



ACTIVITATS I SERVEIS  
GRANOLLERS

# centres cívics



Segueix-nos a Facebook  
@centrescivicsgranollers

FEBRER  
JUNY  
2017



# centres

LA XARXA DE



Centre Cívic  
**Can Bassa**



Centre Cívic  
**Can Gili**



Centre Cívic  
**Palou**



Centre Cívic  
**Jaume Oller**




Centre Cívic  
**Nord**




# cívics

## DE GRANOLLERS



**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Sala d'estudi i lectura • Bar cafeteria • Punt nadó

**Centre Cívic Can Bassa:** Plaça de Joan Oliver, 1  
canbassa@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h




**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Sala d'estudi i lectura • Bar cafeteria • Punt nadó

**Centre Cívic Can Gili:** Camí Vell de Lliçà d'Amunt, 1  
cangili@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h




**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Punt nadó

**Centre Cívic Palou:** Passeig del Doctor Fàbregas, s/n  
palou@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h



**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Punt nadó

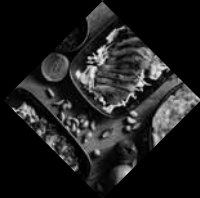
**Centre Cívic Jaume Oller:** C. de la Mare de Déu de Montserrat, 47  
jaumeoller@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h



**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Serveis Socials d'Atenció Primària • Centre Obert Nord • Punt nadó

**Centre Cívic Nord:** Carrer del Lledoner, 6  
nord@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h

# index



## SERVEIS

Informació i acollida	09
Assessorament a grups i associacions	09
Cessió i lloguer d'espais	09
Punts d'accés públic a Internet	09
Serveis Socials d'Atenció Primària	10
Centre Obert	10
Espai de relació	11
Sala d'estudi i lectura	11
Punt nadó	11
Bar cafeteria	11

## AGENDA D'ACTIVITATS

<b>COM POTS INSCRIURE'T EN UN CURS DE LA XARXA DE CENTRES CÍVICS DE GRANOLLERS</b>	13
--	----

## SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

Curs intensiu d'agilitat mental	15
<b>NOU</b> Taller de memòria a Palou	15
loga	16
Autodefensa per a dones	16
<b>NOU</b> Mindfulness	17
<b>NOU</b> Dietes Detox	17

## EXPRESSIÓ I CREATIVITAT

<b>NOU</b> Taller de conta contes	18
Dibuix i pintura	18
<b>NOU</b> Ikebana	19
Vitralls	19
Bijuteria en filferro	19

Sketching	20
Puntes de coixí a Palou	20
Sevillanes per a gent gran	20
Flamenc inicial	21
Coro rociero	21
Flamenc per a principiants	21
Interiorisme Low Cost	22

## TERRA I FOGONS

<b>NOU</b> Hamburgueses gourmet	23
<b>NOU</b> Cuina Tailandesa	23
<b>NOU</b> Cuina amb llets vegetals	24
Tocats pel dolç: tartelettes sorprenents	24
Tocats pel dolç: lioneses	28
<b>NOU</b> Cuina de Carnaval: cuina de Dijous Gras	26
<b>NOU</b> Cuina de Carnaval: cuina de la sardina	26
<b>NOU</b> Cuina de Quaresma: cuina del bacallà	26
<b>NOU</b> Cuina de Quaresme: bunyols	27
Passa'm la recepta	27

## RECURSOS

Vols saber el nivell de català que tens?	28
<b>NOU</b> Creació d'ambients: dissenya un espai per a casa teva	28
<b>NOU</b> Ordre i armaris eficients segons el mètode Marie Kondo	29
Fes el teu Sabó	29
Conversa en anglès a Jaume Oller	30
<b>NOU</b> Cuisinez donc en français	30

## CULTURA DIGITAL

Inicia't en la informàtica	31
Internet I	31
Internet II	31
Introducció als dispositius mòbils	32
<b>NOU</b> Treu partit a Google!	32
<b>NOU</b> Treu profit professional de les xarxes socials	33

● No perdis les fotos! nou	33
Apps imprescindibles per al teu mòbil	33
Planifica les teves vacances per internet	34
● Apps imprescindibles per a viatjar	34
Aula oberta d'informàtica	34

## ACTIVITATS ADREÇADES A INFANTS I JOVES

Àrab per a infants a Can Bassa	35
Àrab per a infants a Jaume Oller	35
Sevillanes per a infants	35
Vols ser escolta?	35
Esplai Guai	35
Entremares	36
Mama's Tortuga	36

## FORMACIÓ PER A ENTITATS

### ACTIVITATS SOCIALS I COMUNITÀRIES

### EXPOSICIONS

### BANC DEL TEMPS

### VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

### NEVA

### POSA'T EN JOC

### ENDEVINA-LA!

### VIU LA PRIMAVERA

### DIVERDIVENDRES

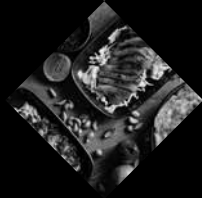
## CÍVICS CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...

### Directori d'entitats

### Consulta, participa, proposa...

### Calendari de la Xarxa de Centres Cívics

### LOCALITZACIÓ I CONTACTE DELS CENTRES CÍVICS (MAPA)



**serveis**





## **INFORMACIÓ I ACOLLIDA**

Tot el que necessites saber sobre l'activitat de la Xarxa de Centres Cívics de Granollers, així com altres informacions municipals d'interès general. T'atendrem personalment, per telèfon o per correu electrònic.



## **ASSESSORAMENT A GRUPS I ASSOCIACIONS**

Tens dubtes sobre tràmits relacionats amb el món associatiu? Et donem un cop de mà. Pots demanar informació per telèfon, correu electrònic o concertant una entrevista personal.



## **CESSIÓ I LLOGUER D'ESP AIS**

Si necessites un espai per a la realització de reunions, conferències, trobades, etc., la Xarxa de Centres Cívics t'ofereix diverses possibilitats. Pregunta al taulell d'informació com has de fer la sol·licitud.



## **PUNTS D'ACCÉS PÚBLIC A INTERNET**

Connecta't gratuïtament a Internet des de la Xarxa de Centres Cívics, amb el teu ordinador, a través del Wi-Fi, o amb els ordinadors d'accés públic que trobaràs als centres.

**De dilluns a dijous de 16 h a 20.30 h  
i divendres de 17 h a 20.30 h.**



## **SERVEIS SOCIALS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA**

Els Serveis Socials són un conjunt d'actuacions, recursos, prestacions, programes i equipaments destinats a l'atenció social de la població. Tenen l'objectiu de prevenir la marginació i promoure la integració i l'autonomia personal d'aquelles persones o famílies que pateixen situacions de necessitat derivades de problemes econòmics, de marginació social, de discapacitat, de manca d'autonomia o d'altres que es puguin presentar.

**Horaris d'atenció al públic: de dilluns a divendres, de 9.30 h a 13.30 h; dimarts, de 16 h a 18 h.**

**Tel. Serveis Socials Zona 2 (Centre Cívic Nord): 93 846 60 72**



## **CENTRE OBERT NORD**

Equipament destinat a infants i joves d'entre 6 a 14 anys, on es fan activitats lúdiques, tallers, jocs i reforç escolar.

Centre Cívic Nord, de dilluns a divendres, de 17.15 h a 20 h. Tel. 93 846 60 72.



## ESPAI DE RELACIÓ

Espai de lliure accés, un espai cívic, de trobada i de diàleg.



## SALA D'ESTUDI I LECTURA

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h.  
Centre Cívic Can Bassa i Can Gili.



## PUNT NADÓ

Necessites canviar els bolquers del teu nadó o satisfer una demanda d'alimentació?

Demana-ho al personal del centre.

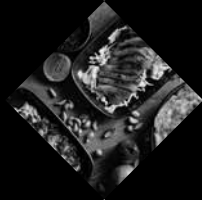
De dilluns a dijous de 16 a 21 h  
i divendres de 17 a 21 h.



## BAR CAFETERIA

**Can Bassa:** de dimarts a diumenge, de 10 h a 13.30 h i de 16 h a 20 h. Dilluns tarda obert en horari del centre cívic, però sense servei de bar.

**Can Gili:** dilluns i dimarts de 15 h a 22 h i de dimecres a diumenge de 8 h a 22 h.




**inscriptions**

## COM INSCRIURE'T EN UNA ACTIVITAT DE LA XARXA DE CENTRES CÍVICS DE GRANOLLERS

### QUAN?

Del 16 de gener al 3 de febrer de 2017

### QUÈ CAL FER?

1. Adreçar-te a qualsevol dels centres cívics de Granollers personalment o per internet a través de l'adreça: [www.granollers.cat/centrescivics\\_inscripcions](http://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions)
2. Feta la preinscripció, ens posarem en contacte amb tu per confirmar-te la plaça i rebràs la carta de pagament.
3. Fes el pagament (per ingrés o transferència bancària) a partir del moment que s'ha emès l'avís de pagament i fes-lo arribar al Centre Cívic en un termini màxim de 5 dies
4. També pots fer el pagament amb targeta, en aquells cursos indicats amb .

### CAL TENIR EN COMPTE

- La plaça no es considera ocupada fins que es presenti el comprovant de pagament. En cas que no s'entregui dins el termini indicat, la plaça quedarà vacant.
- Cal fer un càrrec individual per a cada taller i persona.
- Una vegada efectuat el pagament, no es retornaran els diners de la inscripció.
- El material fungible que sigui necessari per al taller va a càrrec de l'usuari. En la informació de cada taller se n'especifica l'import.

- El centre cívic es reserva el dret de suspendre les activitats que no tinguin un nombre mínim de participants, i el de canviar i/o suspendre qualsevol activitat per causes alienes a l'organització.

El centre declina tota responsabilitat sobre el material personal i les produccions dels usuaris. Per aquest motiu et demanem que no deixis al centre cap material de valor, ni econòmic ni personal. En cas que hi tinguis material, l'has de retirar de les sales o del magatzem en acabar l'última sessió del curs.

### Preus<sup>1</sup>: els preus que s'apliquen als cursos i tallers són preus públics aprovats pel Ple municipal.

Per als cursos d'1 a 10 sessions:

- 3,30 euros/h, les persones de més de 26 anys
- 2,47 euros/h, les més joves de 26 anys i més grans de 60 anys

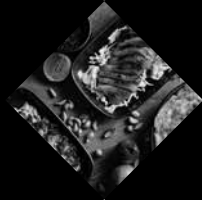
### Per als cursos de 14 sessions:

- 2,78 euros/h, les persones més grans de 26 anys
- 1,85 euros/h, les més joves de 26 anys i més grans de 60 anys

### Per als cursos d'iniciació de Cultura Digital:

- 1,44 euros/hora, les persones de més de 26 anys
- 1,13 euros/hora, les més joves de 26 anys i les més grans de 60 anys

1. Aquests preus i descomptes s'apliquen en el cas de les activitats municipals.



**activitats**

#### CURS INTENSIU D'AGILITAT MENTAL I RENDIMENT COGNITIU PER ADULTS I JOVES

**(De 24 a 44 anys)**

Sovint, fem servir ajudes externes com agendas, GPS, calculadores, alarmes digitals... i l'activitat mental és tan important com l'activitat física, que també s'ha d'exercitar. Fent aquest curs reforçaràs les habilitats i destreses cognitives per millorar el teu rendiment en l'estudi, el treball i la vida quotidiana. Ho passaràs molt bé al mateix temps que actives la ment, aprens com funciona i les tècniques més útils.

**Dilluns, del 13 de febrer al 19 de juny de 2017 de 19 a 20 h**

**Preu:** 30 euros/quadriemstre, (25 euros, els socis de l'AV de Tres Torres)

**A càrrec d'Alejandro Postigo**

**Organització:** AV Tres Torres

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

#### TALLER DE MEMÒRIA

**Estimulació cognitiva**

**NOU**

Estimula i exercita la memòria, l'atenció, el raonament, el càlcul, etc. Podràs adquirir estratègies per a compensar els descuits i les dificultats per concentrar-te afavorint el teu dia a dia.

**Dimarts, del 14 de febrer al 20 de juny de 2017, de 16.15 a 17.15 h**

**Preu:** 54 euros (18 sessions)

**A càrrec d'Alba Parra (neuropsicòloga)**

**Organització:** AV Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## IOGA

La pràctica del ioga té per finalitat retenir la vitalitat del cos per tal de fer minvar l'oportunitat de caure malalt. Al llarg del curs coneixeràs els principis d'aquest ioga integral:

Exercici adequat (asanas), respiració adequada (pranaiames), la relaxació adequada (savasana), el pensament positiu i la meditació (vedanta dhyana).

**Dilluns, del 13 de febrer al 5 de juny de 2017, de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 58,38 euros (14 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 38,85 euros (14 sessions)

**A càrrec de Elisenda Guardiola**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Tenen prioritat les inscrits en el primer quadrimestre.**

## AUTODEFENSA PER A DONES

Curs d'autodefensa adreçat a dones.

**Dimarts i dijous, del 14 de febrer al 6 d'abril de 2017, de 9.30 a 12.30 h (16 sessions)**

**Activitat gratuïta i amb inscripció**

**Organització:** Centre d'Informació i Recursos per a Dones i Policia Local

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Tenen prioritat les dones que no han assistit al curs en edicions anteriors.**





## MINDFULNESS:

### L'ART DE VIURE EL PRESENT

El mindfulness, també conegut com la “pràctica de l'atenció plena”, té l'origen en la fusió de conceptes orientals amb tècniques occidentals per viure d'una forma més harmònica amb el nostre present i les circumstàncies que ens envolten. Al mateix temps ens proporciona eines per reduir l'estrès i aconseguir calma mental i serenitat.

**Dimarts, del 14 de febrer a 4 d'abril de 2017, de 19 a 20 h**

**Preu:** 26,40 euros (8 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 19,76 euros (8 sessions)

**A càrrec de Montse Carbonell**

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## DIETES DETOX

Què hi ha de veritat a les dietes “detox”? En aquest taller esbrinarem què són, quan i perquè convé fer una “detox”. Coneixerem aliments que ens poden ajudar en aquest procés i altres que cal evitar. Anima't a recuperar una bona pell, un bon aspecte, un pes saludable i la salut en general!

**NOU**

**Dimecres, 8 i 15 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 9,88 euros (2 sessions)

**Suplement de 7 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Adriana Ortemberg, naturòpata formada en nutrició i dietètica**

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## EXPRESSIÓ I CREATIVITAT

### TALLER DE CONTACONTES

**NOU**

Activitat grupal que pretén treballar tècniques bàsiques per explicar contes, tot explorant i millorant la capacitat narrativa que tots tenim. És un taller destinat a adults: pares i mares, avis i avies... Però també ideal per a docents, per a professionals relacionats amb l'àmbit social i/o l'animació i per estudiants. Vine, participa-hi i passa-t'ho molt bé ampliant els teus recursos narratius!

**Dilluns, del 13 de febrer al 19 de juny de 2017 de 18 a 19 h.**

**Preu:** 40 euros/quadrimestre (35 euros, els socis de l'AV Tres Torres)

**A càrrec d'Anna Aranda**

**Organitza:** AV Tres Torres

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

### DIBUIX I PINTURA

**Grup 1:** Dijous, del 16 de febrer a l'1 de juny de 2017, de 16 a 18 h

**Preu:** 67,5 euros (15 sessions)

**Grup 2:** Dilluns, del 13 de febrer al 5 de juny de 2017, de 19 a 21 h

**Preu:** 63 euros (14 sessions)

**Cost del material a càrrec dels participants**

**A càrrec d'Anna Obon**

**Organització:** AV Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic de Palou

**Curs anual subjecte a disponibilitat de places**

**IKEBANA: ART FLORAL JAPONÉS****NOU**

L'ikebana és una tècnica japonesa d'arranjaments florals, mitjançant l'observació de la natura, que ofereix la possibilitat de fer una introspecció personal a través dels elements vegetals. Vine a descobrir-ho i fes les teves pròpies composicions florals!

**Dimarts 14 i 21 de febrer de 2017 de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 9,88 euros (2 sessions)

**A càrrec de Assumpció Ballús**

**Suplement de 21 euros en concepte de material**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

**VITRALLS**

**Dimarts, del 14 de febrer al 30 de maig de 2017, de 17.30 a 20.30 h**

**Preu:** 101,25 euros (15 sessions)

**Cost del material a càrrec dels participants**

**A càrrec de Maria Puig**

**Organització:** AV Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic Palou

**Curs anual subjecte a disponibilitat de places**

**BIJUTERIA EN FILFERRO**

Desperta la teva creativitat i aprèn a fer les teves pròpies peces de bijuteria. Treballarem amb filferro rodó i filferro pla, de diferents mides i colors, i combinarem aquesta tècnica amb pedreria i argil·la polimèrica (fimo): crearem anells, una cadena amb penjoll, arracades i un braçalet!

**Dimarts, del 2 al 23 de maig de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 26,40 euros (4 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 19,76 euros (4 sessions)

**Suplement de 4 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Helena Gil**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## SKETCHING

El sketching és la pràctica del dibuix i la pintura realitzats in situ i de manera ràpida, a través de l'observació directa de la realitat. Aprèn les tècniques que apliquen els sketchers: des de les nocions de perspectiva a l'aplicació del color, la plasmació del moviment, etc., i com organitzar el teu quadern il·lustrat.

**Dimarts, del 18 d'abril al 9 de maig de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 26,40 euros (4 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
19,76 euros (4 sessions)

**Material a càrrec dels participants**

**A càrrec d'Anna Obon**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

## PUNTES DE COIXÍ

**Dimecres, del 15 de febrer al 31 de maig de 2017, de 16 a 18 h**

**Preu:** 67,5 euros (15 sessions).

**Cost del material a càrrec dels participants**

**A càrrec d'Antonia Adrián**

**Organització:** AV Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic de Palou

**Curs anual subjecte a disponibilitat de places**

## SEVILLANES PER A GENT GRAN

**Dimecres, del 15 de febrer al 21 de juny de 2017, de 16 a 17 h**

**Preu:** 55 euros/quadrimestre

**A càrrec de Rafael Moreno**

**Organització:** Hermandad Rociera

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## FLAMENC

### Nivell inicial

Curs per a persones interessades al ball flamenc, no cal coneixements previs.

**Dimecres, del 15 de febrer al 21 de juny de 2017, de 18.45 a 20 h**

**Preu:** 55 euros/quadrimestre

**A càrrec de Rafael Moreno**

**Organització:** Hermandad Rociera

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## CORO ROCIERO

Si tens ganes de cantar o toques algun instrument, anima't a participar.

**Dijous, fins al 8 de juny de 2017, de 19 a 21h**

**Gratuit**

**Organització:** Hermandad Rociera

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**Consulteu-ne la disponibilitat de places.**

## FLAMENC PER A PRINCIPIANTS

Tens alguna noció del ball flamenc i el vols perfeccionar?. Aquest és el teu curs!

**Divendres, del 17 de febrer al 16 de juny de 2017, de 19.45 a 21 h**

**Preu:** 55 euro/quadrimestre

**A càrrec de Rafael Moreno**

**Organització Hermandad Rociera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa



## INTERIORISME LOW COST

T'agradaria donar un nou aire a casa teva per pocs diners? Amb aquest taller aprendràs dues tècniques per transformar mobles o objectes de casa: el chalk paint i la transferència d'imatges. Descobreix les possibilitats decoratives que t'ofereixen aquestes tècniques i dóna una nova vida als teus mobles i espais de casa.

Cal portar un moble o objecte petits que es vulgui transformar.

**Divendres, del 17 de febrer al 7 d'abril de 2017, de 18.30 a 20.30 h**

**Preu:** 39,60 euros (6 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 29,64 euros (6 sessions)

**Suplement de 12 euros en concepte de material**

**A càrrec de Sílvia Martínez**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### HAMBURGUESES GOURMET

Si ets fan de les hamburgueses però sempre les fas de la mateixa manera, aprèn noves formes de cuinar-les i posa-hi un toc original: aprèn a fer diferents tipus de panets i guarniments ben creatius. Una altra hamburguesa és possible!

**Dilluns, 20 i 27 de febrer de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros (2 sessions)

**Suplement de 8 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Álvaro Brun, cuiner**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

### CUINA TAILANDESA

**NOU**

Descobreix els plats característics de la cuina

Thai: des de curris i sopes com el *pat thai*, *tom yum*, *tom kaa thale*, fins els postres com el mango *sticky rice* o el *khao tam*.

**Dilluns, del 13 de març al 3 d'abril de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 26,40 euros (4 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
19,76 euros (4 sessions)

**Suplement de 16 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Álvaro Brun, cuiner**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## CUINA DIÀRIA: MENÚ SETMANALS

NOU

Et costa organitzar el teu menú setmanal o estàs cansat de cuinar sempre el mateix? En aquest curs treballarem diversos menús, equilibrats, sorprenents i fàcils de cuinar per a la família, per emportar i per tenir la setmana ben planificada.

**Dimarts, del 7 al 28 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 26,40 euros (4 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
19,76 euros (4 sessions)

**Suplement de 20 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Elena Matencio, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## CUINAR AMB LLETS VEGETALS

NOU

Les hem vist aparèixer a les prestatgeries dels súper: de soja, d'arròs, de civada, d'ametlla, de quinoa... Tot i que en molts casos ja formen part de la nostra dieta, encara són grans desconegudes a la cuina. Parlarem dels diferents tipus de "llets" vegetals: quines propietat tenen, com cuinar-les i com utilitzar-les en diferents receptes: postres, cremes, beixamels...

**Dimecres, 28 de febrer i 1 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros (2 sessions)

**Suplement de 9 euros en concepte de material**

**A càrrec de Montse Palou, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## TOCATS PEL DOLÇ

Recursos culinaris per als paladars més dolços...

### ◆ TARTELETES SORPRENENTS (curs exprés)

En aquest taller aprendrem a fer la pasta brisa, una massa molt versàtil que utilitzarem en diverses postres ben dolces i sorprenents per deixar a tothom bocabada't!

**Dimecres 22 de febrer de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu: 6,60 euros(1 sessió)** 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 5 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Elena Matencio, cuinera**

**Lloc: Centre Cívic Can Gili**

### ◆ LIONESES (curs exprés)

Coneixes la pasta choux? Aprendrem a fer aquest tipus de massa i veurem les múltiples aplicacions que li podem donar: lioneses, eclairs i parís brest. Convida als teus amics a dinar, i sorprèn-los amb unes postres tan espectacular com aquestes!

**Dimecres, 8 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu: 6,60 euros(1 sessió)** 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 5 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Elena Matencio, cuinera**

**Lloc: Centre Cívic Can Gili**



**CUINA DE CARNAVAL****NOU**◆ **CUINA DE DIJOURS GRAS (curs exprés)**

Botifarra d'ou, truites, remenats..., les receptes més tradicionals per dijous gras.

**Dijous 23 de febrer de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu: 6,60 euros(1 sessió)** 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 4 euros en concepte de material**

**A càrrec de Sergi Costa, cuiner**

**Lloc: Centre Cívic Palou**

◆ **CUINA DE LA SARDINA (curs exprés)**

La sardina, no només enterrada. Escabetx, en conserva d'oli, al forn o fins i tot farcides! Un peix que havia estat de pobre i ara ha esdevingut un menjar de gourmands.

**Dijous, 2 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu: 6,60 euros(1 sessió)** 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 4 euros en concepte de material**

**A càrrec de Sergi Costa, cuiner**

**Lloc: Centre Cívic Palou**

**CUINA DE QUARESMA****NOU**◆ **CUINAR BACALLAR (curs exprés)**

Per Quaresma, bacallà! Al pil pil, a la mouselina d'all, o fins i tot amb ratafia. Hi ha moltes maneres boníssimes de cuinar aquest plat tradicional en aquestes dates.

**Dijous 16 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu: 6,60 euros(1 sessió)** 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 4 euros en concepte de material**

**A càrrec de Sergi Costa, cuiner**

**Lloc: Centre Cívic Palou**

### ◆ BUNYOLS (curs exprés)

Recordes els bunyols que feia l'àvia, amb aquell gustet d'anís? estàs desitjant que arribi Pasqua per poder-ne tastar? Amb aquest taller descobriràs els secrets per fer els millors bunyols per Pasqua i sempre que vulguis!

**Dijous, 23 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 6,60 euros(1 sessió) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros (1 sessió)

**Suplement de 5 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Elena Matencio, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## PASSA'M LA RECEPТА

### Trobades culinàries

Aquesta temporada, a les trobades del "Passa'm la recepta", continuem amb la curiositat per descobrir els secrets de la cuina més tradicional de les comarques catalanes. Us convidem a participar-hi!

### ◆ LA CUINA DEL PENEDES I EL PRIORAT

**Divendres 24 de març de 2017**

**Cuineres:** Conxi Parrado i Cati González

### ◆ CUINA DE LES GARRIGUES I LA SEGARRA

**Divendres 19 de maig de 2017**

**Cuineres:** Encarna García i Assumpció Volart

**Totes les trobades començaran a les 17.30 h**

**Lloc:** Centre Cívic Palou

**Passeig del Doctor Fàbregas, s/n**

**Activitat gratuïta amb inscripció prèvia a qualsevol centre cívic o a**

**[www.granollers.cat/centrescivics\\_inscripcions](http://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions)**

**Pots consultar les receptes a [www.passamlarecepta.com](http://www.passamlarecepta.com).**

**Nota:** Les inscripcions s'obriran un mes abans de cada trobada.

## RECursos

### VOLS SABER EL NIVELL DE CATALÀ

#### QUE TENS?

Vine i te'l direm.

**Dilluns, 6 de febrer de 2017, de 17.30 a 19.30 h**

**Gratuït**

**A càrrec del Servei de Català a Granollers**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**Nota:** Aquest mateix dia es farà el sorteig entre els participants a Endevina-la!

### CREACIÓ D'AMBIENTS

**NOU**

#### Dissenya un espai per a casa teva

T'agradaria canviar algun espai de casa teva?

En aquest taller treballarem de manera pràctica per redissenyar l'estança que vulguis i que s'adapti als teus gustos i necessitats. Una manera pràctica i divertida de conèixer el món de l'interiorisme i la decoració. T'hi esperem!

**Dilluns, del 20 de febrer al 27 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 39,60 euros (6 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 29,64 euros (6 sessions)

**Suplement de 12 euros en concepte de material**

**A càrrec de Bárbara García, de Mainities**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## ORDRE I ARMARIS EFICIENTS SEGONS EL MÈTODE DE MARIE KONDO

**NOU**

Vols conèixer el mètode que t'ajudarà a ordenar casa teva per fer-te sentir millor? Aquest taller està orientat a donar a conèixer el mètode KonMari com un sistema infalible per a ordenar la llar i transformar els teus espais amb harmonia. Ens centrarem en l'armari vestidor combinant el mètode amb aspectes d'assessoria d'imatge per tenir un armari més eficient.

**Dimarts, 21 i 28 de febrer de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros (2 sessions)

**A càrrec de Sílvia Uceda**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## FES EL TEU SABÓ

Vols descobrir l'art d'elaborar sabó cosmètic? Coneix les matèries primeres amb que podràs fer sabó i adapta els teus sabons a les necessitats de la teva pell. Experimenta noves creacions a partir de productes naturals i endinsa't en un nou món d'olors i sensacions.

**Dimecres, 19 i 26 d'abril de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 13,20 euros (2 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros (2 sessions)

**Suplement de 6 euros en concepte de material**

**A càrrec de Beatriu Quintana, Artesana sabonera de l'Obrador d'Artesans Saboners de Catalunya.**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## CONVERSA EN ANGLÈS

Vols millorar el teu anglès? Aquest és el curs que necessites! Pràctic i amb una professora nativa que t'ajudarà en la pronunciació i a adquirir la fluïdesa que necessita el teu anglès!

Adreçat a persones amb coneixements d'anglès de nivell intermedietate.

**Dijous, del 16 de febrer al 25 de maig de 2017, de 19.30 a 21 h**

**Preu:** 58,38 euros (14 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 38,85 euros (14 sessions)

**A càrrec de Suzzane Brooman**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller:

**Tenen prioritat els inscrits en el primer quadrimestre.**

## CUISINEZ DONC EN FRANÇAIS

Vols practicar francès mentre descobreixes els secrets de les tradicions gastronòmiques de França? Vine a conversar en francès d'una forma deliciosa!

**NOU**

**Divendres, 24 de febrer, 24 de març, 21 d'abril, 19 de maig i 16 de juny de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu:** 33 euros (5 sessions) 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 24,70 euros (10 sessions)

**Suplement de 25 euros en concepte de material.**

**A càrrec de Joana Vila de l'Alliance Française de Granollers**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



### INICIA'T EN LA INFORMÀTICA II (12 H)

En aquest curs aprofundiràs en el coneixement dels elements d'un ordinador i el seu funcionament: seguretat informàtica, emmagatzematge, programes, Internet, fulls de càlcul, etc. Supera la por a la informàtica!

**Dimarts, del 14 de febrer al 21 de març de 2017, de 16.15 a 18.15 h**

**Preu:** 17,28 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 13,56 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### INTERNET I (8 H)

Inicia't en la navegació per Internet. Vocabulari bàsic, cercadors, pàgines web... Configura el teu correu electrònic i coneix totes les prestacions que t'ofereix la xarxa!

