

Inici > Del 17 de gener al 4 de febrer, obertes les inscripcions als cursos i tallers que ofereixen els centres cívics de la ciutat, de febrer a juny

Del 17 de gener al 4 de febrer, obertes les inscripcions als cursos i tallers que ofereixen els centres cívics de la ciutat, de febrer a juny

S'inaugura un nou Espai de Joc al Centre Cívic Nord i segueixen les propostes familiars



[1]

Aquest primer semestre de 2022, els cinc centres cívics de Granollers ofereixen una vuitantena de propostes per a totes les edats. Cursos i tallers variats de salut i benestar, expressió artística i creativitat, moviment, cuina i recursos pràctics, així com propostes familiars mensuals amb els Diverdivendres, i el nou Espai de Joc al Centre Cívic Nord.

La majoria de cursos i tallers seran presencials i es faran de febrer a juny, si les mesures epidemiològiques ho permeten. En cas que no sigui possible, algunes de les activitats passaran a ser en línia i d'altres quedaran suspeses.

Les inscripcions es podran fer del 17 de gener a les 16 h, al 4 de febrer, a les 21 h, presencialment a qualsevol dels centres cívics o per internet, a www.granollers.cat/centrescivics [2]. El pagament es podrà fer amb targeta, excepte alguns cursos que requereixen que es faci a través de transferència bancària o ingrés.

Salut i benestar

De febrer a juny, podem trobar cursos de gimnàstica, ball, hipopressius, pilates, zumba, meditació, diferents propostes de ioga, taitxí, txikung, l'art marcial xinès shaolin kungfu o tallers de memòria i d'estimulació cognitiva per a gent gran.

Expressió artística i creativitat

Hi ha una gran varietat de propostes com els vitralls, els tallers de pintura, d'aquarel·la, de

dibuix o el curs de labors. Com a novetat, podem trobar el curs d'iniciació a la tècnica cal·ligràfica coneguda com *lettering* o el taller de Shibori, la tècnica ancestral japonesa de decoració de teixits.

Expressió i moviment

Els centres cívics ens faran gaudir amb una oferta àmplia com ara cant, amb la coral Sonata; balls de saló, el nou curs de salsa i *bachata*, ball de sevillanes, flamenc, caixó flamenc, *country*, tallers de moviment, dansa i creativitat, guitarra, monòlegs i escenes, iniciació al teatre de la improvisació, comèdia o *clown*. Una de les novetats destacades és el curs de diàlegs en moviment, amb tallers de moviment, dansa i creativitat col·lectiva espontània.

Terra i fogons

En l'àmbit culinari, hi ha gran varietat de noves propostes per a tots els gustos. Des de cursos per aprendre a cuinar de manera fàcil, per elaborar menús setmanals equilibrats i lliures de carn, cuina energètica de primavera o cuina de proteïnes vegetals; fins a cursos de cuina internacional per aprendre a fer sopes asiàtiques com el ramen japonès o el *hot pot* xinès, *street food* de Xina, dolços escandinaus, cuina mexicana, curris vegetals o *brunch*. També trobarem cursos de cuina d'autor i de rebosteria, i tallers d'ous i mones de Pasqua. De xerrades sobre alimentació i nutrició, en trobarem una d'enfocada a l'alimentació durant l'embaràs i una altra, a la menopausa.

Recursos

Amb els nous cursos dels centres cívics aprendrem propostes de bricolatge domèstic i com treure partit d'un hort urbà. Continuen els diferents cursos d'idiomes, com els de conversa en francès o en anglès, i els de nivell inicial o elemental en anglès i italià. També trobarem cursos d'alfabetització en castellà i de català per a novinguts. Es manté el taller d'autodefensa personal adreçada a dones. I els amants dels gossos podran gaudir de dos tallers nous: un d'educació canina per a cadells i un altre per a infants amb el seu gos.

Fotografia i cultura digital

Els aficionats a la fotografia digital podran fer-ne un curs adreçat a persones amb coneixements bàsics. Segueix també la formació en noves tecnologies amb l'aula oberta del Centre Cívic Nord.

Activitats per a infants i joves

Els infants de 8 a 12 anys podran aprendre hip-hop, jazz, aeròbic... I continuen les propostes familiars mensuals dels Diverdivendres: Diverdisfressa el febrer; Diverart el març, que ens permetrà conèixer l'obra de Frida Kahlo; un taller de pop-up de Sant Jordi amb el Divercrea a l'abril; Diverritme oferirà un taller de percussió corporal el maig; i el juny podrem gaudir del Diverconte. Per a aquestes activitats gratuïtes caldrà fer les inscripcions, a partir de dues setmanes abans, directament al web: www.granollers.cat/diverdivendr [3]es [3].

Espai de Joc

A partir del 10 de gener, el Centre Cívic Nord inaugura un espai de joc a les tardes: escacs, cartes, dòmino, rummikub... Un espai per passar una bona estona i descobrir un munt de propostes i jocs de taula. De dilluns a dijous de 16 a 20.30 h i divendres de 17 a 20.30 h.

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type,
//dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader
d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/noticies/sala-de-premsa/del-17-de-gener-al-4-de-febrer-obertes-les-inscripcions-la-vuitantena-de>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/01/centres_civics_llibret_feb-juny_22_horitzontal.jpg [2] <https://www.granollers.cat/centrescivics>
[3] <https://www.granollers.cat/diverdivendres>