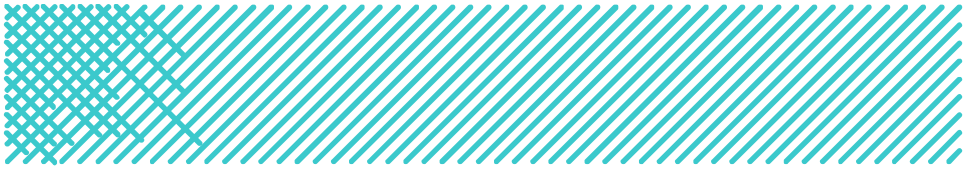




Casal Cívic

d'Alcanar



GENER /
MARÇ
2018



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies**



Casal Cívic

d'Alcanar

pl. Lluís Companys, s/n
Alcanar

El Casal cívic d'Alcanar Trinitari Bel, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any 2014.

És un espai públic obert a tothom: joves, grans, infants i entitats, on podeu participar en diferents activitats, com tallers, conferències, exposicions, etc., que us permeten relacionar-vos, fomentar les vostres aficions, ampliar coneixements i formar part d'un projecte col·lectiu. Ofereix un seguit de recursos per reforçar projectes adreçats a la millora de la comunitat, fomentar el desenvolupament integral de la persona, promoure els valors cívics i donar suport al teixit associatiu en el seu compromís amb la societat.

de dilluns a divendres, de 9 a 13 h i de 15 a 21 h; dissabte, de 10 a 13.30 h i de 16 a 21 h; agost tancat



////////////////////
ESPAI PER A TOTHOM

Sala del Casal

Per trobar-se, llegir la premsa, revistes, jugar a jocs de taula o xerrar.

////////////////////
ACTIVITATS PER A JOVES DE 12 A 18 ANYS

Programa de dinamització juvenil que té com a objectiu el desenvolupament personal dels joves a partir de treballar valors com la convivència, el civisme, la solidaritat i sobretot el sentiment de pertinença a un grup.

Espai jove

On podràs trobar-te amb els teus amics, jugar, llegir i parlar. Amb el suport de l'educadora de joves
de dilluns a divendres,
de 17 a 19.30 h
Casal

Espai tennis taula

Aprèn, juga, diverteix-te al tennis taula. Farem competicions
dilluns i dimecres, de 18.30 a 19.30 h
Casal

**Necessites una empenya?
Suport per fer deures**

Espai de suport a l'estudiant
de l'11 de gener al 29 de març
dimarts i dijous, de 16.30 a 17.30 h
Casal

Cinefòrum

Pel·lícules amb contingut per a la reflexió i el diàleg
del 19 de gener al 23 de març
divendres, de 17.30 a 19 h
Casal

Donem-li nova vida a la roba

Talls descosits, pintures,... a la roba, sabates, polseres.
del 22 de gener al 22 de març
dijous, de 17.30 a 19 h
Casal

La cuina d'avui

Vols aprendre a cuinar? nocions bàsiques per al cuiner principiant
13 i 20 de març
dimarts, de 17.30 a 19 h
Casal



Crea, connecta, comparteix i respecta: una internet segura comença amb tu

Usos positius i negatius de les xarxes socials.

del 29 de gener al 19 de febrer
dilluns, de 17.30 a 18.30 h
Casal

Construïm l'espai Jove: bricolatge de reciclatge

Personalitza al teu gust l'espai que tens al casal amb materials reciclats

del 18 de gener al 8 de febrer
dijous, de 17.30 a 19 h
Casal

Maquillatge de Carnaval

Posa imaginació i maquilla't per a la teva disfressa de Carnaval

30 de gener
dimarts, de 17.30 a 19.30 h
Casal

Riure, la forma més divertida de fer teràpia i aprendre a viure

Fomentem el bon humor, promovent el pensament i l'actitud positiva

del 24 de gener al 7 de febrer
dimecres, de 17.30 a 18.30 h
Casal

M'estimo molt

Identifico les coses positives que tinc, em valoro, faig coses que m'agraden,

21 i 28 de febrer
dimecres, de 17.30 a 18.30 h
Casal

////////////////////
**ACTIVITATS PER A ADULTS
A PARTIR DE 18 ANYS**

**FORMACIÓ I CREIXEMENT
PERSONAL**

Espai mare - fill

de l'11 de gener al 29 de març
dijous, de 18 a 19 h
Associació AMEIBA

**Psicologia de la música:
recorda, viu i somriu**

Teràpia psicològica que es basa amb els beneficis físics i psíquics que la música ens desperta.

del 24 de gener al 21 de març
dimecres, de 10 a 11 h
Casal



La petjada de Sant Antoni a Alcanar

Exposició fotogràfica motivada per la inclusió a l'inventari patrimonial i festiu de Catalunya de la Festivitat de Sant Antoni a Alcanar. Retrospectiva fotogràfica de la història de la nostra festa tradicional.