**Dijous, del 16 de febrer al 9 de març de 2017, de 16.15 h a 18.15 h**

**Preu:** 11,52 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 9,04 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### INTERNET II: XARXES SOCIALS (12 H)

Aprèn a navegar i a interactuar per la xarxa de manera segura. T'explicarem com funcionen les diferents xarxes socials i com treure'ls el màxim partit. A més, descobriràs com fer servir les eines de cerca avançada i com tenir cura de la teva privacitat.

**Dijous, del 16 de març al 27 d'abril de 2017, de 16.15 a 18.15 h**

**Preu:** 17,28 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 13,56 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## **INTRODUCCIÓ ALS DISPOSITIUS MÒBILS (TELÈFONS MÒBILS I TAULETES) (4 H)**

Els smartphones i les tauletes han passat a ser eines d'ús quotidià. Inicia't en el funcionament bàsic i en el manteniment d'aquests aparells.

**Dimarts, del 28 de març al 4 d'abril de 2017, de 16.15 a 18.15 h**

**Preu:** 5,57 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,52 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Nota:** per aquest curs cal portar el telèfon mòbil i/o la tauleta.

## **TREU PARTIT A GOOGLE! (6 H)**

Google és un dels motors de cerca més importants que podem trobar a Internet. Tot i que aquest és el seu servei més conegut i utilitzat, compta amb un seguit d'aplicacions addicionals. T'explicarem les eines que ofereix Google: el correu electrònic, els mapes, els calendaris o els documents al núvol!

**Dimecres, del 15 de febrer a l'1 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu :** 19,80 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
14,82 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## TREU PROFIT PROFESSIONAL DE LES XARXES SOCIALS (4 H)

Fes que et coneguim professionalment a través de diferents xarxes socials: LinkedIn, Facebook, Twitter o Instagram! Aprendre a crear-te un perfil i a mostrar tot el que vals.

**Dimecres 8 i 15 de març de 2017, de 19 a 21 h**

**Preu :** 13,20 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## NO PERDIS LES FOTOS! (4 H)

Aprèn a desar de forma segura les teves imatges i els arxius més preuats!

**Dimarts 18 i 25 d'abril de 2017, de 16.15 h  
a 18.15 h**

**Preu:** 13,20 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
9,88 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## APPS IMPRESCINDIBLES PER AL TEU MÒBIL (3 H)

Descobreix les aplicacions imprescindibles per treure el màxim profit al teu mòbil o tauleta i aprèn com connectar-les a l'ordinador.

**Dimecres 22 i 29 de març de 2017, de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 9,90 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
7,41 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**PLANIFICA LES TEVES VACANCES****PER INTERNET! (2 H)**

Pensant ja en les vacances? Planifica-les amb temps i troba els millors preus! Des de la planificació de la ruta fins a la compra i la reserva de bitllets. Les teves vacances, en un parell de clics!

**Dimecres 5 d'abril de 2017, de 19 h a 21 h**

**Preu:** 6,60 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
4,94 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**APPS IMPRESCINDIBLES****PER VIATJAR (3 H)**

Tens pensat viatjar aviat? Emporta't el teu smartpho-ne o tauleta de viatge i aprofita les seves prestacions com un autèntic assistent de viatge. Coneix la xarxa de transport i els horaris, troba lloc on sopar, utilitza traductors o conversors de moneda... I molt més!

**Dimecres 19 i 26 d'abril de 2017, de 19 h a 20.30 h**

**Preu:** 9,90 euros 

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 7,41 euros

**A càrrec de Marc Troyano**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**AULA OBERTA**

Aprèn al teu ritme i resol dubtes a l'aula oberta d'informàtica del Centre Cívic Nord, amb l'acompanyament d'un professional que t'assessorarà gratuïtament.

**Del 14 de febrer al 27 d'abril de 2017**

**Dimarts i dijous, de 18.30 a 20 h**

**Dimecres, de 17.15 a 18.45 h**

**Gratuït**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## ACTIVITATS ADREÇADES A INFANTS I JOVES

### ÀRAB PER A INFANTS

**Grup d'iniciació:**

Dimarts, del 14 de febrer al 13 de juny de 2017, de 17.30 a 19.30 h

**Grup intermedi:**

Divendres, del 17 de febrer al 16 de juny de 2017, de 17.30 a 19.30 h

**Preu per quadrimestre:**

**Famílies amb un nen inscrit:** 35 euros /quadrimestre (30 euros, els socis d'Almaghira)

**Famílies amb dos nens inscrits:** 55 euros/quadrimestre (50 euros, els socis d'Almaghira)

**Famílies amb 3 nens inscrits:** 65 euros/quadrimestre (60 euros, els socis d'Almaghira)

**A càrrec de Zhora Sighiar, professora d'àrab**

**Organització:** Associació Almaghira

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

### ÀRAB PER A INFANTS

**Grup iniciació I:**

Dilluns, del 13 de febrer al 12 de juny de 2017, de 17.30 a 19.30 h

**Grup iniciació II:**

Dimecres, del 15 de febrer al 14 de juny de 2017, de 17.30 a 19.30 h

**Grup intermedi:**

Dijous, del 16 de febrer al 16 de juny de 2017, de 17.30 a 19.30 h

**Preu per quadrimestre:**

**Famílies amb un nen inscrit:** 35 euros /quadrimestre (30 euros, els socis d'Almaghira)

**Famílies amb dos nens inscrits:** 55 euros/quadrimestre (50 euros, els socis d'Almaghira)

**Famílies amb 3 nens inscrits:** 65 euros/quadrimestre (60 euros, els socis d'Almaghira)

**A càrrec de Zhora Sighiar, professora d'àrab**

**Organització:** Associació Almaghira

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

## TALLER DE SEVILLANES INFANTIL

(A partir de 4 anys)

Dimecres, del 15 de febrer al 21 de juny de 2017, de 17.15 a 18.30 h

Preu: 55euros/ quadrimestre

A càrrec de Rafael Moreno

Organització Hermandad Rociera

Lloc: Centre Cívic Can Bassa

## VOLS SER ESCOLTA?

L'escoltisme és un moviment d'educació en el lleure que ofereix als infants i joves les possibilitats per aprendre i créixer mitjançant el mètode escolta i guia. Pretén formar persones solidàries i compromeses amb la societat que els envolta i generar pensament, opinió i acció.

Si vols rebre'n més informació visita el blog <http://aesantesteve.blogspot.com> o envia un correu a [aesantesteve@gmail.com](mailto:aesantesteve@gmail.com)

## ESPLAI GUAI! DE PALOU

L'Esplai Guai! de Palou, és una associació laica dedicada al món del lleure mitjançant un esplai de cap de setmana, dirigit a nens i nenes de 4 a 17 anys. La missió de l'esplai és assolir les tres funcions que el lleure ha de tenir en els infants: descans, diversió i desenvolupament, lluny de les necessitats i obligacions diàries. Això s'intenta aconseguir a través d'un procés intencional, de relació i contacte humà, integral, d'hàbits (amb finalitats i objectius) i englobat en un context social. Realitzem diferents activitats com un esplai setmanal, sortides trimestrals d'un i dos dies, campaments de Setmana Santa, casal, colònies i campaments d'estiu, i celebració de festes com la Castanyada, el Carnestoltes, etc.

