnàstica d'Esquena i Reeducació Postural (dimarts matí)

**Horari:** dimarts 10.15 a 11.15 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027 | **Preu :** 150 €

### SE26104 Gimnàstica d'Esquena i Reeducació Postural (dimarts tarda)

**Horari:** dimarts de 18 a 19h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027 | **Preu :** 150 €



### SE26105 Gimnàstica d'Esquena i Reeducació Postural (dijous vespre)

**Horari:** dijous de 19 a 20 h |

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny del 2027 | **Preu :** 150 €

# Activitats Físiques

## Gimnàstica de Manteniment Gent Gran

Exercicis localitzats de baixa intensitat en els quals s'utilitza material divers, amb la finalitat de mantenir i fins i tot millorar la condició física, la flexibilitat i la força de cada persona segons l'edat.

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professora :** Laia Juanals

**Organitza:** Ass. de jubilats i pensionistes Sant Joan de Can Gibert

### SE26161 Gimnàstica de Manteniment (dilluns 11 h)

**Horari:** dilluns d'11 a 12 h |

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26162 Gimnàstica de Manteniment (dilluns 12 h)

**Horari:** dilluns de 12 a 13 h |

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26163 Gimnàstica de Manteniment (dimecres 11 h)

**Horari:** dimecres d'11 a 12 h |

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26164 Gimnàstica de Manteniment (dimecres 12h)

**Horari:** dimecres de 12 a 13 h |

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26099 Gimnàstica de Manteniment (dilluns i dimecres)

Exercicis localitzats de mitja i baixa intensitat en els quals s'utilitza material divers, amb la finalitat de mantenir i fins i tot millorar la condició física, la flexibilitat i la força de cada persona.

**Professora :** Virginia i Laia Juanals | **Horari:** dilluns i dimecres de 9.30 a 10.30 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027 | **Preu:** 120€

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

# Activitats Físiques

## Gimnàstica de Manteniment per la Gent Gran

Exercicis localitzats de baixa intensitat en els quals s'utilitza material divers, amb la finalitat de mantenir i fins i tot millorar la condició física, la flexibilitat i la força de cada persona segons l'edat.

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professora :** Virginia Gonzalez

**Organitza:** Ass. de Gent Gran Santa Eugènia

### SE26149 Gimnàstica de Manteniment (dimarts )

**Horari:** dimarts de 10 a 11 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

**Edat:** de 60 a 99 anys

### SE26150 Gimnàstica de Manteniment (dijous )

**Horari:** dijous de 10 a 11 h |

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

**Edat:** de 60 a 99 anys

### SE26151 Gimnàstica de Manteniment (divendres)

**Horari:** divendres de 10 a 11 h |

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

**Edat:** de 60 a 99 anys





# Activitats Físiques

## SE26152 Gimnàstica dolça per a la Gent Gran

És una gimnàstica suau que ens ajuda a millor i mantenir la condició física, la flexibilitat, posició corporal i la força de manera respectuosa i adaptada a cada cos.

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professora :** Virginia Gonzalez | **Horari:** dimecres de 10 a 11 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Preu soci:** 50€ | **Preu no soci:** 90€

**Organitza:** Ass. Gent Gran Santa Eugènia

## Gimnàstica Hipopressiva

Consisteix en el treball de la musculatura de l'abdomen mitjançant la respiració i l'obertura de la caixa toràctica.

Amb aquesta tècnica, no s'exerceix cap pressió sobre el sòl pelvià, el diafragma i l'abdomen. Amb exercicis rítmics aconseguim re-programar la musculatura perquè funcioni millor i ens puguem beneficiar dels seus efectes.

**No apte si teniu per patologies coronàries.**

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

### SE26097 Gimnàstica Hipopressiva (dimarts)

**Professora :** Laia Juanals

**Horari:** dimarts de 19.30 a 20.15 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027

**Preu :** 150 €

### SE26098 Gimnàstica Hipopressiva (divendres)

**Professora:** Noelia Reina

**Horari:** divendres de 9.30 a 10.30 h |

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny del 2027

**Preu :** 150 €

## SE26132 Gimnàstica Pre-Natal

Aquestes classes estan dirigides a futures mares que volen fer exercicis adequats per a embarassades. L'objectiu és prendre consciència del seu cos, conèixer el seu perinè, guanyar flexibilitat i evitar rigideses, adquirir una bona capacitat respiratòria i aprendre a fer exercicis per afavorir el part i el postpart. També es donaran consells pràctics sobre la lactància i, explicarem i entendrem els canvis fisiològics pels quals està passant la dona en aquests moments.

Es destinaran algunes classes a fer-les acompanyades de les seves respectives parelles i poder fer junts exercicis i resoldre possibles dubtes que puguin anar sorgint.

**Professora:** Raquel Rebollo

**Horari:** dimecres de 15.30 a 16.30 h | **Durada:** 14 d'octubre de 2026 a 9 de juny 2027

**Preu públic:** 60 € | **Organitza:** Associació MAYLA

# Activitats Físiques

## SE26065 Hatha Ioga

Hatha ioga és una metodologia oriental de treball, amb la respiració i postures (asanes) del que es beneficia el cos, la ment i l'esperit.

Adaptat a totes les persones.

Té una gran eficàcia preventiva i terapèutica. Tot és entrar-hi!

**Professora :** Virginia Melendres | **Horari:** dimarts de 20.15 a 21.30 h

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027 | **Preu:** 145€

**Organitza:** GESICP

## Ioga

Taller, obert a tots els nivells, tant si no has practicat mai ioga, ets principiant o tens certa pràctica.

Estil suau, lent i profund, que t'ajudarà a enfocar i calmar la ment, obrir i tonificar el cos, deixar anar tensions i omplir-te d'energia.

**Professora :** Carmen Martínez

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

### SE26100 Ioga (dilluns matí)

**Horari:** dilluns d' 11 a 12 h |

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026  
al 14 de juny del 2027

**Preu :** 150 €

### SE26101 Ioga (dimarts migdia)

**Horari:** dimarts de 13.30 a 14.30 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8  
de juny del 2027

**Preu :** 150 €



# Activitats Físiques

## SE26067 Ioga (dijous tarda)

Ioga anatòmic i postural que prové del Hatha Ioga tradicional i que introdueix petits ajustaments posturals. L'objectiu és millorar l'equilibri, guanyar flexibilitat i enfortir la salut de manera integral. Un espai ideal per a connectar amb el teu cos i benestar. Vine i valora!

**Professora:** Virginia Melendres | **Horari:** dijous de 17.15 a 18.45 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Preu:** 149€

**Organitza:** GESICP

## SE26153 Ioga per la Gent Gran (divendres) Només per socis

Taller, per a tots els nivells, tant si no has practicat mai ioga, ets principiant o tens certa pràctica. Estil suau, lent i profund, que t'ajudarà a enfocar i calmar la ment, obrir i tonificar el cos, deixar anar tensions i omplir-te d'energia. Possibilitat d'adaptar les sessions en cadira per aquelles persones que ho necessitin.

**Professora:** Natalia Entrocassi | **Horari:** divendres de 16 a 17.30 h

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** Gratuït

**Organitza:** Ass. Gent Gran Santa Eugènia

## SE26107 Pilates Dinàmic

És una activitat que inclou tots els principis del pilates clàssic (equilibri, estabilitat, treball abdominal), incorporant alhora treball cardiovascular de baixa intensitat, amb suport musical.

**Professora:** Maite Gómez | **Horari:** dimarts de 11.30 a 12.30 h

**Durada:** de 13 d'octubre de 2026 a 08 de juny de 2027 | **Preu:** 150 €

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

## SE26064 Pilates (dilluns tarda)

El mètode Pilates es basa en una sèrie d'exercicis amb fluïdesa i amb la finalitat d'aconseguir una musculatura tonificada, sense haver d'exposar les articulacions a possibles lesions produïdes per moviments forçats o d'impacte.

Es tracta de treballar el cos a consciència partint de la musculatura de la zona abdominal i el sòl pèlvic, tot controlant els moviments mitjançant el cervell i la respiració.

**Professora:** Maite Gómez | **Horari:** dilluns de 17.30 a 18.30 h

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny de 2027 | **Preu:** 150€

**Organitza:** GESICP

# Activitats Físiques

## SE26108 Pilates ( divendres matí)

El mètode Pilates consisteix en una sèrie d'exercicis per treballar la musculatura de forma controlada, exercitant el sòl pelvià i enfortint la faixa abdominal, obtenint un millor control de la columna vertebral i del cos en general.

**Professora:** Maite Gómez | **Horari:** divendres de 11.30 a 12.30 h

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 a l'11 de juny de 2027 | **Preu:** 150 €

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

## SE26106 Total Body

Recomanat a aquelles persones que volen augmentar la seva qualitat de vida mitjançant el treball adaptat d'exercicis de força, equilibri i flexibilitat d'una manera entretinguda. Les posicions mantingudes (assegut, dempeus), la manca d'activitat física o incorrecta execució de moviments ens provoquen desequilibris i dolors. Aquesta pot ser la teva oportunitat per solucionar-los.

**Professora:** Marc Jimenez Baldomero | **Horari:** dijous de 20.15 a 21.15 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Preu:** 130 €

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta



# Activitats Físiques

## SE26068 Txi Kung

Proposta de pràctica corporal i alhora energètica. El txi-kung forma part de la medicina tradicional xinesa que intenta regular la ment, el cos i la respiració. Es creu que la malaltia sorgeix d'un desequilibri entre el yin i el yang, o sigui, del flux de l'energia vital en l'ésser humà. Txi significa vital i Kung significa activada o en moviment. Una activitat accessible per a tothom , ideal per a reduir l'estrès , millorar la salut i retrobar la calma interior. Vine a connectar amb el teu benestar!

