



ACTIVITATS I SERVEIS  
GRANOLLERS

# centres cívics

FEBRER  
JUNY  
2014



# 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

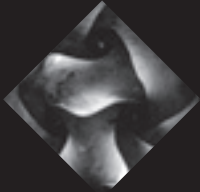
**Serveis:** Informació i acollida • Assessorament a grups i associacions • Cessió i lloguer d'espais • Punts d'accés públic a Internet • Espai de relació • Punt nadó

**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

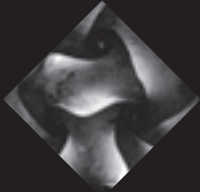
**Centre Cívic Nord:** Carrer del Lledoner, 6  
nord@centrescivics.granollers.cat **Horari d'atenció:** de dilluns a dijous, de 16 h a 21 h i divendres, de 17 h a 21 h

# index



<b>SERVEIS</b>	<b>06</b>	Patés vegetals	29
<b>INFORMACIÓ I ACOLLIDA</b>	<b>07</b>	Bomboneria i xocolateria	30
<b>ASSESSORAMENT A GRUPS I ASSOCIACIONS</b>	<b>07</b>	Dolços casolans	30
<b>CESSIÓ I LLOGUER D'ESPAIS</b>	<b>07</b>	Conserves de primavera	31
<b>PUNTS D'ACCÉS PÚBLIC A INTERNET</b>	<b>07</b>	Passa'm la recepta	31
<b>SERVEIS SOCIALS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA</b>	<b>08</b>		
<b>CENTRE OBERT</b>	<b>08</b>	<b>TECNOLOGIA I RECURSOS</b>	<b>32</b>
<b>ESPAI DE RELACIÓ</b>	<b>09</b>	Formació en noves tecnologies	32
<b>SALA D'ESTUDI I LECTURA</b>	<b>09</b>	Treu partit a la màquina de cosir	34
<b>PUNT NADÓ</b>	<b>09</b>	Edita els teus vídeos	34
<b>BAR CAFETERIA</b>	<b>09</b>	Fes-te un moble amb palets: tauleta i prestatgeria	35
		Fotografia avançada multidisciplinària	35
<b>AGENDA D'ACTIVITATS</b>	<b>10</b>		
<b>COM INSCRIURE'T EN UN CURS DE LA XARXA DE CENTRES CÍVICS DE GRANOLLERS</b>	<b>10</b>	<b>ACTIVITATS ADREÇADES A INFANTS I JOVES</b>	<b>36</b>
<b>CURSOS ANUALS</b>	<b>11</b>	Vols ser escolta?	36
		Esplai Guai	36
<b>SALUT I CREIXEMENT PERSONAL</b>	<b>19</b>	Entremares	36
Massatge i reiki	19	Mares d'Orient	37
L'aventura de conèixer-se	19	Mama's Tortuga	37
Osteopatia energètica	20		
Taller de reiki	20	<b>FORMACIÓ PER A ENTITATS</b>	<b>38</b>
Taller de gemmoteràpia	20	Comptabilitat bàsica	38
Autodefensa per a dones	21	Planifica les teves activitats	38
Cosmètica natural per a mares i nadons	21		
Aula de la salut	22	<b>ACTIVITATS SOCIALS I COMUNITÀRIES</b>	<b>39</b>
		<b>EXPOSICIONS</b>	<b>44</b>
<b>EXPRESSIÓ I CREATIVITAT</b>	<b>24</b>	<b>WI-FI</b>	<b>46</b>
Grappling	24	<b>NEVA</b>	<b>46</b>
Maquillatge de cine	24	<b>VOLUNTARIS PER LA LLENGUA</b>	<b>47</b>
Grup de teatre	25	<b>BANC DEL TEMPS DE GRANOLLERS</b>	<b>48</b>
Sentiment, emoció i gest: pintura abstracta	25	<b>"POSA'T EN JOC"</b>	<b>48</b>
Sempre he volgut escriure	26	<b>AVANÇ PROGRAMACIÓ</b>	<b>49</b>
Fes-te un llum amb material reciclat	26		
Com llegir una partitura	27	<b>CÍVICS CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...</b>	<b>50</b>
Scrapbook amb aquarel·la	27	<b>DIRECTORI D'ENTITATS</b>	<b>51</b>
		<b>CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...</b>	<b>51</b>
<b>TERRA I FOGONS</b>	<b>28</b>	<b>CALENDARI DE LA XARXA DE CENTRES CÍVICS</b>	<b>52</b>
Bojos pel sushi	28	<b>LOCALITZACIÓ I CONTACTE DELS CENTRES CÍVICS (MAPA)</b>	<b>53</b>
Cuina de cullera	28		
Cuina amb algues	28		
Descobreix la cuina del Perú	29		

# servais





## **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 entrevista personal.



## **CESSIÓ I LLOGUER D'ESP AIS**

Si necessites un espai per a 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. El seu objectiu és 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 a 13.30 h; dimarts de 16 a 18h.  
Tel. Serveis Socials Zona 2 (Centre Cívic Nord):  
93 846 60 72.**



## **CENTRE OBERT NORD**

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

Centre Cívic Nord, de dilluns a divendres,  
de 17.15 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

Centre Cívic Can Bassa: de dimarts a diumenge, de 10 a 13.30 h i de 16.00 a 20.00 h.

Dilluns tarda obert en horari del centre cívic però sense servei de bar.

Centre Cívic Can Gili: de dilluns a diumenge, de 9 a 22 h

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

### QUAN?

Del 20 de gener al 7 de febrer de 2014

### 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 en un termini màxim de 5 dies

4. Fes-nos arribar el comprovant de pagament al centre cívic.

### CAL TENIR EN COMPTE

- La plaça no es considera ocupada fins que es presenti el comprovant de pagament. En cas que no es presenti dins el termini indicat, la plaça quedarà vacant.

- Cal fer un càrrec individual per 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.

- En el cas de les activitats físiques és important notificar si es pateix alguna lesió.

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

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

## AGENDA D'ACTIVITATS

## CURSOS ANUALS

Consulta la disponibilitat de places!

## SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>MEMÒRIA</b> Per a gent gran Preu: 6 euros/trimestre Org.: Gent gran	Fins al 19 de juny Dijous de 16.15 a 17.15 h	Centre Cívic Can Gili
<b>CURS ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA I FUNCIONS COGNITIVES PER A ADULTS</b> Grup de 36 a 55 anys Preu: 15 euros/trimestre, 10 euros socis Org.: AV Tres Torres Grup de 56 a 69 anys Preu: 15 euros/trimestre, 10 euros socis Org.: AV Tres Torres	Fins al 16 de juny Dilluns de 18 a 19 h  Fins al 20 de juny Dimecres de 17 a 18 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>CURS D'AGILITAT MENTAL I RENDIMENT COGNITIU PER A JOVES</b> Grup de 18 a 35 anys Preu :15 euros/trimestre, 10 euros socis Org.: AV Tres Torres	Fins al 16 de juny Dilluns de 19 a 20h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>TALLER D'ESTIMULACIÓ DE LA MEMÒRIA I JOCS COGNITIU PER A GENT GRAN</b> Grup a partir de 70 anys Preu dimecres o divendres: 15 euros/trimestre, 10 euros socis Preu dimecres i divendres: 30 euros/trimestre, 25 euros socis Org.: AV Tres Torres	Fins al 20 de juny Dimecres i/o divendres de 16 a 17 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>QI GONG</b> Preu: 55 euros/trimestre, 50 euros socis Org.: AV Tres Torres	Fins al 17 de juny Dimarts de 18.30 a 19.30 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>TAI TXÍ</b> Preu: 60 euros/trimestre, 55 euros socis Org.: AV Tres Torres	Fins al 16 de juny Dilluns de 19.30 a 21 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>CORE POSTURAL</b> Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 16 de juny Dilluns de 19 a 20 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>PILATES</b> Inicial 1 Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 16 de juny Dilluns de 20 a 21 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>PILATES</b> Inicial 2 Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 18 de juny Dimecres de 20 a 21 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>PILATES</b> Intermedi Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 19 de juny Dijous de 20 a 21 h	Centre Cívic Can Bassa

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT</b> Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 19 de juny Dimarts i dijous de 15 a 16 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>RELAXACIÓ</b> Per a gent gran Preu: 6 euros/trimestre Org.: Gent gran	Fins al 19 de juny Dimecres de 16.15 a 17.15 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>BATUKA</b> Grup 2 Preu: 39 euros/quadrimestre Org.: Hermandad Rociera	Del 19 de febrer al 18 de juny Dimecres de 19.30 a 20.45h	Centre Cívic Can Bassa
<b>CARDIO DANCE</b> (la revolució llatina de les classes de ball) Preu: 50 euros/trimestre, 46 euros socis Org.: AV Can Bassa	Fins al 19 de juny Dijous de 19 a 19.50h	Centre Cívic Can Bassa
<b>IOGA ESTIL SIVANANDA</b> Preu: 58,38 euros Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60: 38,85 euros Org.: Xarxa de Centres Cívics	Del 17 de febrer al 2 de juny Dilluns de 19 a 20.30 h	Centre Cívic Nord
<b>CREATIVITAT PER LA GESTIÓ EMOCIONAL</b> Preu: 30 euros/mes Org.: La Llançadora	Fins al 30 de juny Dilluns de 19 a 20.30 h	Centre Cívic Nord
<b>POSA EN FORMA COS I MENT</b> Preu: 45 euros /trimestre, 39 euros socis Org.: AV l'Hostal	Fins al 25 de juny Dilluns i dimecres de 16 a 17 h	Centre Cívic Nord
<b>TÈCNiques DE RELAXACIÓ</b> Preu: 48 euros/trimestre, 42 euros socis Org.: AV l'Hostal	Fins al 26 de juny Dijous de 20 a 21 h	Centre Cívic Nord
<b>TAI-TXI</b> Grup 1 Preu: 60 euros/trimestre Org.: Centre Europeu de Tai-txi	Fins al 16 de juny Dilluns de 19.30 a 21h	Centre Cívic Palou
<b>TAI-TXI</b> Grup 2 Preu: 60 euros/trimestre Org.: Centre Europeu de Tai-txi	Fins al 20 de juny Divendres de 19.30 a 21h	Centre Cívic Palou
<b>TAI-TXI</b> Grup 3 Preu: 90 euros/trimestre Org.: Centre Europeu de Tai-txi	Fins al 20 de juny Dilluns i divendres de 19.30 a 21h	Centre Cívic Palou
<b>IOGA</b> Per a gent gran Preu: 6 euros/trimestre Org.: Gent gran	Fins al 13 de juny Divendres de 17.15 a 18.45h	Centre Cívic Palou
<b>BALL FITNESS</b> Grup 1 Preu: 36 euros/trimestre, 30 euros socis Org.: AV Hostal	Fins al 27 de juny Divendres de 18.30 a 19.30h	Centre Cívic Nord

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>BALL FITNESS</b> Grup 2 <i>Preu: 36 euros/trimestre, 30 euros socis</i> Org.: AV Hostal	Fins al 27 de juny Divendres de 19.30 a 20.30h	Centre Cívic Nord
<b>EXPRESSIÓ I CREATIVITAT</b>		
<b>INICIACIÓ AL PATCHWORK</b> <i>Preu: 45 euros/trimestre</i> Org.: Ass. Cultural de Patchwork	Fins al 16 de juny Grup 1: dilluns de 15 a 17h Grup 2: dilluns de 17 a 19h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>CORAL SONATA</b> <i>Preu: 6 euros/mes, 4 euros socis</i> Org.: AV Tres Torres	Dilluns i dimecres de 21 a 22.30 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>BALLS DE SALÓ</b> Grup Iniciació <i>Preu per persona: 55 euros/trimestre, 50 euros socis</i> Org.: AV Tres Torres:	Fins al 17 de juny Dimarts de 20 a 21 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>BALLS DE SALÓ</b> Grup avançat <i>Preu per persona: 55 euros/trimestre, 50 euros socis</i> Org.: AV Tres Torres:	Fins al 17 de juny Dimarts de 21 a 22 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>PUNT DE CREU</b> <i>Preu: 38 euros/trimestre, 36 euros socis</i> Org.: AV Tres Torres	Fins al 18 de juny Dimecres de 16 a 18 h	Centre Cívics Jaume Oller
<b>PUNTES DE COIXÍ</b> <i>Preu: 38 euros/trimestre, 36 euros socis</i> Org.: AV Tres Torres	Fins al 17 juny Dimarts de 16 a 18 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>PUNTES DE COIXÍ</b> <i>Preu: 67,50 euros/quadrimestre</i> Org.: AV Sant Julià de Palou	Fins al 4 de juny Dimecres de 16 a 18 h	Centre Cívic Palou
<b>PUNTES DE COIXÍ</b> <i>Preu: 44 euros/trimestre, 40 euros socis</i> Org.: AV Can Bassa	Fins al 17 de juny Dimarts de 16 a 18 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>ENGANXAT AL TRAPILLO</b> <i>Preu: 45euros / trimestre + 9 euros material</i> Org.: Col·lectiu Mama's Tortuga	Fins al 17 de juny Dimarts de 9.30 a 11h	Centre Cívic Can Bassa
<b>DANSA DEL VENTRE</b> <i>Preu: 49 euros/trimestre, 45 euros socis</i> Org.: AV Can Bassa	Fins al 18 de juny Dimecres de 20 a 21 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>CURS DE LABORS</b> <i>Preu: 44 euros/trimestre, 40 euros socis</i> Org.: AV Can Bassa	Fins al 17 de juny Dimarts de 18 a 20 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>GUIARRA</b> Grup 1 <i>Preu: 72 euros/trimestre, 66 euros socis</i> Org.: AV Can Gili	Fins al 19 de juny Dijous de 17.30 a 18.30h	Centre Cívic Can Gili

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>GUIARRA</b> Grup 2 <i>Preu: 72 euros/trimestre, 66 euros socis</i> socis <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 19 de juny Dijous de 18.30 a 19.30 h	Centre Cívic Can Gili
<b>GUIARRA</b> Grup 3 <i>Preu: 72 euros/trimestre, 66 euros socis</i> socis <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 19 de juny Dijous de 20.30 a 21.30 h	Centre Cívic Can Gili
<b>GUIARRA</b> Grup 4 <i>Preu: 72 euros/trimestre, 66 euros socis</i> socis <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 19 de juny Dijous de 19.30 a 20.30 h	Centre Cívic Can Gili
<b>GUIARRA</b> Intermedi <i>Preu: 45 euros/trimestre, 40 euros socis</i> <i>Org.: AV Tres Torres</i>	Fins al 19 juny Dijous de 20 a 21 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>SALSA CUBANA</b> <i>Preu: 56,40 euros/trimestre, 50,40 euros/trimestre socis</i> <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 17 de juny Dimarts de 19 a 20h	Centre Cívic Can Gili
<b>TANGO ARGENTÍ</b> <i>Preu: 70 euros/trimestre, 55 euros/trimestre socis</i> <i>Org.: Granollers Tango Associació</i>	Fins al 15 juny Diumenge de 18 a 19.30h	Centre Cívic Can Gili
<b>SEVILLANES NIVELL 0</b> Adults <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> Org: Hermandad Rociera	Fins al 20 de juny Divendres de 18 a 19.15h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES INTERMEDI</b> Adults <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> Org: Hermandad Rociera	Fins al 16 de juny Dilluns de 16 a 17.30h	Centre Cívic Can Bassa
<b>BALL FLAMENC NIVELL 0</b> Adults <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> Org: Hermandad Rociera	Fins al 20 de juny Divendres de 19.45 a 21h	Centre Cívic Can Bassa
<b>BALL FLAMENC NIVELL INTERMEDI Adults</b> <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> Org: Hermandad Rociera	Fins al 16 de juny Dilluns de 19.30 a 21h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES</b> Grup inicial <i>Preu: 34 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Bassa</i>	Fins al 19 de juny Dijous de 19.30 a 20.30 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES</b> Grup intermedi <i>Preu: 34 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Bassa</i>	Fins al 17 de juny Dimarts de 19.30 a 20.30 h	Centre Cívic Can Bassa