**Per a infants i joves de 4 a 17 anys**

**Dia:** dissabtes, de 16 a 19 h

**Lloc:** Centre Cívic de Palou

**Més informació:** [www.esplaiguai.org](http://www.esplaiguai.org)

## GRUP ENTRE MARES

Entre Mares és un grup de criança respectuosa que va néixer el desembre de 2009. Som un grup de mares que ens trobem en l'etapa més preciosa de les nostres vides: la maternitat. D'aquesta emoció neix Entre Mares. Donem suport a la lactància materna, ajudem a resoldre dubtes a altres mares que comencen i donem recolzament en les diferents etapes de la criança des d'una vessant respectuosa amb l'infant. Les sessions són gratuïtes. Fins ara hem fet xerrades d'alimentació, tallers de portanadons, ioga, robòtica educativa, vacunes, salut dental, com triar escola... Altres vegades ens trobem, compartim la tarda jugant i explicant vivències al voltant del creixement dels nostres fills.

**Segon dijous de cada mes, a les 17.30 h**

**Activitat gratuïta. Tothom hi és benvingut!**

**Organització:** Entre Mares

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Més info:** [www.entremaresgranollers.blogspot.com/](http://www.entremaresgranollers.blogspot.com/)  
[www.facebook.com/groups/entremares.granollers](http://www.facebook.com/groups/entremares.granollers)

## MAMA'S TORTUGA

Col·lectiu de mares que es reuneixen per parlar sobre temes relacionats amb el món infantil i la maternitat. Ser mare no és una feina fàcil. En temps no tan passats podíem tenir la cultura popular al nostre servei per contribuir a l'educació dels fills, però s'ha perdut. Nosaltres volem recuperar aquest art de compartir els ensenyaments tradicionals de comunicació: de mares a fills i filles, d'àvies a néts i nétes. L'objectiu del grup és la creació d'un punt de trobada de mares amb els seus fills per compartir experiències, donar-nos suport, resoldre dubtes del dia a dia que trobem amb els nostres petits!

**Dijous, de 15 a 17 h**

**Trobada oberta el primer dijous de cada mes**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**[mamastortuga@gmail.com](mailto:mamastortuga@gmail.com)**

## FORMACIÓ PER A ENTITATS

### OBLIGACIONS FISCALS PER A ENTITATS

Sessió informativa per abordar les obligacions fiscals de les entitats no lucratives.

Continguts:

Impost d'activitat econòmiques (IAE)

Impost sobre el valor afegit (IVA)

Impost de la renda de les persones físiques (IRPF)

Declaració d'operacions amb tercers (model 347)

Impost sobre societats (IS)

**Dimecres 8 de febrer de 2017, de 18.30 a 20.30 h**

**Activitat gratuïta amb inscripció prèvia**

**A càrrec de Suport Associatiu**

**Lloc: Centre Cívic Can Gili**

### GESTIÓ DE PROJECTES I ACTIVITATS

#### PER PART DE LES ASSOCIACIONS

Sessió informativa sobre els aspectes bàsics que cal tenir en compte a l'hora de definir un projecte o una activitat, des de la definició d'objectius fins al seguiment i avaluació.

Continguts:

Com hem de definir els nostres projectes?

Objectius i activitats

Seguiment del projecte i avaluació

**Dimecres 29 de març de 2017, de 18.30 a 20.30 h**

**Activitat gratuïta amb inscripció prèvia**

**A càrrec de Suport Associatiu**

**Lloc: Centre Cívic Can Bassa**

**Adreçat a qualsevol entitat inscrita en el registre municipal de Granollers**

**Inscripcions a partir del 16 de gener de 2016 a [www.granollers.cat/centrescivics\\_inscripcions](http://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions) o presencialment a qualsevol dels centres cívics.**

## ACTIVITATS SOCIALS I COMUNITÀRIES

### FENT UN CAFÈ FEM BARRI

Si tens ganes de passar una bona estona, anima't a venir a l'espai dels dilluns on, tot fent un cafè, compartim receptes, mirem pel·lícules i fem tertúlies molt divertides.

**Els dilluns, de 18 a 20 h**

**Activitat gratuïta sense inscripció prèvia**

**Organització:** AV Hostal (Comissió PA)

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### IMPLICADAS!

"Canta i actua" és una activitat destinada a homes i dones, a partir de 50 anys, gent amb ganes de passar-s'ho bé i triomfar.

Del "Canta i actua" en va sorgir la companyia Implicadas. Cada any es munta un espectacle diferent en el qual s'agafen les cançons dels nostres artistes preferits i els interpretem fent playback i amb molta marxa.

T'animes a participar-hi i ser protagonista d'una nova creació musical col·lectiva?

**Dilluns i dimecres, fins al 15 de juny de 2017, de 18 a 21 h**

**Gratuït però amb inscripció.**

**A càrrec de Miguel Martín Ureña i Magdalena Martínez**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**[www.facebook.com/implicadas.canbassa](http://www.facebook.com/implicadas.canbassa)**



## GRUP DE MANUALITATS

Les antigues alumnes del taller de manualitats es reuneixen dos cops per setmana i passen una bona estona, cosint, pintant, teixint... aprenent les unes de les altres.

**Dimarts i dijous, del 4 d'octubre de 2016 al 22 de juny de 2017, de 17 a 20 h**

**Organització:** Grup d'antigues alumnes del taller de manualitats (AV Hostal)

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## VOLS PARTICIPAR EN LA CREACIÓ D'UN FANZINE?

Fan-Act és una revista autoeditada de temàtica social. Les col·laboracions poden ser de fotografia, il·lustració, collage, graffiti, pintura, tira còmica, còmic, poesia, conte i el que la imaginació permeti.

Ens reunim el segon i quart dimarts de mes de 17 a 19 h

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Organització:** Activament

**Si t'interessa o en vols més informació escriu-nos a [fanzine@activament.org](mailto:fanzine@activament.org)**

## T- DE TARDA

Tertúlia de dones i homes del barri, majors de 60 anys, que es troben per compartir experiències, xerrar i fer activitats creatives.

**Dimarts i dijous, fins al 22 de juny de 2017, de 17.30 a 19 h**

**Gratuït però amb inscripció.**

**A càrrec de Miguel Martín Ureña i Magdalena Martínez**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**Consulta la disponibilitat de places.**



## ASSEMBLEA D'ATURATS I ATURADES DE GRANOLLERS

L'Assemblea d'Aturats i Aturades de Granollers és un espai on els mateixos treballadors en situació de desocupació ens autoorganitzem amb la finalitat d'aconseguir un lloc de treball i una millora de la nostra situació social. Que l'atur no t'aturi! Entre totes som més fortes!

**Vine els dimecres a les 18 h al Centre Cívic Nord.**

## ASSOCIACIÓ PAPERS I DRETS PER A TOTHOM

Si estàs interessat a col·laborar o necessites assessorament i suport vine a les nostres reunions.

**Tots els dimecres a les 18 h al Centre Cívic Nord.**

## CLUB DE WARGAMES CONSEJO DE SABIOS

Vine a gaudir i a compartir amb nosaltres l'afició als jocs d'estratègia amb miniatures. Recria batalles de la Segona Guerra Mundial amb jocs com Flames of War o Bolt Action, o lluitant pels carrer de ciutats del futur amb el joc Infinity. També aprendràs tècniques per pintar miniatures i fer escenografies. Si no hi has jugat mai i hi tens interès t'iniciarem en aquest divertidíssim món; si ja hi tens experiència, trobaràs un grup de gent disposada a fer partides amb regularitat i a compartir amb tu aquesta afició.

**Tots els dijous, de 20.20 h a 24 h, i altres dies que pugui acordar el Club.**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

**Contacte:** clubwargamescnds@gmail.com o bé, per telèfon, al 687 72 90 22 (Albert)

## 50 ANYS DEL BARRI DE CAN GILI!

Vine a celebrar amb nosaltres els 50 d'anys d'existència del nostre estimat barri! Cada mes organitzarem diferents activitats per gaudir plegats i recordar, amb ambient festiu, com en van ser els inicis i quins moments importants hem viscut des de la seva creació.