**Professora :** Victòria Fernandez | **Horari:** divendres de 16.30 a 17.30 h

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** 120€

**Organitza:** GESICP

## SE26173 Txi Kung (Gent Gran Can Gibert)

Exercicis localitzats de baixa intensitat amb la finalitat de mantenir i fins i tot millorar la condició física, la flexibilitat i la força de cada persona segons l'edat.

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professora :** Cristina

**Horari :** dimarts de 16 a 17 h | **Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 € | **Edat :** de 60 a 99 anys

**Organitza :** Ass. de jubilats i pensionistes Sant Joan de Can Gibert

## SE26148 Txi Kung ( Gent Gran de Santa Eugènia)

Txi-Kung és una diversitat de tècniques relacionades amb la medicina natural xinesa que engloben la ment, la respiració i l'exercici físic. Utilitzem l'espiritualitat i la meditació per millorar el nostre estat físic, mental i de salut.

**LLoc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professor :** Adrià Arenas

**Horari:** dimecres de 10 a 11.30 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

**Organitza:** Ass. Gent Gran Santa Eugènia



# DANSA I BALL

## Balls en línea i Country

Vine a aprendre a ballar diferents tipus de ball, amb o sense parella

**Lloc** : Espai Cívic Santa Eugènia

**Professor** : Carlos Guerrero

**Preu soci** : 50 € | **Preu no soci** : 90 €

**Organitza**: Ass. Gent Gran Santa Eugènia

### SE26144 Balls en línea i Country . Nivell 1

**Horari**: dijous de 16.30 a 17.30 h |

**Durada**: del 8 d'octubre de 2026

al 10 de juny del 2027

**Edat**: de 60 a 99 anys €

### SE26145 Balls en línea i Country . Nivell 2

**Horari**: dijous de 17.30 a 18.30 h |

**Durada**: del 8 d'octubre de 2026

al 10 de juny del 2027

**Edat**: de 60 a 99 anys €

## Batxata

Taller on ens introduïrem en el conjunt de ritmes, estils i balls que engloba la batxata a partir de balls de parella, de figures i improvisació. La inscripció és individual.

**Professor** : Carlos García

**Organitza**: Ass. Sociocultural La Bombeta

### SE26096 Batxata nivell 1

**Horari**: dijous de 21 a 22 h

**Durada**: del 8 d'octubre de 2026

al 10 de juny del 2027

**Preu** : 125 €

### SE26095 Batxata nivell 2

**Horari**: divendres de 20 a 21 h

**Durada**: del 9 d'octubre de 2026

al 11 de juny del 2027

**Preu** : 125 €

**Cal tenir coneixements previs**



# Dansa i Ball

## Ball Flamenc

L'Aula de Ball Flamenc de La Gerundina és un espai inclusiu d'aprenentatge, expressió corporal i creació artística a través del moviment. Està guiada per professionals amb experiència en flamenc i pedagogia, i oberta a persones de tots els nivells i trajectòries.

A través de l'estudi del compàs, la tècnica i els diferents pals flamencs, es busca desenvolupar el domini del cos, l'expressivitat i la connexió emocional amb el ball. Cada nivell s'adapta a les capacitats del grup, oferint un procés respectuós, dinàmic i col·lectiu.

L'aula també promou la convivència, el respecte i la col·laboració entre persones diverses, creant un entorn segur on compartir des del cos i l'emoció.

**Professora:** Selena Horvath

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Ass. La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.



## SE26224 Ball Flamenc. Nivell 1

Adreçat a persones que s'acosten per primera vegada al ball flamenc o tenen molt poca experiència. Es treballa la postura, el zapateado bàsic i la coordinació corporal des d'una aproximació accessible, rítmica i agradable.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26225 Ball Flamenc. Nivell 2

Pensat per a qui ja té una certa familiaritat amb el ball flamenc. S'aprofundeix en la tècnica, el moviment de braços (braceo), les seqüències coreogràfiques senzilles i la interpretació musical i expressiva de diferents pals.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26226 Ball Flamenc. Nivell 3

Adreçat a persones amb experiència consolidada en ball flamenc. Es treballen coreografies més complexes, variacions rítmiques, elements escènics i es fomenta el treball integrat amb altres disciplines flamenques com el cant, la guitarra i la percussió.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

# Dansa i Ball

## Ballem Junes

Tens ganes de compartir un espai de ball on et mouràs al ritme de diferents tècniques de ball?

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professora :** Carlos Guerrero

**Organitza:** Ass. de jubilats i pensionistes Sant Joan de Can Gibert

**Edat :** de 60 a 99 anys

### SE26171 Ballem Junes (dimarts 10 h)

**Horari:** dimarts de 10 a 12 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26172 Ballem Junes (dimarts 11 h)

**Horari:** dimarts d'11 a 12 h |

**Durada:** del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26169 Ballem Junes (dijous 10 h)

**Horari:** dijous de 10 a 11 h |

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

### SE26170 Ballem Junes (dijous 11 h)

**Horari:** dijous d'11 a 12 h |

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 13 de juny del 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €



# Dansa i Ball

## SE26093 Salsa Nivell 1

Taller on ens introduïrem en el conjunt de ritmes, estils i balls que engloba la salsa (mambo, rumba, son, guaracha...), a partir de balls de parella, de figures i improvisació. Inscripcions individuals.

**Professora:** Carlos García | **Horari:** dijous de 20 a 21 h

**Durada:** del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027 | **Preu:** 125 €

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

## SE26094 Salsa Nivell 2

Aprofundirem en el conjunt de ritmes, estils i balls que engloba la salsa (mambo, rumba, son, guaracha,...). Inscripcions individuals.

**Professora:** Carlos García

**Horari:** divendres de 10 a 20 h

**Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** 125 €

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta



## SE26063 Dansa del ventre. Nivell 1

Aquest curs és per tu si tens ganes de ballar, exercitar el cos i moure “ les caderes “ d'una forma diferent.

Descobriràs la tècnica per realitzar els moviments tan característics de la dansa del ventre en un espai de connexió amb el cos sense cabuda al runrun de la ment.

Alliberaràs els malucs, alinearàs el cos i connectaràs cel i terra per fluir amb la música i el moviment.

**Professora:** Alba Florido

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Horari:** dilluns de 18:15 a 19:15 h

**Preu:** 120 € | **Organitza:** GESICP | **Edat:** a partir de 12 anys

## SE26062 Dansa del ventre. Nivell 2

La dansa del ventre té un ventall molt ampli de moviments.

Aprofundirem en la tècnica i crearem seqüències per polir la postura i el moviment, aportant fluïdesa i elegància a cada una de les combinacions, a la vegada que reservarem espais pel treball individual i la improvisació.

Si ja has ballat dansa oriental o tribal fusió, aquest curs és per tu.

**Professora:** Alba Florido

**Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Horari:** dilluns de 19:15 a 20:15 h

**Preu:** 120 € | **Organitza:** GESICP | **Edat:** a partir de 12 anys

# Dansa i Ball

## SE26147 Sevillanes ( Gent Gran de Santa Eugènia)

Curs per aprendre el ball més popular del folklore de la regió d' Andalusia, concretament de la ciutat de Sevilla. Aprendrem des de la col·locació fins els primers passos.

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professor :** Betty Sánchez

**Horari:** dilluns de 10 a 11 h

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 7 de juny de 2027

**Preu soci :** 50 € | **Preu no soci :** 90 €

**Organitza:** Ass. Gent Gran Santa Eugènia amb col·laboració amb l'Ass. Zona Olé

## SE26165 Sevillanes Nivell 1

Sevillanes de nivell inicial per a totes les edats, no cal tenir coneixements previs. Aquest grup és per a persones que vulguin ballar individualment.

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professor :** Mari Burdalo Sánchez

**Horari:** dimecres de 19 a 20 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Preu soci :** 65 € | **Preu no soci :** 95 €

**Organitza:** Ass. de Jubilats i pensionistes Sant Joan

## SE26166 Sevillanes Nivell 2

Nivell avançat del curs de sevillanes, només apte per gent que ja ha fet el primer o que ja té coneixements del ball. Aquest grup és per a persones que vulguin ballar.

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professor :** Mari Burdalo Sánchez

**Horari:** dimecres de 18 a 19 h | **Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Preu soci :** 65 € | **Preu no soci :** 95 €

**Organitza:** Ass. de Jubilats i pensionistes Sant Joan

## SE26167 Sevillanes per parelles Nivell 2

Nivell avançat del curs de sevillanes, només apte per gent que ja ha fet el primer o que ja té coneixements del ball. Aquest grup és per a persones que tinguin parella de ball. La inscripció és per parelles.

**Lloc :** Espai Cívic Can Gibert

**Professora:** Mari Burdalo Sánchez

**Horari:** divendres de 10 a 11 h | **Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027

**Preu soci :** 120 € (per parella) | **Preu no soci :** 180 € (per parella)

**Organitza:** Ass. de Jubilats i pensionistes Sant Joan



# Dansa i Ball

## SE26021 Zumba Fitness Popular (dilluns)

Activitat aeròbica que combina diferents estils musicals, la majoria ritmes llatins anomenat ZUMBA que ajuda a realitzar una activitat esportiva popular pel barri, ajudar a la psicomotricitat, crear vincles entre els diferents veïns i veïnes, socialitzar, relacionar les diferents cultures del barri mitjançant l'activitat lúdica esportiva, crear nous vincles i fer barri.

**Professor :** Túlio

**Horari:** dilluns de 20 a 21 h | **Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny de 2027

**Preu :** 125€ | **Organitza:** Ass. Cultural Cubana de Girona

## SE26022 Zumba Fitness Popular (dimecres)

Activitat aeròbica que combina diferents estils musicals, la majoria ritmes llatins anomenat ZUMBA que ajuda a realitzar una activitat esportiva popular pel barri, ajudar a la psicomotricitat, crear vincles entre els diferents veïns i veïnes, socialitzar, relacionar les diferents cultures del barri mitjançant l'activitat lúdica esportiva, crear nous vincles i fer barri.

**Professor :** Túlio

**Horari:** dimecres de 19.30 a 20.30 h | **Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027 | **Preu :** 125€ | **Organitza:** Ass. Cultural Cubana de Girona

# Dansa i Ball

## monogràfic

## SE26028 Biodansa

Una altra mirada: música, grup i moviment per millorar la vitalitat, enfortir la ment i connectar amb l'alegria de viure.

**Professor :** Sònia Jiménez Cook

**Horari:** dimecres de 17.45 a 19.15 h | **Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 16 de desembre del 2026 | **Preu soci :** 2.5 hores de temps | **Preu no soci :** 50 € al compte del Banc dels Aliments ( Cal portar justificant d'ingrés)

**Organitza:** Banc del Temps Pont del Dimoni

## SE26001 La Veu del Cos

Viurem una barreja de balls, danses tradicionals i contemporànies, amb l'objectiu de facilitar la inclusió de la diversitat cultural, reconstrucció i reparació de les barreres físiques, mentals i socials, on el cos podrà alçar la veu i manifestar-se des de la veritat, per ser escoltat sense ser estigmatitzat.

**Professor :** Ariadna Muñoz Castañeda

**Horari:** dilluns de 18.45 a 19.15 h | **Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 21 de desembre del 2026 | **Preu :** 50€

**Organitza:** Ass. Sociocultural Columbiana de Girona ASOCOLGI

# MÚSICA

## Cante Flamenc

L'aula de cante Flamenco de La Gerundina és un espai inclusiu d'aprenentatge i creació artística, guiat pel formador i artista **Jordi Fornells**, especialitzat en veu i ritme. Està oberta a tothom i ofereix diferents nivells, adaptant-se a l'experiència i les necessitats de cada participant.

**Professor :** Jordi Fornells

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Associació La Gerundina,  
Penya Flamenca de Girona.



## SE26221 Cante Flamenc. Nivell 1

Adreçat a persones que s'apropen per primera vegada al cante flamenco, mogudes per la curiositat o l'afició. Només cal disposar-se a experimentar, compartir i descobrir les pròpies possibilitats expressives a través de la veu i el ritme.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26222 Cante Flamenc. Nivell 2

Pensat per a qui ja té una certa familiaritat amb alguns ritmes o estils del flamenco, independentment de si ha passat per l'aula anteriorment. Es treballa des del plaer i l'afició de cantar, aprofundint en l'expressivitat i el ritme.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26223 Cante Flamenc. Nivell 3

Dirigit exclusivament a veus que reuneixin coneixements bàsics en tècnica vocal, certes aptituds rítmiques i experiència prèvia a l'aula. Aquest nivell s'enfoca en el treball integrat amb altres disciplines (guitarra, ball, percussió).

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h

**Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

# Música

## Cajón Flamenc

El flamenc es caracteritza per una gran varietat de ritmes i un llenguatge propi. Les classes de cajón flamenco són un espai per connectar amb aquest estil des del ritme, a través de l'instrument i en un entorn de respecte, convivència i expressió col·lectiva guiat per la formadora i artista **Dèlia D. Rojo**.

**Professora** : Dèlia D.Rojo

**Requeriments: instrument propi**

**Lloc**: Espai Cívic Can gibert

**Organitza** : Associació La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.



## SE26227 Cajón Flamenc. Nivell 1

Dirigit a totes aquelles persones que no han tocat mai, o poc, el cajón o un altre instrument de percussió, i tenen ganes de provar, experimentar i descobrir l'instrument. Es treballarà de manera bàsica la coordinació, l'execució i l'acompanyament.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 18:00 a 18:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys

## SE262228 Cajón Flamenc. Nivell 2

Dirigit a totes aquelles persones que ja han passat la fase d'iniciació de l'instrument i volen seguir treballant la coordinació en el ritme i l'acompanyament amb més matissos, així com aprofundir en els flamencs i els seus patrons rítmics.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 19:00 a 19:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys

## SE26229 Cajón Flamenc. Nivell 3

Dirigit a totes aquelles persones que ja han tocat el cajón anteriorment i han treballat sobre diferents pels flamencs, dinàmiques, tempos i tenen els coneixements consolidats. Es treballaran matissos més tècnics, variacions de ritmes flamencs i hi haurà una part de creació col·lectiva.

**Durada**: del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari**: dilluns de 20:00 a 20:50 h | **Preu** : 220€ | **Edat**: A partir 16 anys

# Música

## Guitarra Flamenca

L'aula de Guitarra Flamenca de La Gerundina ofereix la possibilitat de compartir l'aprenentatge d'aquesta manifestació artística amb l'acompanyament de l'artista i formador **Ernest Salvà**.

**Professor : Ernest Salvà**

**Requeriments: instrument propi**

**Lloc:** Espai Cívic Can gibert

**Organitza :** Associació La Gerundina, Penya Flamenca de Girona.

## SE26230 Guitarra Flamenca. Nivell 1

Dirigit a totes aquelles persones que desitgin apropar-se per primer cop a aquesta disciplina artística. No calen estudis previs. Només ganes d'aprendre.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 18:00 a 18:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26231 Guitarra Flamenca. Nivell 2

Dirigit a totes aquelles persones que havent cursat qualsevol nivell de guitarra Flamenca anteriorment, estan familiaritzades amb alguns dels ritmes i pals del Flamenco i acostumades a seguir mínimament el compàs corresponent, comptant amb un mínim d'experiència tècnica

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 19:00 a 19:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26232 Guitarra Flamenca. Nivell 3

Dirigit exclusivament a aquelles persones que, havent cursat o no qualsevol nivell de Guitarra de La Gerundina anteriorment, disposen de coneixements i experiència amb la Guitarra Flamenca i estan interessades en seguir cultivant les seves aptituds.

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Horari:** dilluns de 20:00 a 20:50 h | **Preu :** 220€ | **Edat:** A partir 16 anys

## SE26141 Cant Coral Les Veus de Santa Eugènia (Gent Gran )

Taller de cant coral per a gent gran.

**Professora :** Tati Romero

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny del 2027

**Horari:** dimecres de 10 a 11 h | **Preu Soci :** 50€ | **Preu No Soci :** 90€

**Organitza :** Ass. Gent Gran de Santa Eugènia | **Edat:** de 60 a 99 anys

# TEATRE I ARTS ESCÈNIQUES

## SE26136 Tècniques Teatral

En aquest taller compartirem eines perquè tothom pugui trobar la manera d'expressar-se i donar forma al que volem comunicar a través del llenguatge del teatre. Descobrirem les bases del joc teatral a partir de la improvisació i les eines que tenim al nostre abast per a la creació escènica. Acabarem el curs amb la presentació d'una creació col·lectiva resultant del procés de treball.

**Professora :** Dolors Duran

**Horari:** dilluns de 19 a 21 h

**Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny del 2027

**Preu :** 50€ | **Organitza :** TdeSET



## CUINA

monogràfic

## SE26031 Cuines del Món

Tallers de cuina que ens descobreixen la diversitat de Santa Eugènia de Ter i Can Gibert del Pla, fomentant la interculturalitat entre el veïnat, el curs comença amb la cuina catalana i continuarà amb les cuines del món. Mentre cuinem parlarem de les cultures i gaudirem de l'elaboració en forma d'un tastet grupal. Aquest curs és de 9 sessions, 9 descobertes culinàries i secrets de codis culturals

**Horari:** Dimarts de 19 h a 21 h

**Durada:** Últim dimarts de cada mes, 20 d'octubre 2026 fins a 1 juny 2027  
( 20 oct, 24 nov, 15 des, 26 gen, 23 feb, 30 març, 27 abril, 25 maig, 1 juny)

**Preu:** 80€ | **Organitza:** Ass. ECCIT





## SE26026 Cuina tradicional Catalana

Aprendrem les bases de la cuina tradicional catalana amb tres plats estrella d'aquesta gastronomia, com l'arròs a la cassola, la sèpia amb mandonguilles i pèsols, i l'escudella i carn d'olla.

**Professor** : Gerard Carbó Boada

**Horari**: Dijous de 20 a 22 h

**Durada**: 15 d'octubre, 5 novembre i 10 de desembre de 2026

**Preu Soci**: 1 hora de temps | **Preu no Soci**: 20€ al compte del Banc d'Aliments

**Organitza**: Banc del Temps Pont del Dimoni

## SE26244 Arrossos i Peixos . Cuina de Perú

Descobreix les tècniques i els secrets per elaborar deliciosos plats d'arròs i receptes de peix plenes de sabor. En aquest taller pràctic aprendràs a preparar diferents tipus d'arrossos i a cuinar el peix de manera senzilla i equilibrada, potenciant-ne el gust i la textura.

**Professora** : Ana Lucía Gozales García

**Horari**: Dimarts de 19 a 21 h | **Durada**: 4 de maig a 8 de juny 2027 | **Preu** : 66 €

**Organitza**: Ass. Folkòrica Así es mi Perú

## SE26241 Mini entrants . Cuina de Perú

Aprèn a preparar una selecció de mini entrants originals, saborosos i fàcils d'elaborar, ideals per a aperitius, celebracions o àpats especials. Durant el taller descobrirem diferents tècniques de presentació i combinacions d'ingredients per crear petites mossegades que destaquen tant pel gust com per la seva presentació.

**Professora** : Ana Lucía Gozales García

**Horari**: Dimarts de 16.30 a 18.30 h | **Durada**: 02 de febrer a 20 d'abril de 2027

**Sessions**: 2, 9, 16 i 23 de febrer, 2, 9, 16 i 30 de març, 6, 13 i 20 d'abril de 2027

**Preu** : 132 € | **Organitza**: Ass. Folkòrica Así es mi Perú

## SE26242 Segons Plats Criolls . Cuina de Perú

Endinsa't en la riquesa de la cuina criolla i aprèn a elaborar alguns dels seus segons plats més representatius. En aquest curs prepararem receptes tradicionals, plenes de sabor i història, combinant ingredients típics i tècniques culinàries que han passat de generació en generació.

**Professora** : Ana Lucía Gozales García

**Horari**: Dimarts de 16.30 a 18.30 h | **Durada**: 13 d'octubre de 2026 a 19 de gener

2027 | **Sessions**: 13 i 27 octubre, 3, 10, 17 de novembre, 1 de desembre de 2026, 12,

19 de gener 2027 | **Preu** : 96 € | **Organitza**: Ass. Folkòrica Así es mi Perú



## SE26243 Piononos, entrants i pasta . Cuina de Perú

Aprèn a elaborar una gran varietat de piononos, entrants i pasta. En aquest taller pràctic descobriràs receptes versàtils, saboroses i fàcils de preparar, amb diferents farcits, masses i tècniques de presentació.

Durant el curs prepararem elaboracions que combinen tradició i creativitat, utilitzant ingredients variats per aconseguir propostes atractives i equilibrades que podràs reproduir a casa.

**Professora :** Ana Lucía Gozales García

**Horari:** Dimarts de 19 a 21 h | **Durada:** 02 de febrer a 20 d'abril de 2027

**Sessions:** 2, 9 i 16 de febrer, 2, 9 i 16 de maç i 6, 13 i 20 d'abril de 2027

**Preu :** 108 € | **Organitza:** Ass. Folkòrica Así es mi Perú

## SE26240 Pastissos i postres de Festa . Cuina de Perú

Descobreix els sabors més dolços de la gastronomia peruana en aquest taller pràctic de postres tradicionals. Aprenderàs a elaborar receptes emblemàtiques amb ingredients i tècniques pròpies de la cuina del Perú, tot coneixent la història i les tradicions que les envolten.

**Professora :** Ana Lucía Gozales García

**Horari:** Dimarts de 16.30 a 18.30 h | **Durada:** 13 d'octubre al 26 de gener de 2027

**Sessions:** 13, 20 i 27 d'ocubre, 3, 10, 17 i 24 de novembre, 1, 15 i 22 de desembre de 2026, 12, 19 i 26 de gener de 2027 | **Preu :** 156 €

**Organitza:** Ass. Folkòrica Así es mi Perú

### SE26069 Taller de vins

Un curs participatiu des del primer moment. Un espai per gaudir, discutir, jugar i perdre la por a “no entendre-hi” de vins.

10 sessions participatives on tastarem vins, aprendrem a tenir criteri, trencarem mites i descobrirem per què el vi és molt més que una copa.

**És possible apuntar-se a sessions soltes contactant al correu [elsimar@hotmail.com](mailto:elsimar@hotmail.com), totes les sessions inclouen tast de vins.**

Sessió 1 — No m'agrada el vi... o això em pensava

Sessió 2 — El vi no neix a les ampolles

Sessió 3 — Catalunya dins d'una copa

Sessió 4 — Les zones que tothom coneix... i ningú explica bé

Sessió 5 — La volta al món en 5 copes

Sessió 6 — Et colarien un vi car?

Sessió 7 — Naturals, ecològics o simplement màrqueting?

Sessió 8 — Bombolles: festa, luxe o obsessió?

Sessió 9 — El temps dins d'una ampolla

Sessió 10 — Fake experts: la batalla final

**Professor:** Conrad Johera

**Horari:** dilluns de 19:45 a 21:15 h

**Durada :** 19 i 26 d'octubre, 2 ,9 , 16 i 23 i 30 de novembre, 7, 14 i 21 de desembre de 2026 | **Preu:** 110€ | **Organitza:** GESICP



## SE26213 Benestar Emocional (gener - març)

L'objectiu del Grup de Benestar Emocional és treballar eines i estratègies que ens acompanyin a gaudir d'un millor benestar incloent aspectes físics, emocionals i socials.

El grup és tancat, és a dir, durant les 9 sessions ens reunim sempre les mateixes persones amb un compromís d'assistència i confidencialitat.

Abans de participar en el grup, es realitzarà una trucada o entrevista inicial a càrrec de la Referent de Benestar Emocional, per comprendre les necessitats individuals i avaluar si l'activitat és adequada.

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Referent espai:** Ariadna Busquets (634276879)

**Horari:** dimecres de 18 a 20 h

**Durada:** 13 de gener del 2027 a 3 de març de 2027 (9 sessions)

**Preu:** gratuït | **Organitza:** CAP Can Gibert del Pla

## Grup de gestió de l'estrès i la simptomatologia ansiosa ( Can Gibert )

L'objectiu d'aquest grup és treballar eines i estratègies que ens ajudin a gestionar millor l'estrès diari i la simptomatologia ansiosa

El grup és tancat, és a dir, durant les 9 sessions ens reunim sempre les mateixes persones amb un compromís d'assistència i confidencialitat.

Et pot inscriure a través de la web del sistema d'inscripcions de l'Ajuntament o mitjançant el teu referent de Salut del CAP.

**Lloc:** Espai Cívic Can Gibert | **Referent espai:** Melany Martínez | **Preu :** Gratuït

**Organitza:** CAP Can Gibert del Pla

## SE26214 Grup de Gestió de l'estrès (oct - des)

**Horari:** dilluns de 12.30 a 14 h

**Durada:** 19 d'octubre del 2026 a 14 de desembre 2026 (9 sessions)

## SE26215 Grup de Gestió de l'estrès (gen - març)

**Horari:** dilluns de 12.30 a 14 h

**Durada:** 18 de gener del 2027 a 15 de març 2027 (9 sessions)

## SE26216 Grup de Gestió de l'estrès (abril-maig)

**Horari:** dilluns de 12.30 a 14 h

**Durada:** 5 d'abril del 2027 a 31 de maig 2027 (9 sessions)

## Grup de gestió de l'estrés i la simptomatologia ansiosa ( Santa Eugènia)

L'objectiu d'aquest grup és treballar eines i estratègies que ens ajudin a gestionar millor l'estrès diari i la simptomatologia ansiosa

El grup és tancat, és a dir, durant les 9 sessions ens reunim sempre les mateixes persones amb un compromís d'assistència i confidencialitat.

Et pot inscriure a través de la web del sistema d'inscripcions de l'Ajuntament o mitjançant el teu referent de Salut del CAP.

**Lloc:** Espai Cívic Santa Eugènia

**Referent espai:** Ariadna Busquets (634276879) | **Preu :** Gratuït

**Organitza:** CAP Can Gibert del Pla

### SE26211 Grup de Gestió de l'estrés (oct - des)

**Horari:** dimecres de 18 a 20 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de desembre de 2026 (9 sessions)

### SE26212 Grup de Gestió de l'estrés (abr - juny)

**Horari:** dimecres de 18 a 20 h

**Durada:** del 7 d'abril al 2 de juny de 2027 (9 sessions)

## Grup Alimentació Saludable

Si vols aprendre a seguir una alimentació saludable i com aplicar-ho de manera pràctica aquest és el teu grup. Liderat per la nutricionista del CAP de Can Gibert del Pla.

**Referent espai:** Alexandra Gironés

**Organitza:** CAP Can Gibert del Pla

### SE26217 Grup Alimentació Saludable (octubre)

**Horari:** dimecres de 10.30 a 11.30 h

**Durada:** del 7 d'octubre de 2026 al 28 d'octubre de 2026 (4 sessions)

**Preu :** Gratuït

### SE26218 Grup Alimentació Saludable (febrer)

**Horari:** dimecres de 10.30 a 11.30 h

**Durada:** 3 de febrer al 24 de febrer 2027 (4 sessions)

**Preu :** Gratuït



# Creixement Personal

## Defensa Personal per a dones

Aquest espai té la finalitat el preveure el desenvolupament d'episodis violents, amb la transmissió de mètodes que permetin resoldre aquest tipus d'incidents i situacions, incrementar la seva seguretat, autoestima i motivació.

**Professor** : Àngel Ortega

**Edat** : a partir de 14 anys

**Organitza**: GESICP

### SE26079 Defensa personal (oct - feb)

**Horari**: dijous de 18.15 a 19.45 h

**Durada**: del 8 d'octubre de 2026 a l'11 de febrer de 2027

**Preu** : 75 €

### SE26080 Defensa personal (feb - juny)

**Horari**: dijous de 18.15 a 19.45 h

**Durada**: De 18 febrer de 2026 al 10 juny de 2027

**Preu** : 75 €

## SE26237 Dones en xarxa per a la inserció laboral

Juntes crearem una xarxa de suport on fomentar l'autoconfiança per descobrir els nostres potencials, coneixerem recursos, serveis i espais comunitaris, descobrirem noves referents emprenedores del territori que ens inspirin i utilitzarem eines per la recerca de feina.

**Lloc** : Espai Cívic Santa Eugènia

**Referent espai**: Aryadna Cabrera

**Horari**: dimarts de 10 a 12 h

**Durada**: del 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny 2027

**Preu**: gratuït | **Organitza**: Casal dels infants i Comunalitat del Güell

## SE26066 Taller de veu : Veu i expressió

El taller implica utilitzar el so, la veu i tot el cos com a eines clau per a alliberar emocions i promoure el benestar psicocorporal.

Vine a sentir la teva pròpia força i a gaudir de la música com a camí d'autoconeixement.

**Professora**: Glòria Sirvent

**Horari**: dimecres de 18 a 19 h

**Durada**: del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny 2027

**Preu**: 120€ | **Organitza**: GESICP

# Creixement Personal

## Grup de somnis

Els somnis parlen de nosaltres, de qui els somnia. Els somnis ens recorden coses que tenim pendents i que es important resoldre. Els somnis també ens donen solucions als nostres problemes, ens aporten solucions imaginatives que nosaltres no pensàrem. Els somnis ens suggereixen aspectes que tenim descuidats.

**Professor :** Josep Maria Cabra Roca

**Organitza:** Ass. Sociocultural La Bombeta

### SE26125 Grup de Somnis (divendres)

**Horari:** 1r divendres  
de mes de 11 a 13 h

**Durada:** 9 d'octubre de 2026 a 11 de juny de 2027 | **Preu :** Gratuït

### SE26124 Grup de Somnis (dissabte)

**Horari:** 2n dissabte  
de mes de 11 a 13 h

**Durada:** 10 d'octubre de 2026 a 12 de juny de 2027 | **Preu :** Gratuït

## SE26070 Trobades sobre la pràctica del silenci i les pauses de meditació Raja Ioga

Ens proposem des d'aquest espai mensual enfocar la nostra atenció a poder mirar les situacions d'avui dia amb una perspectiva oberta i plena d'oportunitats.

Trobar l'art d'encantar la vida. Sessions guiades en grup

**Horari:** primer i tercer divendres de cada mes de 19h a 20h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny 2027

**Sessions:** 9 i 23 d'octubre, 6 i 20 de novembre, 4 i 18 de desembre 2026, 8 i 22 de gener, 5 i 19 de febrer, 5 i 19 de març, 2 i 16 d'abril, 7 i 21 de maig i 4 de juny 2027

**Preu:** gratuït | **Organitza:** GESICP i Brahma Kumaris

## SE26074 SEMINARI. Eines per a netejar i reprogramar els teus pesaments

Sovint, el soroll extern ens desconnecta de qui som realment. Aquest seminari és una invitació a fer un viatge cap a l'interior a través de la visió del Raja Ioga ( el ioga de la ment ) no deixa de ser viure en coherència i en un equilibri de benestar en tots els àmbits. Una oportunitat per endur-te eines pràctiques per el teu dia a dia, sense necessitat de postures físiques.

**Professora:** Pilar Quera

**Horari:** dissabte de 10.30 a 13 h

**Durada:** 7 de novembre de 2026

**Preu:** gratuït | **Organitza:** GESICP i Brahma Kumaris

## SE26075 SEMINARI. Silenci, concentració, benestar i fortalesa interior

Viure en pilot automàtic ens arrossega. I si poguessis aturar el soroll extern i connectar amb la teva veritable calma? Et convidem a un espai de desconnexió i autoconeixement on aprendràs a governar la teva ment des de la perspectiva del Raja Ioga.

**Professora:** Pilar Quera

**Horari:** dissabte de 10.30 a 13 h

**Durada:** 20 de març de 2027

**Preu:** gratuït | **Organitza:** GESICP i Brahma Kumaris

## SE26077 Farmaciola Natural i benestar de tardor

Un itinerari de 4 sessions pensat per preparar el cos davant del fred, reforçar les defenses i aprendre a gestionar els símptomes respiratoris a casa amb plantes, olis essencials i tècniques manuals.

Sessió 1 — Olis Essencials per a la Tardor (Aromateràpia i Defenses)

Sessió 2 — Remeis de l'Àvia: Xarops i Caramels Herbaris

Sessió 3 — Ungüents Respiratoris i Digitopuntura del Pulmó

Sessió 4 — Reflexologia Podal per al Sistema Immunitari

**Professora :** Eva Duch

**Horari:** dimecres de 19 a 21 h

**Durada :** 14, 21 i 28 d'octubre, 4 de novembre 2026 | **Preu:** 48 € |

**Organitza:** GESICP

## SE26078 Alquímia Botànica : mans, peus i remeis tradicionals

Un curs que uneix els antics remeis (licors i elixirs) amb el poder terapèutic del massatge a mans i peus i la digitopuntura digestiva.

Sessió 1 — Cures per a les Mans i Reflexologia Manual

Sessió 2 — Digitopuntura Digestiva i Elixirs Herbàcis

Sessió 3 — Licors Medicinals i de Festa (Tradició de Tardor)

Sessió 4 — Cures per als Peus i Reflexologia del Descans

**Professora :** Eva Duch

**Horari:** dimecres de 19 a 21 h

**Durada :** 11, 18, 25 de novembre i 2 de desembre de 2026 | **Preu:** 48 € |

**Organitza:** GESICP

### SE26195 Escola Popular Ecofeminista

Les sessions seran presencials, format que ens permetrà generar un espai amable i distès on cuidar-nos, revisar-nos i fer safareig per capbussar-nos en els feminismes.

Sessió 1 — Introducció a l'economia: per què una mirada feminista?

Sessió 2 — Descolonitzar els cossos i territoris

Sessió 3 — Ecofeminismes

Sessió 4 — Antiextractivisme: feminismes negres i africans

Sessió 5 — Polititzar els malestars

Sessió 6 — Polititzar el plaer

Sessió 7 — Taller “Salsa Jamaiconas” + Tancament

**Horari:** Dilluns de 17 a 19.30 h

**Durada :** Del 19 d'octubre al 23 de novembre | **Preu:** Gratuït | **Organitza:** Cooperació (Escola Popular Ecofeminista) i Centre Cívic Santa Eugènia.

### Raja Ioga

Sabem que el que diem, fem i sentim, tot s'origina a la ment?

El pensament és un dels recursos més importants i un dels menys compresos...

Observem els pensaments, els sentiments i el seu efecte en el nostre dia a dia, en les nostres relacions i en la salut interna i externa.

**Professora :** Pilar Quera | **Preu :** Gratuït

**Organitza:** GESICP i Associació Brahma Kumaris

### SE26071 Raja Ioga (octubre)

**Horari:** dissabte de 10:30 a 13:00 h

**Durada:** 10, 17 i 24 d'octubre de 2026

### SE26072 Raja Ioga (gener)

**Horari:** dissabte de 10:30 a 13:00 h

**Durada:** 16, 23 i 30 de gener de 2027

### SE26073 Raja Ioga (abril)

**Horari:** dissabte de 10:30 a 13:00 h

**Durada:** 3, 17 i 24 d'abril de 2027

# IDIOMES

## SE262117 Anglès conversa. Nivell bàsic

Aprenentatge mitjançant la lectura i la comprensió de text.

**Professor :** James Nield

**Horari:** dimecres de 11 a 12.30 h | **Durada:** 14 d'octubre de 2026 a 9 de juny de 2027

**Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26119 Anglès conversa. Nivell mig (dilluns)

Aprenentatge mitjançant la lectura i la comprensió de text.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dilluns de 9.30 a 10.30 h | **Durada:** 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027

**Preu:** 150€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26118 Anglès conversa. Nivell mig (dimarts i dijous)

Aprenentatge mitjançant la lectura i la comprensió de text.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dimarts i dijous de 9.30 a 10.30 h | **Durada:** 8 d'octubre de 2026 a 10 de juny de 2027

**Preu:** 290€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## Anglès conversa. Nivell avançat

Aprenentatge mitjançant la lectura i la comprensió de text.

**Professors :** Albert Gallego i James Nield

**Preu:** 150€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

### SE26120 Conversa avançat (dimarts matí)

**Horari:** dimarts de 10 a 11 h

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 a 8 de juny de 2026

### SE26121 Conversa avançat (dimarts tarda)

**Horari:** dimarts de 18.30 a 19.30 h

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 a 8 de juny de 2026

### SE26122 Conversa avançat (dimecres tarda)

**Horari:** dimecres de 15.30 a 16.30 h

**Durada:** 14 d'octubre de 2026 a 9 de juny de 2026

### SE26123 Conversa avançat (dijous tarda)

**Horari:** dijous de 18.30 a 19.30 h

**Durada:** 8 d'octubre de 2026 a l' 11 de juny de 2026

## SE26109 Anglès. Nivell bàsic

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim d'1 any.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dilluns de 15.15 a 16.45 h | **Durada:** del 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26110 Anglès. Nivell preintermig (dimarts i dijous)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 2 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dimarts i dijous de 11 a 12 h | **Durada:** del 13 d'octubre de 2026 a 10 de juny de 2027 | **Preu:** 290€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26111 Anglès. Nivell preintermig 2 (dilluns)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 2 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dilluns de 11 a 12 h | **Durada:** del 19 d'octubre de 2026 a 14 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26112 Anglès. Nivell preintermig 2 (dimecres)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 2 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dimecres de 18 a 19.30 h | **Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26113 Anglès. Nivell intermig 2 (dilluns)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 2 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dilluns de 18 a 19.30 h | **Durada:** del 19 d'octubre de 2026 al 14 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta



## SE26114 Anglès. Nivell intermig (divendres)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 2 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** divendres de 9.30 a 11 h | **Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26115 Anglès. Nivell intermig + 2 (divendres)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 3 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** divendres de 15.15 a 16.45 h | **Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** 225€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta

## SE26116 Anglès. Nivell avançat (dimarts i dijous)

Es recomana haver estudiat la llengua un mínim de 3 anys.

Curs amb llibre de text no inclòs en el preu del curs.

**Professor :** Albert Gallego

**Horari:** dimarts i dijous de 15.30 a 16.30 h | **Durada:** del 9 d'octubre de 2026 al 11 de juny de 2027 | **Preu:** 290€ | **Organitza:** Ass. La Bombeta



# MEMÒRIA I REFORÇ DE LA LLENGUA

## Taller de memòria (Santa Eugènia)

Taller de tècniques i activitats que agilitzen i re-activen els mecanismes de la memòria. Pensat per a gent gran.

**LLoc:** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professora :** Sílvia Puig | **Preu :** 15 €

**Organitza:** C.C. Santa Eugènia

### SE26154 Taller de memòria.

**Horari:** dilluns de 10 a 11 h  
**Durada:** del 19 d'octubre de 2026  
al 14 de juny de 2027

### SE26155 Taller de memòria.

**Horari:** dilluns de 16 a 17 h  
**Durada:** del 19 d'octubre de 2026  
al 14 de juny de 2027



## SE26168 Taller de memòria. Can Gibert

Taller de tècniques i activitats que agilitzen i re-activen els mecanismes de la memòria. Pensat per a gent gran.

**LLoc:** Espai Cívic Can Gibert

**Professora :** Sílvia Puig

**Horari:** dijous d'11 a 12 h

**Durada:** del 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027 | **Preu :** 15 €

**Organitza:** C.C. Santa Eugènia

### SE26027 Fotografia : Domina la fotografia

Domina la Fotografia és un curs de 10 sessions pensat per aprendre a utilitzar qualsevol càmera amb seguretat i creativitat. Descobreix els fonaments tècnics, la composició i el control de la llum per fer fotos impactants. Ideal per a qui vulgui millorar i compartir les seves imatges, tant amb càmera com amb mòbil.

- Sessió 1 – Càmera en control manual
- Sessió 2 – Llenguatge visual en fotografia
- Sessió 3 – Fotografia i llarga exposició
- Sessió 4 – Macro fotografia
- Sessió 5 – Fotografia Bokeh
- Sessió 6 – Foto d'estudi
- Sessió 7 – Light painting
- Sessió 8 – Revelat RAW
- Sessió 9 – Fotografia amb IA
- Sessió 10 – Fotografia amb el mòbil

**Lloc :** Espai Cívic Santa Eugènia

**Professors :** Antonio, Pablo, Abelardo, Christian, José Miguel i Joan

**Horari :** dijous de 19.15 a 20.45 h

**Durada :** del 8 d'octubre al 25 de febrer (8 oct, 22 oct, 5 nov, 19 nov, 3 des, 17 des, 14 gen, 28 gen, 11 feb i 25 feb.)

**Preu soci :** 2.5 h de temps | **Preu no soci :** 50 € al compte del Banc dels Aliments ( Cal portar justificant d'ingrés) | **Organitza :** Banc del Temps Pont del Dimoni



## SE26082 Itineraris i seguretat amb GPS Garmin

Circuit pràctic d'autonomia i navegació urbana i de perifèria urbana

Sessió 1 – Llenguatge de dades ( tracks, rutes, waypoints ) i cartografia topogràfica.

Sessió 2 – El terreny ( Hortes de Santa Eugènia )

**Professora :** Maria Rosa Escuder

**Horari:** dijous de 18 a 20 h |

**Durada:** 8 i 15 d'octubre de 2026

**Preu :** 10€

**Organitza :** GESICP



## Escacs i Jocs de taula

### SE26042 Escacs inici per adults (dimecres)

Curs d'introducció i iniciació als escacs per adults a partir de 16 anys.

**Professor:** Genis Pujades

**Durada:** 14 d'octubre de 2026 al 9 de juny de 2027

**Horari:** dimecres de 19.15 a 20.15 h | **Preu públic:** 50 €/any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia i C.Cívic Santa Eugènia

### SE26043 Escacs nivell 1 per adults (dimarts)

Curs d'introducció i iniciació als escacs per adults a partir de 16 anys.

**Professor:** Genis Pujades

**Durada:** 13 d'octubre de 2026 al 8 de juny de 2027

**Horari:** dimarts de 19 a 20 h | **Preu públic:** 150 €/any

**Organitza:** Club d'Escacs Santa Eugènia

### SE26188 Curs per aprendre a anar amb bicicleta (adults)

Si no vas tenir l'oportunitat d'aprendre a anar en bici de petit, te n'ensenyarem. Passejarem amb calma pels voltants de Can Ninetes, La Marfà i les Hortes de Santa Eugènia. Només heu de dur la bici i roba còmode.

**Horari:** Hores convingudes, cal fer-se soci de l'entitat ( Quota 20€/any)

**Preu :** Gratuït

**Organitza :** Mou-te amb Bici

### SE26186 Mecànica bàsica de la bici. Nivell 1 (octubre)

Aprèn la mecànica bàsica de reparació i manteniment de bicicletes a un nivell elemental. Detecció d'avaries, observació de desgast, muntatge d'elements, etc.

Podeu portar la vostra bicicleta! Hi ha un cavallet per cada dos alumnes. El material va a càrrec de cada alumne. Cal portar eines bàsiques: joc de claus Allen, clau Anglesa, tornavis d'estrella, tornavis pla i palanques per desmuntar cobertes.

**Horari:** dilluns de 19.30 a 21 h

**Durada:** 5, 19, 26 d'octubre i 2 de novembre de 2026 (4 sessions)

**Preu socis :** 30€ | **Preu no socis :** 45€

**Organitza :** Mou-te amb Bici



### SE26187 Mecànica bàsica de la bici. Nivell 2 (novembre)

Aprèn la mecànica bàsica de reparació i manteniment de bicicletes a un nivell elemental. Detecció d'avaries, observació de desgast, muntatge d'elements, etc.

Podeu portar la vostra bicicleta! Hi ha un cavallet per cada dos alumnes. El material va a càrrec de cada alumne. Cal portar eines bàsiques: joc de claus Allen, clau Anglesa, tornavis d'estrella, tornavis pla i palanques per desmuntar cobertes.

**Horari:** dilluns de 19.30 a 21 h

**Durada:** 5, 19, 26 d'octubre i 2 de novembre de 2026 (4 sessions)

**Preu socis :** 30€ | **Preu no socis :** 45€

**Organitza :** Mou-te amb Bici



### SE26193 Jardins i horts verticals

A través de la pràctica aprendrem a fer un jardí i hort vertical a Can Ninetes.

Coneixerem plantes culinàries, aromàtiques, medicinals, decoratives i hortícoles que hi podem posar, així com farem la plantació de paret vegetal.

**Professor:** Aniol Galdón Desoy (Arbres Empordà)

**Horari:** divendres de 17.00 a 19.00 h

**Durada :** 5, 12 de març i 2, 9 i 16 d'abril 2027

**Preu :** 30€

**Organitza :** C.C.Santa Eugènia i Associació d'Usuaris de les Hortes de Sta. Eugènia



### SE26236 Reparació de petits electrodomèstics

Tens un aparell a casa que no funciona? No el llancis! Vine al taller de reparació i t'ajudarem a reparar-lo per allargar-li la vida. Un espai obert i comunitari on resoldre els reptes que ens plantegen els aparells que fem servir en el dia a dia. Pots venir a les tres sessions o només a una.

**Professor:** Yuri Truñó

**Horari:** dijous de 18.30 a 20.30 h

**Durada :** 8 octubre, 12 novembre i 10 desembre de 2026

**Preu :** Gratuït

**Organitza :** Comunalitat Güell i Fundació Sergi







# 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](http://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](http://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@isInternet del Centre Cívic i/o fer la preinscripció presencialment al centre cívic.

### **Descomptes**

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





# ESPAIS DE TROBADA

Espais compartits, físics o simbòlics, que es construeixen col·lectivament per ser inclusius, segurs i respectuosos amb la diversitat. Són espais vius, oberts a ser redefinits per les persones que els habiten. Hi neixen vincles, escuiden relacions i es construeix comunitat.

**Són espais lliures i no cal inscripció per assistir.**

## JOCS

### **Jocs per tothom**

Lloc: Centre Cívic Santa Eugènia

Un espai lúdic intergeneracional, intercultural i inclusiu on podràs gaudir en companyia de veïns i veïnes de jocs variats, activitats lúdiques i moltes sorpreses...t'animem?

Horari: dimarts de 17 a 19 h

Durada: de 20 d'octubre de 2026 a 16 de març de 2027 Organitza: Centre Cívic Santa Eugènia

### **Escacs per tothom**

Lloc: Centre Cívic de Santa Eugènia

Horari: De dilluns a divendres de 18 a 20h

Durada: 19 d'octubre 2026 a 11 de juny 2027

Organitzat: Club d'Escacs de Santa Eugènia

### **BINGO per a gent gran**

Lloc: Espai Cívic de Can Gibert

Horari: De dimarts a divendres de 17.30 a 19.30 h

Durada: 13 d'octubre de 2026 a 11 de juny de 2027

Organitza: Associació de jubilats i pensionistes Sant Joan

### **BINGO per a gent gran amb sorpreses per a Tothom**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: Dijous de 17.15 a 19 h

Durada: 15 octubre 2026, a 10 juny del 2027

Organitza: Associació Gent Gran de Santa Eugènia amb la col·laboració de l'Associació de Comerciants de Santa Eugènia

### **Jocs de Taula**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: Dimecres de 17 a 19 h

Durada: 21 octubre 2026, a 09 juny del 2027

Organitza: Associació Gent Gran de Santa Eugènia

## **CREIXEMENT PERSONAL I SALUT**

### **Tocant Emocions**

Grup d'ajuda mútua. Parlem i compartim emocions. Espai lliure i segur i confidencial on practiquem l'escola activa.

Lloc: Espai Cívic Santa Eugènia

Horari: dimarts de 18 a 20 h

Durada: de 13 d'octubre de 2026 a 16 de març de 2027

Organitza: Centre Cívic Santa Eugènia

### **Cafè amb sentit**

Si tens 60 anys o més vine a fer un cafè en bona companyia. Trobaràs un espai distès, enfocat en positiu i alegre on poder carregar piles, compartir i gaudir de diferents activitats i propostes i fer un cafetò.

Lloc: Espai Cívic Can Gibert

Horari: Dimarts de 9.30 a 11h

Durada: del 6 d'octubre al 15 de desembre 2026

Organitza: CAP Can Gibert del Pla. Referent Benestar Emocional.