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>SEVILLANES</b> Grup avançat <i>Preu: 34 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Bassa</i>	Fins al 16 de juny Dilluns de 16 a 17 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES</b> Iniciació <i>Preu: 36 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 30 de juny Dilluns de 15.15 a 16.15 h	Centre Cívic Can Gili
<b>SEVILLANES</b> Iniciació <i>Preu: 33 euros/trimestre, 27 euros socis</i> <i>Org.: AV l'Hostal</i>	Fins al 25 de juny Dimecres de 19.30 a 20.30 h	Centre Cívic Nord
<b>SEVILLANES</b> Avançat <i>Preu: 33 euros/trimestre, 27 euros socis</i> <i>Org.: AV l'Hostal</i>	Fins al 25 de juny Dimecres de 18.30 a 19.30 h	Centre Cívic Nord
<b>MANUALITATS I LABORS</b> <i>Preu: 36 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV l'Hostal</i>	Fins al 26 de juny Dimarts i dijous de 16 a 20 h	Centre Cívic Nord
<b>INICIACIÓ A LA COSTURA</b> <i>Preu: 36 euros/trimestre, 30 euros socis</i> <i>Org.: AV l'Hostal</i>	Fins al 25 de juny Dimecres de 18 a 21 h	Centre Cívic Nord
<b>CAPOEIRA</b> <i>Preu: 35 euros/mes</i> <i>Org.: Xpressa't</i>	Fins al 18 de juny Dilluns i dimecres de 20.30 a 22 h	Centre Cívic Nord
<b>ESGRIMA ARTÍSTICA</b> <i>Preu: 35 euros/mes</i> <i>Org.: Xpressa't</i>	Fins al 17 de juny Dimarts de 19 a 21 h	Centre Cívic Nord
<b>DECORA LA TEVA LLAR</b> <i>Preu: 63 euros/quadrimestre</i> <i>Org.: AV Sant Julià de Palou</i>	Del 17 de febrer al 2 de juny Dilluns de 18 a 20 h	Centre Cívic Palou
<b>VITRALLS</b> <i>Preu: 101,25 euros/quadrimestre</i> <i>Org.: AV Sant Julià de Palou</i>	Del 18 de febrer al 3 de juny Dimarts de 17.30 a 20.30 h	Centre Cívic Palou
<b>DIBUIX I PINTURA</b> <i>Preu: 63 euros/quadrimestre</i> <i>Org.: AV Sant Julià de Palou</i>	Del 20 de febrer al 5 de juny Dijous de 16 a 18 h	Centre Cívic Palou
<b>BALL COUNTRY</b> Inicial <i>Preu: 35 euros/trimestre</i> <i>Org.: Tot Country Granollers</i>	Fins a l'11 de juny Dimecres de 21 a 22.30 h	Centre Cívic Palou
<b>BALL COUNTRY</b> Mitjà <i>Preu: 35 euros/trimestre</i> <i>Org.: Tot Country Granollers</i>	Fins al 12 de juny Dijous de 21 a 22.30 h	Centre Cívic Palou
<b>BALL COUNTRY</b> Alt <i>Preu: 35 euros/trimestre</i> <i>Org.: Tot Country Granollers</i>	Fins al 9 de juny Dilluns de 21 a 22.30 h	Centre Cívic Palou

Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>BALL COUNTRY</b> Alt mitjà <i>Preu: 35 euros/trimestre</i> <i>Org.: Tot Country Granollers</i>	Fins al 10 de juny Dimarts de 21 a 22.30 h	Centre Cívic Palou

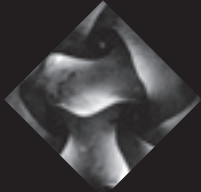
## TECNOLOGIA I RECURSOS

<b>ALFABETITZACIÓ EN CATALÀ</b> Grup inicial 1 <i>Preu: 6 euros tot el curs</i> <i>Org.: Ass. Àfrica't</i>	Dimarts i dijous de 19 a 20.30 h	Centre Cívic Nord
<b>ALFABETITZACIÓ EN CATALÀ</b> Grup inicial 2 i neoelectors <i>Preu: 6 euros tot el curs</i> <i>Org.: Ass. Àfrica't</i>	Dilluns i dimecres de 19 a 20.30 h	Centre Cívic Nord
<b>CONVERSA EN ANGLÈS</b> <i>Preu: 58,38 euros</i> <i>Preu per a més joves de 26 i més grans de 60 anys: 38,85 euros</i> <i>Org.: Xarxa de Centres Cívics</i>	Del 20 de febrer al 5 de juny Dijous de 19.30 a 21 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>INICIACIÓ AL FRANCÈS</b> <i>Preu: 30 euros/trimestre</i> <i>Org.: AV Tres Torres</i>	Fins al 18 de juny Dimecres de 19 a 21 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>FRANCÈS INTERMEDI</b> <i>Preu: 30 euros/trimestre</i> <i>Org.: AV Tres Torres</i>	Fins al 19 de juny Dijous de 19 a 21h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>INICIACIÓ A L'ALEMANY</b> <i>Preu: 30 euros/trimestre</i> <i>Org.: AV Tres Torres</i>	Fins al 18 de juny Dimecres de 19 a 20.30 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>TALLER D'INTRODUCCIÓ A L'ELECTRÒNICA ANALÒGICA I DIGITAL</b> Nivell 1 <i>Preu: 25 euros (8 sessions)</i> <i>Org.: Assoc. Gent del Barri de Sant Miquel</i>	Del 19 de febrer al 9 d'abril Dimecres de 19 a 21h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>TALLER D'INTRODUCCIÓ A L'ELECTRÒNICA ANALÒGICA I DIGITAL</b> Nivell 2 <i>Preu: 25 euros (8 sessions)</i> <i>Org.: Assoc. Gent del Barri de Sant Miquel</i>	Del 22 de febrer al 15 de març Dissabtes de 9 a 13h	Centre Cívic Jaume Oller



Activitat	Dia i hora	Lloc
<b>ACTIVITATS PER A INFANTS I JOVES</b>		
<b>ANIMADORES</b> Grup 1 <i>Preu: 30 euros/trimestre, 24 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 18 de juny Dimecres de 17 a 18 h	Centre Cívic Can Gili
<b>ANIMADORES</b> Grup 2 <i>Preu: 30 euros/trimestre, 24 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Gili</i>	Fins al 18 de juny Dimecres de 18 a 19 h	Centre Cívic Can Gili
<b>SEVILLANES INTERMEDI</b> (infantil) <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> <i>Org.: Hermandad Rociera</i>	Fins al 16 de juny Dilluns de 17.45 a 19.15 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES NIVELL 0</b> (infantil) <i>Preu: 31 euros/trimestre</i> <i>Org.: Hermandad Rociera</i>	Fins al 18 de juny Dimecres de 18 a 19.15h	Centre Cívic Can Bassa
<b>INICIACIÓ A LA DANSA PER A INFANTS</b> <i>Preu: 30 euros/trimestre, 26 euros socis</i> <i>Org.: AV Can Bassa</i>	Fins al 20 de juny Divendres de 17.30 a 18.30 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>SEVILLANES</b> Infantil <i>Preu: 14 euros/trimestre, 11 euros socis</i> <i>Org.: AV l'Hostal</i>	Fins al 27 de juny Divendres de 17.30 a 18.30h	Centre Cívic Nord
<b>ÀRAB PER A INFANTS</b> <i>Preu: 35 euros/quadrimestre/ 30 socis</i> <i>Preu per 2 nens: 55 euros/ quadrimestre, 50 euros socis</i> <i>Org.: Assoc. Al Maghfira</i>	Del 18 de febrer al 20 de juny Dimarts i divendres de 17.30 a 19 h	Centre Cívic Can Bassa
<b>ÀRAB PER A INFANTS</b> Grup 1 <i>Preu: 35 euros/quadrimestre, 30 socis</i> <i>Preu per 2 nens: 55 euros/ quadrimestre, 50 euros socis</i> <i>Org.: Assoc. Al Maghfira</i>	Del 19 de febrer al 19 de juny Dimecres de 17 a 19 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>ÀRAB PER A INFANTS</b> Grup 2 <i>Preu: 35 euros/quadrimestre, 30 euros socis</i> <i>Preu per 2 nens: 55 euros/quadrimestre, 50 euros socis</i> <i>Org.: Assoc. Al Maghfira</i>	Del 19 de febrer al 19 de juny Dijous de 17 a 19 h	Centre Cívic Jaume Oller
<b>ÀRAB PER A INFANTS</b> Grup 3 <i>Preu: 35 euros/quadrimestre, 30 socis</i> <i>Preu per 2 nens: 55 euros/quadrimestre, 50 euros socis</i> <i>Org.: Assoc. Al Maghfira</i>	Del 17 de febrer al 16 de juny Dilluns de 17 a 18h	Centre Cívic Jaume Oller

# activitats



### ◆ MASSATGES I REIKI (INICIACIÓ)

Amb el desbloqueig dels nostres canals d'energia, retrobem la salut i alleugerim el dolor. Sovint és més fàcil si algú ens ajuda des de l'exterior, però la consciència l'hem de trobar cadascú. La clau està a les nostres mans.

**Dilluns del 3 de febrer al 30 de juny de 2014, de 19.30 a 21 h**

**Preu:** 30 euros/mes

**A càrrec de Pep Mogas**

**Organitza:** La Llançadora

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### ◆ L'AVENTURA DE CONÈIXER-SE

Amb aquest taller et donarem eines per conèixer-te més (actituds i creences personals, trets de personalitat, estils de relació social, etc.) i per aprendre a valorar-te i incrementar l'autoestima, així com aprendre a relacionar-te davant de persones i situacions complexes.

**Dimecres del 19 de febrer al 9 d'abril de 2014 de 19.30 a 21 h**

**Preu:** 39,60 euros (8 sessions)

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 29,64 euros (8 sessions)

**A càrrec de Santiago Azor**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili





## **INTRODUCCIÓ A L'OSTEOPATIA ENERGÈTICA**

L'osteopatia es basa en el fet que tots els sistemes del cos humà es troben connectats i treballen conjuntament, i per tant els trastorns d'un sistema poden afectar la resta. En aquest curs s'explicaran i es duran a la pràctica una sèrie d'exercicis i meditacions per aprendre a connectar amb l'energia vital. D'aquesta manera s'aconseguirà localitzar, interpretar i desfer els diferents bloqueigs energètics.

**Dimarts del 4 al 25 de març de 2014 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)

**A càrrec de José Ligeró**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## **TALLER DE REIKI**

**Dijous 6 de març de 2014 de 18.30 a 20h**

**Preu:** 9 euros (8 euros els socis AV de l'Hostal)

**A càrrec d'Ángela Jiménez Morello**

**Organització:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## **TALLER DE GEMMOTERÀPIA**

**Dijous 13 de març de 2014, de 18.30 a 20h**

**Preu:** 9 euros (8 euros els socis AV de l'Hostal)

**A càrrec d'Ángela Jiménez Morello**

**Organització:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## AUTODEFENSA PER A DONES

Curs d'autodefensa adreçat a dones. Les 8 primeres sessions són de nivell bàsic i les 8 següents de nivell superior). Les persones inscrites poden decidir fer només les 8 primeres o el curs sencer, de 16 sessions.

**Dimarts i dijous de l'1 d'abril al 29 de maig de 2014 de 9.30 a 12.30 h (16 sessions)**

**Activitat gratuïta i amb inscripció**

**Organització:** Centres 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.**



## COSMÈTICA NATURAL PER A MARES I NADONS

Estàs a punt de ser mare o tens un nadó? Saps què necessita la teva pell? I la del teu fill o filla? Vols aprendre a fer-te els productes cosmètics més adients? Durant l'embaràs i el postpart, el nostre cos viu una sèrie de canvis importants que afecten la nostra pell i que requereixen una atenció especial. De la mateixa manera, la pell delicada del nadó s'ha de cuidar amb productes suaus i respectuosos. Aprendre's què necessita la pell de la mare i la del nadó.

**Dilluns del 5 al 26 de maig de 2014 de 17 a 19 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 de Beatriu Quintana**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## CICLE DE CONFERÈNCIES

### DE L'AULA DE LA SALUT

Presentem l'onzena edició de l'Aula de la Salut, un programa que va néixer amb la voluntat d'apropar els serveis sanitaris i els seus professionals als ciutadans de Granollers, i de respondre a les seves demandes sobre diversos temes relacionats amb la promoció de la salut i el coneixement dels serveis sanitaris de la comarca.

L'Aula de la Salut és una col·laboració de l'Hospital General de Granollers, la Xarxa de Centres d'Atenció Primària (ICS) i el Servei de Salut Pública de l'Ajuntament de Granollers, amb la participació de la Xarxa de Centres Cívics de la ciutat.

Desitgem que aquest nou cicle de conferències sigui d'interès per als ciutadans i que contribueixi a millorar el coneixement dels problemes de salut més habituals.

#### **Dr. Internet: la medicina a la xarxa**

Internet ho té tot, sí, però en excés. La xarxa posa a la disposició de la població nombroses pàgines i fòrums que ofereixen informació mèdica. És normal buscar informació mentre esperem saber el diagnòstic o el tractament d'un problema de salut, però ¿és fiable? Cal fer-ne cas?

És important conèixer la pròpia malaltia, però s'ha de saber on buscar.

**Dimecres 22 de gener de 2014, a les 19 h.**

**A càrrec de Bernat Bertran, estudiant de 5è de medicina UB, Hospital Clínic**

**Lloc:** Centre Cívic Nord.

#### **Relacions adolescents a la xarxa: de les amistats perilloses, el ciberassetjament i les noves maneres de conèixer gent**

Les noves formes de comunicar-nos, relacionar-nos i presentar-nos al món que ens proposa Internet han esdevingut per a molts adolescents i joves font de felicitat, però també de problemes. Cyberbullying (ciberassetjament escolar, entre amics, etc.), sexting (enviament de missatges amb contingut sexual), grooming (ciberassetjament a menors)... són paraules cada vegada més freqüents als mitjans, però que alhora

necessiten un acompanyament i una reflexió en la seva explicació. Disposar d'algunes pautes i conèixer alguns riscos pot ajudar-nos a gestionar millor totes aquestes relacions.

**Dimecres 19 de febrer de 2014, a les 19 h.**

**Jordi Bernabeu, psicòleg, Ajuntament de Granollers**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa



### **Darrers avenços i innovacions en el tractament del càncer**

El càncer lidera les línies d'investigació de molts centres de recerca avui en dia. Cada vegada són més els tractaments i les teràpies que es van descobrint per fer front a aquesta malaltia, amb la qual cosa s'obté com a resultat la cura de gairebé la meitat dels càncers. La ja coneguda teràpia molecular, juntament amb altres teràpies innovadores, permetran, en un futur no gaire llunyà, una millora important en el tractament de la malaltia.

**Dimecres 9 d'abril de 2014, a les 19 h.**

**A càrrec de Miquel Nogué, oncòleg, Hospital General de Granollers**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller



### **La violència masclista dins l'àmbit de la parella**

La violència masclista és la que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la desigualtat de poder dels homes sobre les dones. És més que les lesions físiques; de fet, moltes dones maltractades mai no han estat agredides físicament. Com comença tot? Em pot passar a mi? L'amor romàntic, els rols i estereotips apresos, la desigualtat estructural... són considerats factors que predisposen a abusar o a rebre abusos. I hi ha també factors precipitants? Com és que cada setmana mor una dona en mans de la seva parella o exparella i la societat no es mobilitza?

**Dimecres 21 de maig de 2014, a les 19 h.**

**A càrrec d'Alba Garriga, psicòloga, Ajuntament de Granollers**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

## EXPRESSION I CREATIVITAT

### CLASSES DE GRAPPLING

El grappling és un sistema de defensa personal que engloba totes les arts marcials que es basen en la lluita cos a cos (judo, jiu-jitsu, wrestling, grecoromana, sambo..)

El grappling ens exercita físicament i mentalment, gràcies a la gran varietat de moviments i tècniques. A més, ens ajuda a guanyar autoconfiança, seguretat, tolerància i respecte.

**Dimarts i dijous del 4 de febrer al 26 de juny de 2014, de 20.30 a 22h**

**Preu:** 10 euros/mes (1 sessió setmanal), 15 euros (2 sessions setmanals)

**A càrrec de David Requena**

**Organització:** Xpressa't

**Lloc:** Centre Cívic Nord

### TALLER DE MAQUILLATGE DE CINE

El maquillatge d'efectes especials és un dels vestants més destacats del cine, teatre i televisió. Amb aquest curs aprendràs les tècniques per crear ferides i personatges que t'introduiran en el trepidant món de la ciència-ficció i el terror.

**Dimecres del 5 de febrer al 26 de març de 2014, de 19 a 20.30h**

**Preu:** 70 euros

**A càrrec de Nerea Fernández, maquilladora i estilista professional**

**Organitza:** Xpressa't

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## GRUP DE TEATRE

Participaràs en el procés de muntatge d'una obra de teatre: escollir l'obra, lectura dramàtica, construcció dels personatges, interpretació, vestuari, escenografia, so i llum. Farem una presentació al públic i si surt prou bé anirem de bolos!

**Divendres, del 7 de febrer al 27 de juny de 2014, de 19 a 20.30h**

**A càrrec de Pep Mogas**

**Preu:** 30 euros/mes

**Organització:** La Llançadora

**Lloc:** Centre Cívic Nord

## SENTIMENT, EMOCIÓ I GEST: PINTURA ABSTRACTA

Desenvolupa la teva pròpia creativitat coneixent i practicant les tècniques bàsiques, com ara la barreja de colors, l'espai, la composició i l'observació del nostre entorn. Una experimentació que et portarà cap a una expressió personal i artística. També coneixeràs artistes i moviments que han influït en la història de l'art abstracte.

**Divendres del 14 de febrer al 16 de maig de 2014, de 19 a 21h (12 sessions)**

**Preu:** 60 euros (material inclòs)

**A càrrec de Carles Azcón, artista**

**Organització:** Xpressa't

**Lloc:** Centre Cívic Nord





## SEMPRE HE VOLGUT ESCRIURE

T'agrada escriure, però mai no trobes el moment? Tens moltes idees que voldries transformar en històries, però no saps per on començar? Vine a practicar l'escriptura narrativa i aprèn a donar forma a totes aquelles anècdotes, idees i personatges que imagines cada dia quan vas pel carrer, viatges en tren o en bus, compres al súper, mires la tele, etc.

**Dimarts del 18 de febrer al 8 d'abril de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 52,80 euros (8 sessions)

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
39,52 euros (8 sessions)

**A càrrec de Núria Soto**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller



## FES-TE UN LLUM

### AMB MATERIALS RECICLATS

Vols il·luminar casa teva d'una forma diferent i creativa? T'ensenyem a fer un llum low cost!

Al web [www.granollers.cat/centrescivics](http://www.granollers.cat/centrescivics) trobaràs el model que et proposem.

**Dimecres del 19 de febrer al 5 de març de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 19,80 euros (3 sessions)

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:**  
14,82 euros (3 sessions)

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

**A càrrec de Cristina Morte**

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller



## COM LLEGIR UNA PARTITURA

Principis bàsics de solfeig i harmonia  
Vols saber llegir una partitura? Aquest taller t'introdueix al llenguatge musical d'una forma fàcil i divertida per tal de facilitar-te la lectura musical.

**Dimecres del 19 de febrer al 9 d'abril de 2014 de 19.30 a 21 h**

**Preu:** 39,60 euros (8 sessions)

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 29,64 euros (8 sessions)

**A càrrec de Sergio Martínez, pedagog musical**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## SCRAPBOOK AMB AQUAREL·LA

Amb aquest taller s'elaborarà un mini àlbum d'scrapbooking, practicant l'enquadernació i creant el nostre propi disseny de papers amb tècniques d'aquarel·la, d'aquesta manera farem més exclusiu el nostre mini àlbum d'scrapbook!

**Dilluns 24 de febrer i 3 de març de 2014 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 5 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Anna Camps, especialista de la tècnica scrapbook**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



## TERRA I FOGONS



### BOJOS PEL SUSHI ( CURS EXPRÉS)

Vols conèixer el secret per preparar un bon sushi? Si ets un boig del sushi i vols aprendre a fer-lo tan bo com al restaurant, en aquest curs te n'ensenyarem.

**Dimecres 19 de febrer de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 6,60 euros (1 sessions)

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

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

**A càrrec d'Álvaro Brun, cuiner**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



### CUINA DE CULLERA

Ja no hauràs d'esperar els dinars familiars per menjar de cullera! En aquest taller aprendràs a fer cremes, sopes i estofats; la cuina elaborada no ha de ser complicada. Des de cremes de carbassa amb encenalls d'ibèric, fins a mongetes del ganxet amb cloïsses.

**Dimarts del 25 de febrer al 18 de març de 2014 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 25 euros en concepte de material**

**A càrrec d'Ángeles Mayoral, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



### CUINA AMB ALGUES (CURS EXPRÉS)

Hi ha molts estudis que diuen que les algues són molt sanes i que hauríem d'incloure-les a la nostra dieta, però ¿com cuinar-les? En aquest taller aprendrem a cuinar-les de forma senzilla i gustosa en diferents preparacions.

**Dijous 27 de febrer de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 6,60 euros (1 sessions)

**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 de Montse Palou, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## DESCOBREIX LA CUINA DEL PERÚ

T'atreveixes a tastar la cuina de moda? Les diverses influències gastronòmiques de les cultures que han passat pel Perú han fet que sigui una de les cuines més riques i variades del món. Si vols descobrir la causa limeña, el ceviche, l'anticucho o l'arròs zambito, aquest és el teu curs.

**Dilluns del 3 al 24 de març de 2014 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.



## PATÉS VEGETALS

Saludables i deliciosos! Per sorprendre amics i família! Fets amb verdures, llegums, llavors... Per menjar amb torrades, en l'entrepà, com a complement, per picar...

**Dijous 13 i 20 de març de 2014 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 de Montse Palou, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## TOCATS PEL DOLÇ

Recursos culinaris per als paladars més dolços...



### Bomboneria i xocolateria

Ets dels que no poden passar sense una presa de xocolata al dia? Amb aquest curs aprendràs a treballar la xocolata i fer les creacions més delicioses.

**Dimecres 26 de febrer i 5 de març de 2014 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 9,5 euros en concepte de material**

**A càrrec de M<sup>a</sup> Antònia Puigoriol, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



### Dolços casolans

Xuixo de crema, bunyols de l'Empordà, carquinyolis, braç de gitano... Tots els secrets dels nostres dolços al teu abast.

**Dimecres del 19 de març al 9 d'abril de 2014 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 14 euros en concepte de material**

**A càrrec de M. Antònia Puigoriol, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili





## FES LES TEVES CONSERVES

### DE PRIMAVERA

Amb el bon temps, apareix gran varietat de fruita i verdura diferent de l'hivern.

En dues sessions, podrem preparar-les per gaudir-ne durant una bona temporada. També farem marinats, fumats i altres preparacions.

**Dimecres 14 i dijous 15 de maig de 2014 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 de Montse Palou, cuinera**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## PASSA'M LA RECEPТА

### Trobades culinàries

Al Passa'm la recepta seguim compartint receptes i secrets de cuina. Enguany portem els colors a la cuina: cuinarem el taronja, el verd i el vermell. Ens vols acompanyar?

Coneix noves receptes de cuina i aprèn a cuinar a partir dels colors del menjar.

### La cuina taronja!

Carbassa, taronja, moniato, pastanaga, mandarina...

**Divendres 24 de gener de 2014**

**Cuineres:** Roser Blasco i Lourdes Batlles

### La cuina verda!

Espinacs, col, espàrrecs, bledes, carxofes, bròquil...

**Divendres 28 de març de 2014**

**Cuineres:** Maria Rosa Claveria i Montse Trullàs

### La cuina vermella!

Cireres, maduixes, síndria, tomàquet, pebrot...

**Divendres 23 de maig de 2014**

**Cuineres:** Irene Feliu i Encarna García

Totes les trobades comencen a les 17.30h

Lloc: Centre Cívic Palou

Activitat gratuïta amb inscripció prèvia.

## TECNOLOGIA I RECURSOS

### FORMACIÓ EN NOVES TECNOLOGIES

Inscripcions del 14 al 31 de gener de 2014 a [www.granollers.cat/centrescivics\\_inscripcions](http://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions) o a qualsevol centre cívic de Granollers

### CURSOS

#### C2 Comença

Del 4 al 13 de febrer de 2014 (8h)

#### C3.1 Navega

Del 18 al 27 de febrer de 2014 (8h)

#### C3.2 Internet 2.0

Del 4 al 13 de març de 2014 (8h)

#### C4 Treballa documents de text

Del 18 al 27 de març de 2014 (8h)

#### C3.1 Navega

De l'1 al 10 d'abril de 2014 (8h)

#### C3.2 Internet 2.0

Del 22 d'abril al 6 de maig de 2014 (8h)

**Els dimarts i dijous de 16.15 a 18.15 h**

**Preu per curs: 20 euros**

**Formació gratuïta per a persones a l'atur, amb places limitades. (Cal presentar documentació que ho certifiqui.)**

**Organització: Societat del Coneixement**

**Lloc: Centre Cívic Nord**

### PÍNDOLES

#### ◆ Treu partit del teu correu electrònic (1,5 h)

Treu partit del teu correu electrònic. Coneix les possibilitats que t'ofereix el teu compte de correu.

**Dilluns 17 de febrer de 2014 de 19 a 20.30 h**

**Preu: 3,75 euros**

**Lloc: Centre Cívic Nord**



◆ **I després de la foto què? (3h)**

Aprèn a descarregar les imatges, classificar-les, retocar-les, fer un vídeo, enviar-les per correu electrònic i fins i tot fer un àlbum fotogràfic.

**Dilluns 24 de febrer i 3 de març de 2014 de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 7,50 euros

**Lloc:** Centre Cívic Nord

◆ **Carpetes, arxius i llapis de memòria (1,5 h)**

Coneix com crear, eliminar, anomenar, copiar i enviar arxius i carpetes.

**Dilluns 10 de març de 2014 de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 3,75 euros

**Lloc:** Centre Cívic Nord

◆ **Treu partit de la teva tauleta! (1.5h)**

Aprèn a configurar el teu iPad o tauleta Android per treure'n el màxim rendiment i descobriràs tot un món d'aplicacions per comunicar-te, informar-te i divertir-te.

**Dilluns 17 de març de 2014 de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 3,75 euros

**Lloc:** Centre Cívic Nord

◆ **Comprar les vacances per internet de forma segura (3h)**

Aprèn a planificar cada pas del viatge a través d'internet i coneix els recursos que hi ha a la xarxa. També coneixeràs els mecanismes del comerç electrònic, des de com fer un pagament en línia, fins a saber els drets del consumidor a internet i els criteris bàsics de seguretat per a fer una compra a la xarxa.

**Dilluns 24 i 31 de març de 2014 de 19 a 20.30 h**

**Preu:** 7,50 euros

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## AULA OBERTA

Aprèn al teu ritme i resol dubtes a l'aula oberta d'informàtica del Centre Cívic Nord

**Dilluns del 13 de gener al 16 de juny de 2014 de 17 a 19 h. Gratuït**

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## TREU PARTIT DE LA TEVA MÀQUINA DE COSIR

Necessites un cop de mà per treure partit de la màquina de cosir? Tant si en tens com si no, en aquest curs t'ensenyarem a cosir a màquina, des de canviar una cremallera, fer una vora o escurçar-te la faldilla, fins a transformar un vestit en una bossa de mà i a fer les teves pròpies creacions. Tot és possible amb la màquina, el fil, la tisora, l'agulla i la imaginació!

**Dilluns del 17 de febrer al 7 d'abril de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 52,80 euros (8 sessions)

**Preu per a més joves de 26 anys i més grans de 60:** 39,52 euros (8 sessions)

**Material a càrrec dels participants**

**A càrrec de Marta Pelegrina**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



## EDITA ELS TEUS VÍDEOS

T'agradaria conèixer les tècniques més utilitzades per a l'enregistrament, l'edició i el muntatge de vídeos?

Porta la teva càmera o mòbil i t'ensenyarem a treure'n partit: recursos tècnics i logístics per enregistrar (planificació, durada de les preses,...), muntar (origens del muntatge, efectes que genera a l'ull de l'espectador, tipus, formes, elements expressius i etapes...) i sonoritzar. Aprenderàs tot fent un petit curtmetratge, que finalment exportarem i penjarem a la xarxa Youtube!

**Dimecres del 19 de febrer al 12 de març de 2014 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)

**A càrrec de Víctor Samitier**

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## FES-TE UN MOBLE AMB PALETS:

### TAULETA I PRESTATGERIA

Si quan vas de visita a casa d'algú, et sembla que tothom té uns mobles similars, i a més tens una mica de consciència ecològica i esperit de reciclatge, en aquest curs coneixeràs les múltiples possibilitats que ofereix la fusta dels palets. Podràs fer una tauleta baixa per al menjador i una prestatgeria. T'ensenyarem a construir els mobles i a fer els acabats de la fusta i t'ho podràs endur!

**Dimecres del 5 al 26 de març de 2014 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 22 euros en concepte de material**

**A càrrec Josep Ontañón**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa



## TALLER DE FOTOGRAFIA AVANÇADA

### MULTIDISCIPLINÀRIA

El curs constarà de sessions d'estudi, en què es tractarà el retrat, la il·luminació i la postproducció; el bodegó publicitari, en què es tractarà la composició, la il·luminació i el material necessari per dur-lo a terme. Es farà una introducció al món del Fine Art, per tal d'aprendre a gestionar el color i les eines necessàries per obtenir un producte final de qualitat. En un vessant més creatiu s'exposaran les eines i els criteris per dur a terme fotomuntatges de qualitat.

Recomanacions per fer el curs: disposar d'equip fotogràfic (preferiblement càmeres rèflex o semirèflex) i els coneixements per fer servir la càmera en mode manual. També és necessari disposar de coneixements de programes d'edició d'imatge.

**Dilluns del 24 de març al 9 de juny de 2014 de 19 a 21 h**

**Preu:** 70 euros (64 euros, socis de l'Associació Fotogràfica Jaume Oller)

**A càrrec d'Ariana Pérez Zsolt, fotògrafa**

**Organització:** Associació Fotogràfica Jaume Oller

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

## ACTIVITATS ADREÇADES A INFANTS I JOVES

### VOLS SER ESCOLTA?

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

**Si vols rebre'n més informació visita el bloc**

<http://aesantesteve.blogspot.com> o envia un correu a [aesantesteve@gmail.com](mailto:aesantesteve@gmail.com)

### ESPLAI GUAI

Esplai setmanal, sortides trimestrals d'un i dos dies, campaments de Setmana Santa, casal i campaments d'estiu, i celebració de festes com ara la castanyada, carnestoltes, etc.

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

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

**Lloc:** Centre Cívic Palou

**Per a més informació visiteu [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 a l'etapa més preciosa de les nostres vides: la maternitat. D'aquesta emoció neix Entre Mares. Donem suport a la lactància materna i ajudem a resoldre dubtes a altres mares que comencen. Les sessions són gratuïtes. Fins ara hem fet xerrades d'alimentació, tallers de portanadons i cançons de falda. Altres vegades ens trobem, compartim la tarda jugant i explicant vivències al voltant del creixement dels nostres fills.

**Dimarts segon i últim de cada mes a les 17.30 h**

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

**Organització:** Entre Mares

**Lloc:** Centre Cívic Nord

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



## MARES D'ORIENT

Mares d'Orient és el grup de suport a la lactància materna del Vallès Oriental. L'objectiu principal és oferir una atenció personalitzada a totes les dones interessades en l'alletament matern en un moment donat de la seva vida en el qual poden necessitar informació, recursos, tècniques i assessorament.

És un servei dirigit a totes aquelles dones que, estant o no embarassades, voldran alletar els seus fills, així com a totes les mares que donen el pit i volen compartir la seva experiència i a totes les que tenen dubtes sobre la lactància.

Poden assistir a les trobades soles o acompanyades per qui vulguin. L'entrada és lliure i gratuïta.

Les sessions són conduïdes per assessores de lactància expertes que alhora són mares que alleten els seus fills i filles, seguint els criteris de FEDECATA i FEDALMA, les federacions catalana i espanyola de grups de suport a l'alletament matern, i les recomanacions de l'OMS. Les trobades es fan al Centre Cívic de Palou, a Granollers, quinzenalment, els dimecres de 16.00 a 17.30h de setembre a juliol.

**Més informació a:** <http://maresdorient.blogspot.com>

**Contacte:** [maresdorient@gmail.com](mailto:maresdorient@gmail.com)



## 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!

**Els dijous de 15 a 17 h**

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

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa  
**mamastortuga@hotmail.es**

## FORMACIÓ PER A ENTITATS



### **Comptabilitat bàsica per a associacions (4 h)**

Obtingueu els coneixements bàsics per a portar la gestió econòmica de la vostra entitat, així com la recerca d'ingressos i promoció del voluntariat.

**Els dimecres 29 de gener i 5 de febrer de 2014 de 18.30 a 20.30 h**

**Lloc:** Centre Cívic Palou



### **Com planificar les activitats de la nostra entitat (6h)**

Conèix els elements clau per a una bona planificació d'activitats (identificació de necessitats, objectius, resultats esperats, recursos, difusió, etc.)

**Els dimecres del 26 de març al 9 d'abril de 2014 de 18.30 a 20.30 h**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

Adreçat a qualsevol membre de les entitats de junta de centre de Centres Cívics així com a qualsevol entitat inscrita en el registre municipal de Granollers.



## ACTIVITATS SOCIALS I COMUNITÀRIES



### FENT UN CAFÈ FEM BARRI

Si tens ganes de passar una bona tarda tot fent un cafè i pensar i col·laborar a organitzar activitats adreçades a infants i joves del nostre barri, aquest és el teu espai!

**Els divendres de 17 a 19h**

**Preu:** activitat gratuïta sense inscripció prèvia

**Organització:** AV Can Gili

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



### 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. Organitzem activitats lúdiques i culturals.

Si hi vols participar o col·laborar amb nosaltres, ens trobaràs els divendres de 17.30 a 20h al Centre Cívic Nord, o bé contacta amb nosaltres a [arcoiris.granollers@gmail.com](mailto:arcoiris.granollers@gmail.com)

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



### CANTA I ACTUA

"Canta i actua" és una activitat intergeneracional destinada a homes i dones a partir de 50 anys i sense límit d'edat, i a nens i nenes que vulguin participar en el muntatge d'un espectacle musical.

Del "Canta i actua" va sorgir la companyia Implicades i els Confetis. Cada any preparem un espectacle diferent en el qual agafem les cançons dels nostres artistes preferits i les interpretem fent playback i amb molta marxa.

**Grup Implicades:** els dimecres i divendres de 18.30 a 20.30 h

**Preu:** 5 euros en concepte de material (maquillatge i accessoris)

**A càrrec de Miguel Martín**

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa



## ASSOCIACIÓ DE PERSONES AFECTADES DE FIBROMIÀLGIA (ACAF VALLÈS ORIENTAL)

Els nostres fins com a entitat son:

Informar i orientar les persones afectades de fibromiàlgia, SFC i SQM i les seves famílies, i donar-los suport. Grups d'ajuda mútua (GAM) i altres tallers de teràpia grupal

Tallers de manualitats, tai-txi, musicoteràpia i relaxació

Ens trobareu tots els dijous de 16 a 19 h al Centre Cívic Jaume Oller.

Vine i ens ajudarem!



## IL·LUMINA'T!

Trobada mensual social i fotogràfica de l'AFJO

Vol ser un punt de trobada dels socis de l'AFJO i aficionats de la fotografia en general.

Si no ens coneixes, vine a veure'ns; si ja ets soci i tens dubtes... Il·il·lumina't.

No saps com redimensionar una fotografia? No saps crear una marca d'aigua? Tens dubtes a l'hora de revelar un Raw?

No t'importa compartir o intercanviar coneixements?

No saps per què una imatge que t'agrada no acaba de ser la teva foto10?,

Vols conèixer la resta de socis? Vols saber quants plats de braves poden caure en una hora?

T'esperem a les sessions "Il·lumina't", on l'intercanvi i el factor sorpresa seran els elements dominants.

Porta la teva càmera, el teu ordinador, el flaix, el que et vingui al

cap, i entre tots ens il·luminarem!

**Sessions programades el segon divendres de cada mes.**

**Lloc:** Centre Cívic Nord.

**Hora:** 19.30 h

**Dates:**

**10 de gener, 14 de febrer, 14 de març, 11 d'abril, 5 de maig i 13 de juny de 2014**

**Organitza:** Associació fotogràfica Jaume Oller





## EXCURSIONS I ESPECTACLES ORGANITZATS PER L'AV HOSTAL (COMISSIÓ PA)

Aquest curs també organitzem excursions i sopars espectacle. Si vols venir a passar-t'ho d'allò més bé informa-te'n al Centre Cívic Nord.

**Organització:** AV de l'Hostal. Comissió PA

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## PREPAREM EL CARNESTOLTES

Anima't a participar en la comparsa que es farà des del barri de Can Gili, per la rua de carnestoltes de la ciutat.

**Dimarts i divendres de 17 a 19 h**

**Preu:** activitat gratuïta

**A càrrec de Paqui Laredo**

**Organització:** AV Can Gili

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



## BOTIFARRADA

**Dissabte 1 de febrer 2014 a les 14h**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

**Organització:** AV Can Gili

**Venda de tiquets anticipada**



## CAMINADA POPULAR

**Dissabte 29 de març de 2014**

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

**Organització:** Associació Al Maghira



## FESTA SANT JORDI

**Dissabte 26 d'abril 2014**

**Organització:** AV Tres Torres

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller



## **FESTA DE SANT JORDI**

Xocolatada i activitats infantils

**Dissabte 26 d'abril de 2014 a les 17 h**

**Activitat gratuïta**

**Organitza:** AV Can Gili

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili



## **SORTIDA FAMILIAR**

**Dissabte 10 de maig de 2014**

**Lloc de trobada:** pl. Joan Oliver, Can Bassa, a les 9h

**Organització:** Associació Al Maghfira



## **CAMINADA POPULAR**

**Diumenge 11 de maig de 2014 a les 9 h**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Organitza:** AV Hostal



## **EXCURSIÓ DE LA TERCERA EDAT**

**24 i 25 de maig 2014**

**Sortida a les 7.30 h des del Centre Cívic Can Gili**

**Lloc per determinar**

**Organitza:** AV Can Gili



## **BOTIFARRADA I TORNEIG DE PALITROCS**

**Diumenge 25 de maig de 2014 a les 9h**

**Organitza:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## **REVELLA DE SANT JOAN**

**Dissabte 21 de juny de 2014 a les 23h**

**Organitza:** AV Hostal

**Lloc:** Centre Cívic Nord



## **REVELLA DE SANT JOAN**

**Dilluns 23 de juny de 2014 a les 22h**

**Lloc:** Centre Cívic Can Gili

**Organitza:** AV Can Gili

**FESTES DE SANT JOAN**

**Dimarts 24 de juny de 2014**

**Organitza:** Av Sant Julià de Palou

**Lloc:** Centre Cívic Palou

**FESTES DEL BARRI DE CAN GILI**

**27, 28 i 29 de juny de 2014**

**Organitza:** AV Can Gili

**FESTES DEL BARRI DE LES TRES TORRES**

**Dies:** 28, 29 i 30 juny 2014

**Organització:** AV Tres Torres

**CELEBRACIÓ DE LA FESTA DEL ROCÍO**

**Diumenge 15 de juny de 2014 a partir de les 9h**

**Organització:** Hermandad Rociera de Can Bassa

**Lloc:** pl. Can Bassa, església i Palou

**FESTES DEL BARRI DE CAN BASSA**

Revetlla de Sant Joan

**Dies:** 21, 22, 23 i 24 de juny de 2014

**Lloc:** pl. Joan Oliver

**Organització:** AV Can Bassa

**FESTA FINAL DE CURS**

**Dissabte 21 de juny de 2014 a les 17h**

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

**Organització:** Associació Al Maghira

**IXX TROBADA DE PUNTAIRES****DE CAN BASSA**

**Dia:** 24 de juny de 2014 a les 17 h

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

**Lloc:** pl. Joan Oliver

## 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 14 al 31 de gener de 2014**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Entrada lliure**

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

**Organització:** Servei de Salut Pública

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

### **CUIDA'T LES DENTS**

L'exposició, cedida per l'Àrea de Salut Pública i Consum de la Diputació de Barcelona, consisteix en una sèrie de plafons amb imatges i mecanismes interactius, on s'explica com és la dent, quins tipus n'hi ha, com surten i quan es canvien, com prevenir la càries i com mantenir una higiene dental correcta i una alimentació equilibrada.

**Del 8 al 20 de maig de 2014**

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Entrada lliure**

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

**Organització:** Servei de Salut Pública

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



## FABRICANT RESPOSTES

Artesans cervesers al Vallès

**Del 7 de març al 30 d'abril de 2014**

**Inauguració:** divendres 7 de març a les 19 h

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

**Lloc:** Centre Cívic Nord

**Entrada lliure**



## MOSTRES DE TREBALL

### ARTESANALS 2014

Centre Cívic Palou

**Dies:** de l'11 al 24 de juny de 2014

**Inauguració:** dimecres 11 de juny a les 19.30 h

**Lloc:** Centre Cívic Palou

Centre Cívic Nord

**Dies:** del 12 al 26 de juny de 2014

**Inauguració:** dijous 12 de juny a les 19.30 h

**Lloc:** Centre Cívic Nord

Centre Cívic Jaume Oller

**Dies:** del 16 al 30 de juny de 2014

**Inauguració:** dilluns 16 de juny a les 19.30 h

**Lloc:** Centre Cívic Jaume Oller

Centre Cívic Can Bassa

**Dies:** del 17 al 27 de juny de 2014

**Inauguració:** dimarts 17 de juny a les 19.30 h

**Lloc:** Centre Cívic Can Bassa

Entrada lliure

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

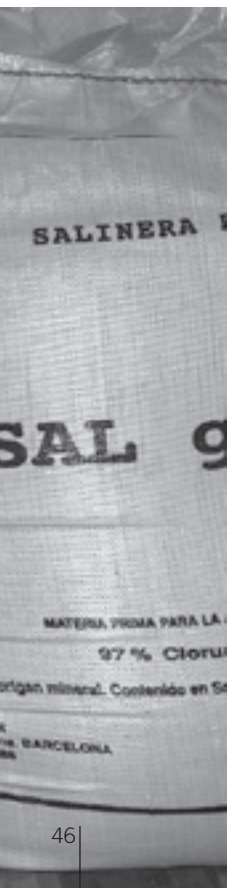
Organització: Xarxa de Centres Cívics i entitats de les  
juntres de centre.



## WI-FI

Ja pots venir i connectar-te amb el teu ordinador als centres cívics Nord, Palou, Can Gili i Can Bassa.

De dilluns a dijous, de 16 a 20.45 h,  
i divendres, de 17 a 20.45 h.



## 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 2014

Organització: Servei de Protecció Civil

10 ANYS

# VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA



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](mailto: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**



**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 oferint 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 et pots inscriure com a usuari/a i fer una entrevista personal per conèixer les condicions de participació i explicar els serveis que es poden oferir.

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

Horari d'atenció: cada dimarts de 18 a 20 hores 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)

[www.bancdeltempsgranollers.blogspot.com](http://www.bancdeltempsgranollers.blogspot.com)



## “POSA'T EN JOC”

Si vols jugar amb la llengua, visita el Centre Cívic Nord i trobaràs al vestíbul un tòtem amb el joc lingüístic de la quinzena (una endevinal·la, una frase feta per completar, una paraula desordenada...) i al costat les butlletes de resposta, que podràs dipositar en una urna. Podràs guanyar entrades al teatre o al cinema, llibres...

En aquesta primera edició de “Posa't en joc”, els animals són protagonistes.



AVANÇ PROGRAMACIÓ

WWW.GRANOLLERS.CAT/RALLIFOTOGRAFIC

GRANOLLERS  
*es revela*



16



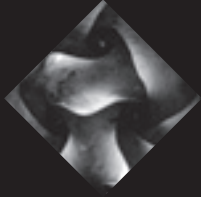
16 È

ÀFIC

RAL·LI FOTOGRA

# CÍVICOS

CONSULTA, PARTICIPA, PROPOSA...



## DIRECTORI D'ENTITATS:



### A Can Bassa

AV Can Bassa • Hermandad Rociera de Can Bassa • Associació Almaghira • Associació Oyunis (dansa oriental) • Canta i actua • Mama's tortuga



### A Can Gili

AV Can Gili • Club Futbol Finsobe • Granollers Tango Associació



### A Palou

AV Sant Julià de Palou • Esplai Guai de Palou • Mares d'Orient • Tot Country Granollers



### A Jaume Oller

AV Tres Torres • Associació fotogràfica Jaume Oller • Associació Cultural de Patchwork • Associació de persones afectades de fibromiàlgia • Associació Cultural Gent del Barri Sant Miquel • Associació Nidae per la cultura i la cooperació • Grup de Teatre Xivarri



### Al Nord

AV Can Mònic • AV de l'Hostal • Centro Cultural Andaluz • Associació Averroes • La Llançadora • AMPA CEIP Lledoner • CEIP Lledoner • Vallès Obert • AV Lledoner • AV Granollers Nord • Escoltes Sant Esteve • Club Caravaning • Associació Arcoiris • Associació Xpressa't • Africa't • Associació de Veïns Joan Prim Centre

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 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 per fer, pots fer-ho personalment, per telèfon o per correu electrònic a l'adreça següent:

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

# CALENDARI CENTRES CÍVICS

GENER 2014						
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 2014						
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		

MARÇ 2014						
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

ABRIL 2014						
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 2014						
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 2014						
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						

JULIOL 2014						
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			

AGOSTO 2014						
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