**Per a més informació contacta amb el Centre Cívic Can Gili (tel. 938499045 i [cangili@centrescivics.granollers.cat](mailto:cangili@centrescivics.granollers.cat))**

## IL·LUMINA'T

Trobada mensual social i fotogràfica de l'Associació Fotogràfica Jaume Oller.

**Segon divendres de cada mes, de 19.30 a 21 h (13 de gener, 10 de febrer, 10 de març, 21 d'abril, 12 de maig i 9 de juny de 2017)**

**Activitat gratuïta**

**Organització:** Associació Fotogràfica Jaume Oller

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## ARCO IRIS

Arco Iris és una associació que neix amb l'objectiu de donar suport a les persones amb discapacitat, a les seves famílies i a la resta de persones afectades.

Cada divendres ens trobem i us proposem passar una bona estona fent algun taller (taller de drapet i pintura).

**Hora:** 17.30 a 20 h

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Per més informació [arcoiris.granollers@gmail.com](mailto:arcoiris.granollers@gmail.com) i**

**[www.arcoirisgranollers.com](http://www.arcoirisgranollers.com)**

## BALLADES OBERTES DE COUNTRY

Vine a passar-t'ho bé, tot ballant Country. No cal venir amb parella.

Consulta les dates de les ballades al Centre Cívic.

**A les 22 h**

**Organització:** Tot Country Granollers

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## FESTES DE SANT JULIÀ DE PALOU

Vermut per a tothom!

**Diumenge 8 de gener de 2017, a les 13 h**

**Organització:** A V Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## SOPAR ESPECTACLE

Amb el grup "Implicadas"

**Dissabte 28 de gener de 2017, a les 21 h**

**Organització:** AV Hostal (Comissió PA)

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Per a més informació i venda de tiquets contacta amb el centre cívic.**

## SOPAR ESPECTACLE

amb el grup "Flors i violes"

**Dissabte 25 de març de 2017, a les 21 h**

**Organització:** AV Hostal (Comissió PA)

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Per a més informació i venda de tiquets contacta amb el centre cívic.**

## CAMINADA INFANTIL I FAMILIAR

**Dissabte 8 d'abril de 2017**

**Organització:** Associació Almaghira

**Lloc de trobada:** Centre Cívic Jaume Oller, a les 10 h, amb arribada a la plaça de Joan Oliver de Can Bassa.

## **FESTA DE SANT JORDI**

Venda de roses durant tot el dia davant del centre cívic

**Diumenge 23 d'abril de 2017**

**Organització:** AV Hostal (Comissió PA)

## **FESTA DE SANT JORDI**

**Dissabte 22 d' abril de 2017, a les 18 h**

**Organització:** AV Tres Torres

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

## **SORTIDA FAMILIAR**

**Dissabte 6 de maig de 2017**

**Organització:** Associació Almaghira

**Punt de trobada:** pl. de Joan Oliver, a les 10 h

## **CAMINADA POPULAR**

**Diumenge 7 de maig de 2017, a les 9 h**

**Organització:** AV Hostal

**Lloc de sortida davant del centre cívic Nord**

## **SOPAR ESPECTACLE**

**Amb el grup "Siempre joven"**

**Dissabte 13 de maig de 2017, a les 21 h**

**Organització:** AV Hostal (Comissió PA)

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Per més informació i venda de tiquets preguntar al centre cívic**

## **BOTIFARRADA POPULAR**

**Diumenge 21 de maig de 2017, a les 10 h**

**Organització:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## **CELEBRACIÓ DE LA FESTA DEL ROCÍO**

**Diumenge 11 de juny de 2017, a les 9 h**

**Organització:** Hermandad Rociera de Can Bassa

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa i Centre Cívic Palou

## **FESTA FINAL DE CURS**

**Dissabte 17 de juny de 2017, a les 17 h**

**En el marc de les festes de barri**

**Organització:** Associació Almaghira

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## **REVELLA DE L'HOSTAL**

**Divendres 23 de juny de 2017, a les 22 h**

**Organització:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## **FESTES DEL BARRI DE CAN BASSA**

**Revetlla de Sant Joan**

**Del 23 al 26 de juny de 2017**

**Organització:** AV Can Bassa

**Lloc:** pl. de Joan Oliver

## **22A TROBADA DE PUNTAIRES**

### **DE CAN BASSA**

**Dissabte 24 de juny de 2017, a les 17 h**

**Organització:** Grup d' Afeccionades a les Punes de Coixí de Can Bassa i AV Can Bassa

**Lloc:** pl. de Joan Oliver

## **FESTA DE SANT JOAN**

**Divendres 24 de juny de 2017**

**Organització:** AV Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic Palou

## **II SETMANA CULTURAL DEL BARRI**

### **DE LES TRES TORRES**

**27, 28 i 29 de juny de 2017**

**Consultar la programació específica**

**Organització:** AV Tres Torres

## **XXI FESTES DEL BARRI**

### **DE LES TRES TORRES**

**30 de juny, i 1 i 2 de juliol de 2017**

**Consulta'n la programació específica**

**Organització:** AV Tres Torres

## EXPOSICIONS

### **MENJA BÉ, TU HI GUANYES!**

L'exposició pretén, de manera didàctica, treballar aspectes relacionats amb l'alimentació infantil, l'activitat física i el descans. Dóna rellevància a una bona alimentació com a eina per gaudir d'una infància plena d'energia, de vitalitat, de bellesa, d'intel·ligència i d'alegria, en la qual cadascun dels nens i nenes són els protagonistes principals.

**Del 23 de gener al 3 de febrer de 2017**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Entrada lliure**

**Horari de visita:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h, i divendres, de 17 h a 21 h

**Organització:** Servei de Salut Pública

**Amb la col·laboració de l'Àrea de Salut Pública de la Diputació de Barcelona**

### **MIRADES ÍNTIMES**

Exposició dels relats literaris realitzats per les alumnes d'Espectura Creativa del Celestí Bellera, a través de les entrevistes i trobades realitzades amb avis i àvies del barri de Can Bassa.

**Del 20 al 28 d'abril de 2017**

**Inauguració:** dijous, 20 d'abril de 2017, a les 18 h

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**Organització:** projecte Radars i IES Celestí Bellera

**Entrada lliure**

**Horari de visita:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h, i divendres, de 17 h a 21 h

## TREU-LI SUC A LA SEXUALITAT

### Una visió positiva i saludable de la sexualitat

Adreçada a joves de 12 a 16 anys

La mostra s'estructura en dues parts. La primera es dirigeix als més joves i s'incideix en què és la sexualitat, com es viu, la identitat sexual, els mites, els prejudicis... La segona part està adreçada als joves d'entre 14 i 16 anys i aborda els riscos associats a la sexualitat, per tal d'afrontar-los d'una manera positiva i afavorir una actitud responsable vers la sexualitat.

**Del 5 al 17 de maig de 2017**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

**Entrada lliure**

**Horari de visita:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h, i divendres, de 17 h a 21 h

**Organització:** Servei de Salut Pública

**Amb la col·laboració de l'Àrea de Salut Pública de la Diputació de Barcelona**



**BANC DEL TEMPS**  
granollers

## **BANC DEL TEMPS DE GRANOLLERS**

El Banc del Temps és una xarxa d'intercanvi de temps entre diferents persones per donar, rebre i compartir habilitats, coneixements i serveis, de manera puntual.