### **Cafè i Salut**

Trobades de benestar emocional centrades en diverses temàtiques en relació a l'acollida comunitària. Espai on sentir-te amb seguretat, creant relacions i xarxes saludables i reflexionant sobre els dols que han significat els nostres processos migratoris.

Lloc: Centre Cívic Santa Eugènia

Horari: 18h a 20h

Durada: 16 octubre, 11 desembre 2026, 26 febrer 2027

Organitzat: ASOCOLGI

### **Caminades Saludables per a la Gent Gran**

Descobreix els itineraris del nostre entorn més proper fent salut i exercici.

Sortida: Espai Cívic Can Gibert

Horari: Divendres de 9:30 a 10:30h

Durada: 9 d'octubre de 2026 a 11 de juny de 2027

Organitza: Associació de jubilats i pensionistes Sant Joan

# TEATRE I LITERATURA

## **Riureteràpia des del Joc Teatral**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: Dijous de 16 a 17 h

Durada: 15 d'octubre 2026 a 10 de juny del 2027

Organitza amb: TdeSET i Associació Gent Gran de Santa Eugènia

## **Club de Lectura**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: últim divendres de mes de 10 a 12 h

Durada: 30 d'octubre 2026 al 28 de maig de 2027

Organitza: Associació Gent Gran de Santa Eugènia

# COSTURA

## **Patchwork i Costura**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: dimarts de mes de 17 a 19 h

Durada: 20 octubre 2026, a 8 juny del 2027

Organitza amb: Associació Gent Gran de Santa Eugènia

## **Puntes de Coixí/ Punt de Creu / tapís**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: Dimecres de 16.30 a 19 h

Durada: 21 octubre 2026 a 09 juny del 2027

Organitza amb: Associació Gent Gran de Santa Eugènia

## **Cosint vincles, teixint relacions**

Espai obert de costura per a les veïnes i els veïns del barri, on compartir estones afavorint la inclusió, la convivència i la solidaritat en un ambient càlid, creatiu i acollidor.

Lloc: Espai Cívic de Can Gibert

Horari: Dimarts de 15 a 17h

Durada: 13 octubre 2026 a 8 juny 2027

Organitza: Servei d'Acollida, Ciutadania i Migració

## **Costura per a la Gent Gran**

Lloc: Espai Cívic de Can Gibert

Horari: Dimecres de 9.15 a 11h

Durada: 14 octubre 2026 a 9 juny 2027

Organitza: Associació de jubilats i pensionistes Sant Joan

## **CUINA**

### **Cuina't el Català**

Lloc: Centre Cívic Santa Eugènia

Espai per compartir i conèixer les cultures presents al nostre veïnatge a través de cuinar en català.

Horari: divendres de 10h a 12.30h

Durada: de 16 d'octubre 2026 a 11 de juny 2027

Organitza: Centre Cívic Santa Eugènia

## **FORMACIÓ DIGITAL**

### **Treu mes profit del teu Mòbil ANDROID (Gent Gran)**

Lloc: Espai Cívic de Santa Eugènia

Horari: Dilluns de 17 a 18.30 h

Durada: 19 octubre 2026, a 07 juny del 2027

Organitza: Associació Gent Gran de Santa Eugènia amb la col·laboració de l'Associació de Comerciants de Santa

Eugènia

## **TROBADES CULTURALS**

### **Espectacles, teatre, havaneres, karaoke, música, presentacions de llibres, cinema...**

Lloc: Espai Cívic Can Gibert del Pla.

Horari: Dijous de 18h a 20h. Bimensual, consulteu programació.

Durada: 8 d'octubre de 2026 a 10 de juny de 2027

Organitza: Associació de jubilats i pensionistes Sant Joan

## **BALLS**

### **Gaudeix de música en viu per a ballar.**

Lloc: Espai Cívic Can Gibert del Pla.

Horari: Diumenges quinzenalment de 17h a 20 h.

Durada: 11 d'octubre 2026 a 6 de juny 2027

Organitza: Associació de jubilats i pensionistes Sant Joan



# CALENDARI COMUNITARI

Us espera un curs amb un munt d'activitats.

Us presentem algunes per a que us reserveu el dia a l'agenda.

## **FESTA MAJOR DE SANTA EUGÈNIA DEL TER**

Del 3 al 17 de setembre

## **FESTIVAL monar'T**

Del 21 al 27 de setembre

Organitza: Comissió monar'T

## **APLEC DE LA BICICLETA.**

**FEM BICI.** 3 d'octubre

Organitza: Mou-te en Bici

## **CASTANYADA POPULAR**

30 d'octubre

Organitza: Mancomunitat

## **NIT DE LA POR**

7 de novembre

Organitza: Vocalia de Famílies

## **FESTA DE TARDOR**

14 de novembre

Organitza: AV Can Gibert

## **PRESENTACIÓ AGENDA LLATINOAMERICANA**

19 novembre Organitza:  
Agenda Llatinoamericana

## **PEDALADA PER LA LLENGUA**

22 de novembre

Coordina: Mou-te en Bici

## **DIA INTERNACIONAL CONTRA LES VIOLÈNCIES DE GÈNERE**

25 de novembre

Organitza: Comissió de dones SE/CG

## **DIA DE LES PRESONES MIGRANTS**

18 de desembre

Coordina: ECCIT

**QUINA DE NADAL** 25, 26 i 27 de desembre i 1, 2, 3 i 6 de gener. Coordina: Vocalia de Famílies

## **NADAL COMUNITARI**

28 de desembre

Coordina: Centre Cívic Santa Eugènia

## **CAVALCADA DE REIS**

4 de gener

Coordina: Mancomunitat

## **NIT DE LA POESIA ERÒTICA**

22 de gener

Coordina: la Dida, AVSE i CCSE

# CALENDARI COMUNITARI

## **DIA INTERNACIONAL CONTRA LA MUTILACIÓ GENITAL FEMENINA**

6 de febrer

Organitza: As. Jokkere Endam

## **CARNESTOLTES**

13 de febrer

Coordina: Mancomunitat

## **BRUNYOLADA POPULAR**

4 de març

Organitza: Ass. La Bombeta

## **DIA DE LES DONES**

8 de març

Organitza: Comissió de Dones  
de SE/CG

## **FIRA EN MANS DE DONES I CAMPIONAT D'ESCACS**

**FEMENÍ** 13 de març

Organitza: Comissió de Dones  
SE/CG i Club Escacs Santa  
Eugènia

## **JORNADES DEL BANC DEL TEMPS**

10 d'abril

Organitza: Banc del Temps

## **REVETLLA DE SANT JORDI**

22 d'abril Organitza: Biblioteca  
Salvador Allende

## **DIA DE LES MARES** 9 de maig

Organitza: Ass. llatines

## **PRESENTACIÓ TEMPS DE FLORS I VISITA NOCTURNA**

12 de maig

Coordina: El Cercle i CCSE

## **DIA DE L'ÀFRICA** 25 de maig

Organitza: Diverses entitats

## **CLOENDA FI DE CURS CENTRE CÍVIC SANTA EUGÈNIA**

4 de juny

Coordina: CCSE

## **FESTA MAJOR DE CAN GIBERT DEL PLA**

Del 2 a l'11 de juliol

Organitza: AV de Can Gibert

## **FESTA DE LES CULTURES**

10 de juliol

Coordina: AVCG i CCSE

## **Comissió activitats culturals! ET NECESSITEM A TU!**

Si estàs interessat/da  
fes arribar un correu a  
[associacioladida@gmail.com](mailto:associacioladida@gmail.com) o  
a [avsantauegènia@gmail.com](mailto:avsantauegènia@gmail.com) o  
a la recepció del Centre Cívic  
Santa Eugènia

# FORMACIÓ ADULTS

## ESCOLA D'ADULTS CFA GIRONA

CURS D'ALFABETITZACIÓ NIVELL N1.1.

Horari: Dimarts i dijous de 15 a 17h

Durada: 22 de setembre de 2026 al 10 de juny de 2027

CURS D'ALFABETITZACIÓ NIVELL N1.2.

Horari: dimarts i dijous de 17.00 a 19.00 h

Durada: 22 de setembre de 2026 al 10 de juny de 2027

CURS DE CATALÀ A1

Horari: dilluns, dimarts i dijous de 9 a 11 h

Durada : 21 de setembre al 10 de juny del 2027

CURS D'ALFABETITZACIÓ NIVELL N1.1.

Horari: dimecres i divendres de 9 a 11 h

Durada: 23 de setembre al 11 de juny de 2027

CURS D'ALFABETITZACIÓ NIVELL N1.2.

Horari: dilluns i dimecres de 11 a 13 h

Durada: 21 de setembre al 9 de juny de 2027

### **Atenció :**

Els dimecres del 6 d'octubre del 2025 al 10 de juny del 2026 al C.C. Santa Eugènia.

### **Informació d'altres cursos per a persones adultes:**

CFA Girona, Trav. Creu, 1, Girona. Telf 972 228 820

### **Per a noves matrícules,**

dijous 17 setembre de 15 a 18.30h i divendres 18 de setembre de 9 a 11 h

## XARXA PEL CATALÀ I ADAC

Grups de conversa en català per a tots els nivells.

**Inscripcions** a partir 23 de setembre a [xarxapelcatala@gmail.com](mailto:xarxapelcatala@gmail.com) o al 647 99 26 01

Espai Cívic Can Gibert. Dimarts de 15.30 a 17 h.

Centre Cívic Santa Eugènia. Dimecres de 10 a 11.30 h.

