

# SETMANA EUROPEA DE LA PREVENCIÓ DE RESIDUS

Activitats gratuïtes

Del 20 de novembre al 9 de desembre

Inscripcions a partir del 10 de novembre a les 9 h al web [centrescivics.tarragona.cat](http://centrescivics.tarragona.cat)



## Reparacions a la llar

Descobreix la utilitat de les eines i aprèn a fer petites reparacions bàsiques a casa teva. Fer servir la màquina de fer forats, desembossar un sifó, netejar el filtre de l'aire condicionat... Consells útils per posar mà a l'obra! A càrrec de Mayéutika.

Centre Cívic de Bonavista

Dilluns 22 de novembre de 17.30 a 20.30 h

## Cuina de reaprofitament

Aquest és un taller de cuina i hàbits saludables en què, mitjançant la tècnica del batch cooking (cuinar un dia el que es menjarà la resta de la setmana), aprendrem a reaprofitar aliments, receptes i energia i ajustarem el temps que passem a la cuina per guanyar tranquil·litat a l'hora de confeccionar el menú setmanal per a tota la família. A càrrec de Yolanda Anfrons, de coneSedesalud.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

Dimarts 23 de novembre, de 10.30 a 12.30 h

## Neteja ecològica

En aquest taller participatiu reflexionarem sobre els residus que generem en el nostre dia a dia, aprendrem quins són els més nocius per a la nostra salut i per al medi ambient, compartirem estratègies per reduir-los i elaborarem tres receptes de productes de neteja amb ingredients naturals respectuosos amb el planeta. A càrrec d'Al Camp Residu Zero.

Els participants han de portar tres pots de vidre de mida petita.

Centre Cívic de Torreforta

Dimecres 24 de novembre, de 17.30 a 20 h

## Estalvi energètic

Es farà l'anàlisi del consum dels diferents aparells de la llar i es parlarà dels anomenats "vampirs elèctrics". Es donaran indicacions per reduir el consum elèctric, i per acabar s'explicaran els diferents conceptes de la factura elèctrica. A càrrec de Carles Barberà, professor del Departament d'Enginyeria Informàtica i Matemàtiques de la URV.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

Dijous 25 de novembre a les 17.30 h

## Taller de reparació de bicicletes

En aquest taller aprendrem a reparar una punxada i substituir càmera i pneumàtic, ajustar la direcció tipus rosca i ahead i ajustar frens mecànics, ajustar la transmissió, detectar el desgast de la cadena, substituir cables i fundes i netejar i lubricar, i explicarem els diferents models de frens. A càrrec de l'Escamot SCCL.

Centre Cívic de Llevant

Divendres 26 de novembre, de 17.30 a 20.30 h

## Costura creativa

En aquest taller t'ensenyarem a transformar una peça usada per donar-li una nova vida i utilitat. A càrrec d'Olivia Garzón.

Centre Cívic de Sant Salvador

Dijous 9 de desembre, de 9.30 a 12.30 h

## EMATSA als centres cívics. El teu servei d'aigua, encara més a prop

Vine amb la teua factura: t'explicarem com entendre-la i et donarem consells pràctics per fer un bon ús de l'aigua i moderar-ne el consum. A càrrec d'EMATSA.

Centre Cívic de Llevant

Dilluns 15 de novembre, a les 18 h

Centre Cívic de Bonavista

Dilluns 13 de desembre, a les 18 h

## ACTIVITATS INFANTILS: Tallers de ludoteca

En aquest taller participatiu reflexionarem sobre els residus que trobem a la natura i com afecten el medi ambient i la nostra salut. Pensarem en quins residus generem en el nostre dia a dia, aprendrem quins són els més nocius i mirarem quines estratègies hem d'aplicar en el nostre dia a dia per ser uns consumidors responsables. Només tenim un planeta i l'hem de cuidar! A càrrec d'Al Camp Residu Zero.

Horari dels tallers: de 17.30 a 19.30 h

A partir de 6 anys

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau: dilluns 22 de novembre

Centre Cívic de Sant Salvador: dimecres 24 de novembre

Centre Cívic de Bonavista: dijous 25 de novembre

Centre Cívic de Torreforta: divendres 26 de novembre

## INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

### Informació i suport a la inscripció

Inscripcions a partir del 10 de novembre al web <http://centrescivics.tarragona.cat>

Totes les activitats són **gratuïtes**.

Les places s'adjudicaran per rigorós ordre d'inscripció i són de caràcter nominal. Si no podeu assistir al curs, feu-ho saber a través de correu electrònic ([centrescivics@tarragona.cat](mailto:centrescivics@tarragona.cat)) per poder assignar la vostra plaça a la següent persona de la llista d'espera.

La programació està adreçada a persones majors de 18 anys, excepte els tallers que es fan a les ludoteques, als quals podran assistir infants a partir de 6 anys.

L'Ajuntament no es fa responsable del material ni dels objectes personals que els assistents dipositin a l'espai on es faci el taller.

Trobareu més informació a qualsevol dels centres cívics de la Xarxa o al web

### Suspensió i anul·lació d'activitats

La Conselleria de Centres Cívics de l'Ajuntament de Tarragona es reserva el dret de canviar o suspendre les activitats que organitza per raons que li siguin alienes. També es reserva el dret de modificar les condicions dels cursos per raons organitzatives.

En cas que alguna activitat no es pugui dur a terme, es decidirà en cada cas concret si s'anul·la, si es fa en format virtual o si es reprograma per a un altre dia.

### Necessitats i requisits de protecció i seguretat a les activitats presencials

- Un cop dins del centre cívic, cal que et rentis les mans amb gel hidroalcohòlic.
- És obligatori l'ús de mascareta.
- Cal mantenir sempre la distància de seguretat de 15 metres entre persones.
- S'han d'atendre en tot moment les indicacions del personal municipal o de qui imparteixi el curs o taller.
- Només podrà accedir al centre cívic la persona que s'hagi inscrit al curs o taller.
- Després de cada ús, es ventilaran, es netejaran i es desinfectaran les instal·lacions i el material utilitzat.
- S'han instal·lat mampares de separació al taulell de consergeria i s'han delimitat els espais per senyalitzar les distàncies correctes de seguretat.
- Si creus que pots tenir símptomes de la Covid-19 o has estat en contacte amb algú diagnosticat del virus, queda't a casa per responsabilitat.