El Banc del Temps funciona sense diners i la unitat d'intercanvi que es fa servir és el temps, l'hora. Una persona diposita unes hores del seu temps i ofereix un servei que dóna a altres persones. A canvi, pot demanar temps per resoldre algunes necessitats diàries o ampliar els seus coneixements o habilitats.

Si tens més de 16 anys t'hi pots inscriure com a usuari i fer una entrevista personal; en podràs conèixer les condicions de participació i t'explicaran els serveis que es poden oferir.

Per a més informació posa't en contacte amb la Secretaria Tècnica del Banc del Temps.

Horari d'atenció: cada dimarts, de 18 h a 20 h, a Can Jonch. Centre de Cultura per la Pau C/ del Rec, 19 Tel 93 842 68 34  
C/e: [bancdeltempsgranollers@gmail.com](mailto:bancdeltempsgranollers@gmail.com)



# VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

**PRACTICA**  
el català

**COMPARTeix**  
emocions

**PARTICIPA**  
en el VxL



El Centre de Normalització Lingüística del Vallès Oriental us convida a participar en el programa VxL.

**Vols practicar el català o vols ajudar a practicar-lo?**

**Si ets major d'edat i disposes d'una hora a la setmana, tu pots ser voluntari o aprenent.**

**Vine al**

**SLC de Granollers**

**C. d'Enric Prat de la Riba, 84, 1r**

**08401 Granollers**

**Tel. 938794130**

**vxl.granollers@cpnl.cat**

**[www.vxl.cat](http://www.vxl.cat)**

**<http://www.cpnl.cat/vallesoriental>**

**[www.facebook.com/voluntariatvo](http://www.facebook.com/voluntariatvo)**



CONSORCI PER A  
LA NORMALITZACIÓ  
LINGÜÍSTICA

CNL DEL VALLÈS ORIENTAL



Generalitat  
de Catalunya  
Departament  
de Cultura



## NEVA?

Ajuda'ns a tenir la vorera transitable i sense risc de patinades!

Tots els centres cívics disposen de sal, que es pot recollir només en cas de nevada i quan la meteorologia ho requereixi. La quantitat de sal que es necessita per metre quadrat tan sols és de grams!

Campanya gener-març 2017

Organització: Servei de Protecció Civil



## “POSA'T EN JOC”

Si vols jugar amb la llengua, visita el Centre Cívic Can Gili i trobaràs al bar del centre un tòtem amb el joc lingüístic de la quinzena (una endevinal·la, una frase feta per completar, una paraula desordenada...). Al costat hi haurà les butlletes de resposta, que podràs dipositar en una urna. Podràs guanyar vals de regal, obsequis de comerços del barri, llibres...

## ENDEVINA-LA!

Del 23 de gener al 3 de febrer participa a l'Endevina-la!, el joc d'enginy i llengua on podràs desxifrar jeroglífics i guanyar un premi. El sorteig de les butlletes encertants es farà el dilluns 6 de febrer, a les 18 h



## Viu la primavera

Sketching, Contes i vi, Tast de cerveses  
artesanes amb maridatge, Taller de ratafia,  
Caravana Xisqueta

# Arriben els Diver Divendres!

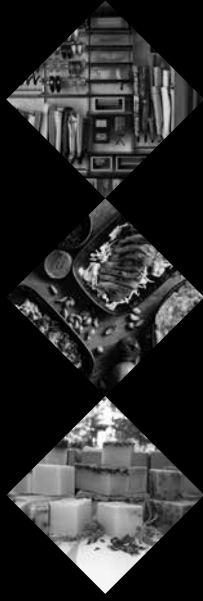
la nova programació familiar  
de la Xarxa de Centres Cívics!

Presentem la temporada amb jocs  
de fusta gegants per a tota la família!  
Us ho perdreu?

**Divendres 20 de gener de 2017**  
de 17 h a 20 h a la plaça Maluquer i Salvador



iverJocs  
iverCuina  
iverPetits  
iverMúsica  
iverCiència  
iverCrea  
iverBombolles



CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...

# CÍVICOS

## DIRECTORI D'ENTITATS:

-  **A Can Bassa**  
AV Can Bassa • Club de Petanca Can Bassa • Hermandad Rociera de Can Bassa • Associació Almaghira • Mama's Tortuga • Associació Mosquetelas • Canta i Actua
-  **A Can Gili**  
AV Can Gili • Club Futbol Finsobe • Club de Wargames el Consejo de Sabios
-  **A Palou**  
AV Sant Julià de Palou • Esplai Guai de Palou • Tot Country Granollers
-  **A Jaume Oller**  
AV Tres Torres • Associació fotogràfica Jaume Oller • Associació Cultural Gent del Barri Sant Miquel • Grup de Teatre Xivarri
-  **Al Nord**  
AV de l'Hostal • Associació Averroes • La Llançadora • AV Lledoner • Escoltes Sant Esteve • Activament Granollers • Associació Arcoiris • Associació ARA • Entre Mares • Assemblea d'Aturats i Aturades • Associació Papers i Drets per a Tothom

Podeu contactar amb aquestes entitats mitjançant els telèfons dels centres cívics.

### JUNTES DE CENTRE

Les juntes de centre són els òrgans de consulta de cada centre cívic, en què participen algunes entitats dels centres.

## CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...

Si vols saber-ne més sobre la Xarxa de Centres Cívics de Granollers, visita la nostra web:

[www.granollers.cat/centrescivics](http://www.granollers.cat/centrescivics)

Si ens vols proposar alguna activitat o tens alguna consulta, pots fer-la personalment, per telèfon o per correu electrònic a l'adreça següent:

[info@centrescivics.granollers.cat](mailto:info@centrescivics.granollers.cat)

# CALENDARI CENTRES CÍVICS

GENER 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

FEBRER 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

MARÇ 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAIG 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

JUNY 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

JULIOL 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGOST 2017						
DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DU
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

 Períodes de tancament del centre

 Períodes d'inscripció

## > LOCALITZACIÓ



### **Centre Cívic Can Bassa**

Plaça de Joan Oliver, 1 | 08402

Tel. 93 870 62 03 | [canbassa@centrescivics.granollers.cat](mailto:canbassa@centrescivics.granollers.cat)



### **Centre Cívic Can Gili**

Camí Vell de Lliçà d'Amunt, 1 | 08403

Tel. 93 849 90 45 | [cangili@centrescivics.granollers.cat](mailto:cangili@centrescivics.granollers.cat)



### **Centre Cívic Palou**

Passeig del Doctor Fàbregas, s/n | 08401

Tel. 93 879 24 69 | [palou@centrescivics.granollers.cat](mailto:palou@centrescivics.granollers.cat)



### **Centre Cívic Jaume Oller**

C. Mare de Déu de Montserrat, 47 | 08402

Tel. 93 879 58 92 | [jaumeoller@centrescivics.granollers.cat](mailto:jaumeoller@centrescivics.granollers.cat)



### **Centre Cívic Nord**

C. del Lledoner, 6 | 08401

Tel. 93 840 60 69 | [nord@centrescivics.granollers.cat](mailto:nord@centrescivics.granollers.cat)





Ajuntament  
Granollers



Centres Cívics  
**Granollers**

Més informació  
[www.granollers.cat/centrescivics](http://www.granollers.cat/centrescivics)



Els procediments per a la prestació del servei de cessió d'espais, per a gestionar i executar programes d'actuació conjunta i per a gestionar i executar activitats socioculturals en els centres cívics, disposen de la certificació ISO 9001:2000