Espai Cívic Can Gibert. Dijous de 16 a 17.30 h

# FORMACIÓ ADULTS

## CONSORCI PER A LA NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA

**Atenció:** Pas previ a la inscripció cal fer el tràmit per sol·licitar prova de nivell a [www.cpnl.cat](http://www.cpnl.cat). Les inscripcions seran al setembre. Cursos trimestrals. Per altres cursos de català: Carrer Ciutadans 18 Girona- Telf 972 22 06 63- [www.cplnl.cat/slc.girona](http://www.cplnl.cat/slc.girona)

CURS DE CATALÀ B1, B2 i B3

Horari: dimarts i dijous, de 9.30 a 11.30 h

Durada: 08 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

CURS DE CATALÀ B3.1, B3.2 i B3.3

Horari: dimarts i dijous, de 15.30 a 17.30 h

Durada: 08 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

CURS DE CATALÀ B3.1, B3.2, B3.4

Horari: dimarts i dijous, de 18 a 20 h

Durada: 08 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

### VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

Pots ensenyar o aprendre català. Fes voluntariat o sol·licita una persona catalano parlant per a poder practicar conversa en català.

## CFA BERTRANA

**Inscripcions** del 7 al 10 de setembre presencialment o en línia a través de la web [www.cfabertrana.cat](http://www.cfabertrana.cat) i [info@cfabertrana.cat](mailto:info@cfabertrana.cat) i 972 23 04 03. Adreça dins de l'edifici del Servei Municipal d'Ocupació al C/ Narcís Xifra i Masmitjà 43

Cursos de català, castellà, anglès, Graduat de secundària, Formació instrumental, accés a Grau superior, accés a la Universitat, Informàtica.

# FORMACIÓ ADULTS

## CASAL DELS INFANTS. COMUNALITAT

### **Atenció:**

Mantins al Casal dels Infants.

Per correu a [rumbasalt@casaldelsinfants.org](mailto:rumbasalt@casaldelsinfants.org) o al 618278850

FORMACIÓ MANIPULACIÓ D'ALIMENTS

Horari: Dimarts de 9.30 a 14.30 h

Durada: 29 de setembre

FORMACIÓ CARRETONERA

Horari: Dimarts de 9.30 a 13.30 h i Dimecres de 8 a 15 h

Durada: del 15 de setembre (teoria) al 16 de setembre (pràctiques)

FORMACIÓ EN NETEJA HOSPITALÀRIA

Horari: matins

Durada: del 5 al 20 d'octubre

## SERVEI D'ACOLLIDA, CIUTADANIA I MIGRACIÓ. AJUNTAMENT DE GIRONA

### **Atenció:**

consultar dates d'inici web ajuntament de Girona o punts d'informació ajuntament de Girona

MÒDULS D'ACOLLIDA

Horari: de dilluns a divendres de 9.30h a 12.30h

Durada: Trimestral

## CREU ROJA, OMNIUM, NOU SOL, ECCIT i altres entitats...

també ofereixen diferents nivells de formació al llarg del curs. Informarem de la programació a les cartelleres del Centre Cívic Santa Eugènia conforme ens arribin les propostes de programació.



# SERVEIS D'ENTITATS

## DESPATX LA MARFÀ

### SERVEI DE PRIMERA ACOLLIDA INTEGRAL. Punt d'assessorament i acompanyament en migracions i ciutadania per la comunitat.

Si fa poc que vius a Girona, vine al Servei d'acollida integral i t'informarem del que necessites sobre la ciutat, t'orientem amb temes administratius bàsics com el padró, la importància de la participació al territori, assessorament jurídica relacionada amb estrangeria, homologacions, convalidacions d'estudis, associacionisme i convivència, entre d'altres.

Cal demanar cita prèvia via whatsapp a 630394825 o

email [servicioacogida@asocolgi.org](mailto:servicioacogida@asocolgi.org)

Horari : dilluns i divendres de 15 a 19h  
De 1 setembre 2026 a 30 juliol 2027.

### ASSOCIACIÓ DE VEINES DE SANTA EUGÈNIA DE TER

Demaneu cita prèvia a través del correu:

[avsantaeugenia@gmail.com](mailto:avsantaeugenia@gmail.com)

Horari: dijous de 10 a 20 h.

Durada: del 8 d'octubre de 2026 al 10 de juny de 2027

### PAH GIRONA – SALT . Associació pel dret a la defensa dels afectats per les execucions hipotecàries i l'intercanvi cultural

Horari: dimecres matí de 9 a 14 i  
de tarda de 16 a 20h

Durada: del 14 octubre 2026 a  
09 juliol 2027

Hores concertades.

Demaneu cita a:

[Pahgironasalt2011@gmail.com](mailto:Pahgironasalt2011@gmail.com) o al

Telf: 722820110

### BANC DEL TEMPS- PONT DEL DIMONI

Per contactar amb el Banc del Temps per informació o fer-se soci/a, es pot fer per correu electrònic:

[bdtpontdeldimoni@gmail.com](mailto:bdtpontdeldimoni@gmail.com) o

whatsapp al 644611415 demanant cita prèvia.

Horari: dimarts de 19 a 20 h.

Durada: del 6 d'octubre 2026  
a 8 juny de 2027

# ALTRES SERVEIS ALS QUALS POTS ACCEDIR

## AL Centre Cívic Santa Eugènia

### SUPORT AL DOL – SOM PROVISIONALS

Cita prèvia i informació a [infoxadol@gmail.com](mailto:infoxadol@gmail.com) o whatsapp 635408532 / hores concertades

**Espai d'atenció individual i grupal.**

Digues quina és la teva situació i t'adreçem al servei que sigui més idoni.

Horari: Dijous de 16.30 a 20 h i dimecres de 15 a 21 h.

Durada: 3 de setembre de 2026 a 17 de juny de 2027

### LA GERUNDINA. PENYA FLAMENCA DE GIRONA

La Gerundina, fa més de deu anys que apropa el flamenc a la ciutat mitjançant l'ensenyament i la difusió d'aquest art, amb un compromís ferm amb la cultura popular. Vine a gaudir amb nosaltres!

Actualment, La Gerundina ofereix classes a prop d'un centenar d'alumnes a l'Espai Cívic de Can Gibert del Pla, dins l'oferta de la Xarxa de Centres Cívics de Girona.

#### JORNADA PORTES OBERTES:

Dilluns 28 de setembre 2026. 18 h.

Trobada i sessió informativa de quatre disciplines del Flamenco (guitarra, cante, baile i cajón).

FESTES DE FINAL DE TRIMESTRE a l'Espai Cívic de Can Gibert de les 17 a les 20 h: 28 de desembre, 15 de març i 7 de juny

### MOU-TE EN BICI

**SORTIDES CICLOTURISTE PER A BICICLETES INDIVIDUALS I TÀNDEMS**

Cada dimecres fem sortides amb tàndem per invidents. Tant si tens interès per a fer de motor, com per a fer de pilot, posa't en contacte amb l'entitat a [info@moutenbici.org](mailto:info@moutenbici.org)

Pots venir amb la teva bicicleta i acompanyar-nos a fer la ruta cicloturista.

Sortida des de l'Ateneu de Salt

Sortida: 8 h (primavera i estiu) / 9h (tardor i hivern) (agost vacances)

**LES PEDALADES DE MOU-TE EN BICI!**

Cada 4rt diumenge de mes fem rutes de nivell moderat, d'uns 30km, circulars i aptes per tota la família (les persones menors d'edat han d'anar acompanyades del seu tutor/a. Casc obligatori.

Sortida des de La Rosaleda (Devesa de Girona)

Sortida: 8h (primavera i estiu) / 10h (tardor i hivern) (agost vacances)

#### BICI SENSE EDAT

Sortides amb tricicle per a persones amb mobilitat reduïda. Preguntar condicions i dates a [info@moutenbici.org](mailto:info@moutenbici.org)

Si vols participar en aquest projecte, fes-te voluntari. (emplena el formulari de la web de Mou-te en bici).

T'esperem.



## Festival Comunitari d'art urbà

#8a EDICIÓ

# 21 al 27

de setembre de 2026

Santa Eugènia de Ter  
i Can Gibert del Pla



### Activitats destacades:

#### Visites guiades caminant per la #8a EDICIÓ del monarT

Del dimecres 23 al diumenge 27 de setembre .

Horaris: d'11 a 12h i de 17.30 a 18.30h

Caldrà inscripció prèvia a [www.girona.cat/agenda](http://www.girona.cat/agenda)



#### Corre-murs Musical des del Centre Cívic Santa Eugènia

Dijous 24 de setembre de 17.30h a 19.30h. Enguany, de forma inèdita, celebrarem una visita guiada musicada pels murals d'aquesta #8a EDICIÓ del monarT. Farem una ruta pels barris de Santa Eugènia i Can Gibert amb l'acompanyament d'una xaranga, de corals, grups musicals i músics del barri i de la ciutat que ens cantaran i tocaran inspirats pels projectes artístics.

#### FestejaT monarT

De la mà de més de 55 entitats veïnals, socials i culturals de Santa Eugènia de Ter i de Can Gibert del Pla, durant la tarda nit del **dissabte 26 de setembre**, gaudirem plegats i visibilitzarem la RIQUESA i la DIVERSITAT cultural dels nostres barris, amb Mostres de danses i balls tradicionals, Mostres de música del món, Exhibicions de vestuaris i activitats culturals, Fira gastronòmica cultural, d'artesanía, Música multiculturals amb Dj's,...

Una diada festiva i un espai de trobada per a la difusió de cultura. Tota una explosió d'art i de tradició a tots nivells, però sobretot de reconeixement del patrimoni cultural de gran valor que enriqueix els nostres barris

**Tota la programació a la web: [festivalmonart.cat](http://festivalmonart.cat)**

Preinscripcions de  
l'1 al 15 de setembre de 2026



---

[girona.cat/centrescivics](https://girona.cat/centrescivics)  
[@ccivics\\_gi](https://twitter.com/ccivics_gi)

---

 Xarxa de  
Centres Cívics  
de Girona