del 13 de gener al 28 de febrer
en horari de l'equipament
Ass. Sant Antoni d'Alcanar

Higiene dental

Per a xiquets/es de 2 a 4 anys
27 de gener
dissabte, de 10.30 a 12.30 h
Associació AMEIBA

Sabem el que comprem? etiquetatge i additius alimentaris

De la mà de l'especialista en nutrició
23 de febrer
divendres, de 15.15 a 17.15 h
Casal

Dieta equilibrada sense deixar de menjar el que m'agrada

De la mà de l'especialista en nutrició
23 de març
divendres, de 10 a 12 h
Casal

Els senyals de trànsit

Recomanat per a infants
del 10 de gener al 28 de març
dimecres, de 17 a 18 h
Associació UTOPIA

ACTIVITATS FÍSQUES. CUIDA EL TEU COS

Esport a ritme de música

Fes esport ballant amb ritmes i cançons que estan de moda.
Recomanat fins els 55 anys.
del 23 de gener al 20 de març
dimarts, de 18 a 19 h
Casal

Relaxació

de l'11 de gener al 22 de març
dijous, d'11 a 12 h
Centre Ocupacional Fundació
Mercè Pla

Gimnàstica de manteniment

del 8 de gener al 28 de març
dilluns i dimecres, d'11 a 12 h
Associació de pensionistes,
jubilat i protectors d'Alcanar

Jocs lliures al gimnàs

Recomanat per a infants
de l'11 de gener al 29 de març
dijous, de 17 a 18 h
Associació UTOPIA



Abdominals hipopressius i sòl pelvià

de l'11 de gener al 28 de març
dijous, de 19 a 20 h
Associació AMEIBA

loga

del 8 de gener al 28 de març
dilluns i dimecres, de 19.15 a 20.15 h
Associació ADONA'T

NOVES TECNOLOGIES

Informàtica

Per a totes aquelles persones que tenen nocions bàsiques d'informàtica.

del 29 de gener al 19 de març
dilluns, de 10 a 11 h
Casal

Internet i informàtica

de l'11 de gener al 22 de març
dijous, d'11 a 12 h
Centre Ocupacional Fundació Mercè Pla

ACTIVITATS MANUALES I ARTÍSTIQUES

Ganxet creatiu i terapèutic

Propostes actuals amb ganxet, treballant els sentiments mitjançant els colors utilitzats.
del 2 de febrer al 16 de març
divendres, de 10 a 12h
Casal

Filigrana en paper Quilling 2

Quilling, tècnica manual amb paper
del 25 de gener al 15 de març
dijous, de 17 a 19 h
Casal

PER LLEPAR-SE ELS DITS

Mones de Pasqua, les que fem aquí

Ingredients, quantitats, cocció i tast
20 de març
dimarts, de 17 a 19 h
Casal

Cuina sense gluten i sense lactosa

Cuina per a xiquets/es
del 12 de gener al 23 de març
divendres, de 17 a 18 h
Associació UTOPIA



Receptes fitness saludables

Receptes saludables per cuidar el cos

del 5 al 19 de febrer
dilluns, de 15 a 16 h
Casal

ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS

Trobada de guitarres de les Terres de l'Ebre

17 de març
dissabte, de 10 a 13.30 h
Escola Municipal de Música
Ajuntament d'Alcanar

Sevillanes

Compartir des de la pràctica un trosset d'aquest folklore popular.

del 25 de gener al 22 de març
dijous, de 18.30 a 19.30 h
Casal

Instruments musicals

Per a infants. Reconeix'e'ls, practicar...

del 9 de gener al 27 de març
dimarts, de 17 a 18 h
Associació UTOPIA

Dansa oriental

del 8 de gener al 26 de març
dilluns, de 17.45 a 18.45 h
Associació AMEIBA

Hip hop

del 10 de gener al 28 de març
dimecres, de 16 a 19 h – grup 1
divendres, de 19.30 a 21 h – grup 2
Club Ballet Alcanar



INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ

del 8 al 12 de gener, de 9 a 13 h i de 15 a 21 h

Les activitats organitzades pel Casal (Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària) són gratuïtes. El material necessari va a càrrec de les persones inscrites. Les places a les activitats són limitades i s'adjudiquen per ordre d'inscripció. La realització d'una activitat està condicionada a la inscripció d'un nombre mínim de persones. Tres faltes d'assistència sense justificació prèvia impliquen la pèrdua de la plaça. En el cas de tallers inferiors a 5 sessions i/o monogràfics, es perdrà la plaça a la primera falta d'assistència.

Les activitats organitzades per les entitats són responsabilitat d'aquestes mateixes, així com els requisits per accedir-hi.

Tel. 977 594 040

A/e :cc.alcanar.bsf@gencat.cat

Més informació a:



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies**