

Viu l'estiu

a la Xarxa de centres cívics!

2021

Cicle d'activitats gratuïtes en línia i presencials de la Xarxa de Centres Cívics

Del 28 de juny al 6 d'agost

Inscripcions del 14 al 22 de juny al web centrescivics.tarragona.cat

★ Novetat 📍 Activitat presencial 🖥️ Activitat en línia 🌐 Activitat URV - Campus extens

ACTIVITATS FAMILIARS

Històries per dansar la vida ★ 📍

Has dansat mai un conte? En aquest taller desbloquejarem el cos i despertarem la nostra part més intuïtiva. A càrrec de Cuentropia i Laura Gibert. Activitat recomanada per a famílies amb infants a partir de 6 anys.

📍 **Centre Cívic de Torreforta**

Del 2 de juliol al 6 d'agost, cada divendres, de 9.30 a 11.30 h

EXPRESSIÓ ARTÍSTICA

Gòspel 📍

Si t'agrada cantar i tens ganes d'aprendre música d'una manera diferent i divertida, aquest és el teu curs. A càrrec d'Helena Botella.

📍 **Centre Cívic de Torreforta**

Del 29 de juny al 29 de juliol, cada dimarts i dijous, de 19.30 a 21 h

Iniciació a la ceràmica aplicada a la joieria ★ 📍

Tècniques bàsiques, materials i nocions per treballar la ceràmica en petit format i poder-la aplicar a la joieria. A càrrec de Mardefang.

📍 **Centre Cívic de Llevant**

De 12 al 26 de juliol, dilluns, de 9.30 a 11.30 h

Preu dels materials: 15 €

La ceràmica utilitària ★ 📍

Monogràfic dirigit a aquelles persones que es vulguin iniciar en la ceràmica o ja n'hagin fet anteriorment. Treballarem des de la generació de la idea fins a la seva execució, creant un conjunt de peces que puguin ser utilitzades en el nostre dia a dia. Mirarem i tindrem en compte quines característiques hauran de reunir perquè siguin pràctiques i útils. A càrrec de Mardefang.

📍 **Centre Cívic de Llevant**

Del 7 al 21 de juliol, cada dimecres, de 9.30 a 11.30h

Preu dels materials: 20 €

Ceràmica Pit firing ★ 📍

Monogràfic pensat per a tothom. La primera sessió es destinarà a elaborar un seguit de peces per poder decorar-les i coure-les durant la segona sessió, d'una manera molt singular, on hi juga molt el factor sorpresa. A càrrec de Mardefang.

📍 **Centre Cívic de Llevant**

8 i 15 de juliol, dijous, de 9.30 a 11.30 h

Preu dels materials: 10 €

ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT

Balcons verds: La biodiversitat a casa

teva ★ 📍 🌐

El taller proposa crear un punt verd que fomenti la biodiversitat d'espècies animals a casa nostra, balcons, terrasses o jardins. L'arribada del bon temps és un moment idoni per fer-ho: a més a més de guarnir els nostres espais amb plantes i flors, ens ajudarà a augmentar les poblacions d'insectes pol·linitzadors, que són fonamentals per a la vida al planeta i en els darrers anys s'estan reduint força. A càrrec de Toni de la Torre, tècnic de Medi Ambient de la URV.

📍 **Centre Cívic de Sant Salvador**

6 de juliol, dimarts, de 10 a 11.45 h

SALUT I BENESTAR

Taller: Gestió de les emocions ★ 📍

La gestió adequada de les emocions ens permet respondre de manera adequada davant les situacions que afrontem diàriament en tots els àmbits d'actuació. Degut a la situació actual de pandèmia hem anat acumulant ansietat, por, nerviosisme i altres emocions que cal poder gestionar i exterioritzar.

El taller vivencial de gestió de les emocions és un espai on, a partir de diferents activitats, es permetrà una reflexió profunda sobre les pròpies emocions i es conduirà a l'exteriorització de tot el que ens impedeix avançar. En col·laboració amb el Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya.

📍 **Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau**

Del 28 de juny al 19 de juliol, cada dilluns, de 9.30 a 11 h

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

Informació i suport a la inscripció

Inscripcions: del 14 de juny al 22 de juny 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) i la vostra plaça s'assignarà a la següent persona de la llista d'espera.

La programació de les activitats està adreçada a persones majors de 18 anys, excepte l'activitat "Històries per dansar la vida", a la qual podran assistir un infant amb un adult.

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, al web o al telèfon **663 736 707**.

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 (restriccions Covid-19, mal temps...), es decidirà en cada cas concret si s'anul·la o si es reprograma per a un altre dia.

Necessitats i requisits per a la participació en les activitats de l'aula virtual

- Per participar en les activitats en línia cal fer-ho des del domicili.
- Cal tenir equip informàtic o dispositiu mòbil propi amb connexió a Internet, un compte de Google, càmera web i micròfon.
- Rebreu un enllaç al vostre correu electrònic, des d'on podreu accedir a les classes.
- Podreu entrar a les aules virtuals 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i fins a 15 minuts després de començar.

Necessitats i requisits de protecció i seguretat a les activitats presencials

- En el moment d'accedir al centre cívic, el personal municipal us mesurarà la temperatura corporal.
- Un cop dins del centre cívic, cal que us renteu les mans amb gel hidroalcohòlic.
- És obligatori l'ús de mascareta.
- Cal mantenir sempre la distància de seguretat de dos 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.

Etiqueta les teves fotos amb **#CentresCívicsTGN #FanXTU**



FAN X TU

20 ANYS TARRACO PATRIMONI MUNDIAL