



XARXA
DE CENTRES
CÍVICS
DE TARRAGONA

HIVERN PRIMAVERA 2020

DEL 3 DE FEBRER
AL 19 DE JUNY

Informació i inscripcions
a partir del 20 de gener a
www.tarragona.cat/centrescivics

FAN  TU

CONTINGUTS

ELS CENTRES CÍVICS DE TARRAGONA 4

LUDETEQUES 6

EXPOSICIONS 7

CURSOS I ACTIVITATS 8

INFANTILS I FAMILIARS 8

FOTOGRAFIA DIGITAL 11

EXPRESSIÓ ARTÍSTICA 13

SALUT I BENESTAR 20

ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT 31

FES-T'HO TU MATEIX/A 36

CIVICS LAB 43

IDIOMES I LLENGÜES 49

CUINA I GASTRONOMIA 54

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS 61

- ♥ Centre Cívic de Bonavista
- ♥ Centre Sociocultural de la Part Alta
- ♥ Centre Cívic de Sant Salvador
- ♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau
- ♥ Centre Cívic de Torreforta
- ♥ Centre Cívic de Llevant

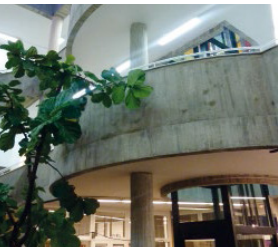
N Novetat

G Activitat gratuïta

 Activitat familiar



ELS CENTRES CÍVICS DE TARRAGONA



C/ Onze, 13 - 43100 Bonavista (Tarragona)

Telèfon: **977 550 231**

A/e: ccbonavista@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i
dissabte, de 9 a 14 h



C/ Major, s/n - 43007 Monnars (Tarragona)

Telèfon: **977 506 469**

A/e: cclevant@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h



C/ Puig d'en Pallars, s/n - 43003 Part Alta

(Tarragona) - Telèfon: **977 221 009**

A/e: ccpartalta@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i
dissabte, de 9 a 14 h



Tots els centres cívics disposen de zona wifi



CENTRE CÍVIC
**SANT
SALVADOR**

Av. dels Pins, s/n - 43130 Sant Salvador (Tarragona) - Telèfons: **977 521 133 - 977 521 166**

A/e: ccssalvador@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i
dissabte, de 9 a 14 h



CENTRE CÍVIC
**SANT PERE
I SANT PAU**

Camí del Pont del Diable, s/n - 43007 Sant Pere i Sant Pau (Tarragona) - Telèfon: **977 200 394**

A/e: ccsantpere@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i
dissabte, de 9 a 14 h



CENTRE
CÍVIC
TORREFORTA

Pl. del Tarragonès, s/n - 43006 Torreforta (Tgn)
Telèfons: **977 550 229 - 977 550 235**

A/e: cctorreforta@tarragona.cat

Horaris (hivern): de dilluns a divendres, de 9 a 21 h, i
dissabtes, de 9 a 14 h



LUDOTEQUES

de la Xarxa de Centres Cívics Municipals de Tarragona

Les ludoteques són un servei municipal que t'ofereix la Xarxa de Centres Cívics de la ciutat de Tarragona. Hi podràs trobar diferents racons de joc, joguines, bon ambient i tot allò que necessites per passar-t'ho molt bé!

-  **Ludoteca del Centre Cívic de Bonavista**
De dilluns a divendres, de 17 a 19.30 h
-  **Ludoteca del Centre Sociocultural de la Part Alta**
De dilluns a divendres, de 17 a 19.30 h
-  **Ludoteca del Centre Cívic de Sant Salvador**
De dilluns a divendres, de 16.30 a 19 h
-  **Ludoteca del Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau**
De dilluns a divendres, de 16.45 a 19.15 h
-  **Ludoteca del Centre Cívic de Torreforta**
De dilluns a divendres, de 17 a 19.30 h

QUI HI POT ACCEDIR?

El servei de ludoteca està adreçat a infants de 0 a 12 anys. Els més menuts han d'anar acompanyats del pare, la mare o el tutor o la tutora, o d'una persona responsable de més de 18 anys.

Pots consultar els horaris per grups a qualsevol dels centres cívics.

EXPOSICIONS

“Nefertari i Ramsés II. Colla Gegantera del Passeig Torroja”.

Exposició fotogràfica

- ♥ Centre Cívic de Bonavista. - Del 13 al 27 de gener.
- ♥ Centre Cívic de Torreforta - Del 3 al 17 de febrer.
- ♥ Centre Sociocultural de la Part Alta - Del 24 de febrer al 9 de març.
- ♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau - Del 16 al 30 de març.
- ♥ Centre Cívic de Sant Salvador - Del 20 d'abril al 4 de maig.

“Moments de colors”.

Treballs realitzats durant la tardor 2019.

- ♥ Centre Sociocultural de la Part Alta - Del 3 al 17 de febrer.

“Fem recerca - Universitat Rovira i Virgili”.

- ♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau - De l'11 al 25 de maig.
- ♥ Centre Cívic de Bonavista - De l'1 al 15 de juny

Exposició de pintura de l'Associació Amics de la Pintura de Sant Salvador. Curs 2019/2020.

- ♥ Centre Cívic de Sant Salvador - Del 27 de maig al 15 de juny

ACTIVITATS INFANTILS I FAMILIARS

DIBUIX I PINTURA INFANTIL

Experimentar amb els colors i desenvolupar la seva creativitat, i progressivament, millorar el detall, la perspectiva, l'ombreig, etc.

A càrrec de Dolors Barberan.

Centre Cívic de Sant Salvador

Activitat recomanada per a infants de 6 a 12 anys

Del 25 de febrer al 5 de maig, cada dimarts, de 17.30 a 19 h

Preu: 52,50 €

LUDOBABY

Espai familiar on els infants podran gaudir i desenvolupar-se a través del joc.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

Del 14 de febrer al 29 de maig, cada divendres de 10.30 a 11.30 h

IOGA PER A NADONS

Avantatges: enfortiment del vincle, desenvolupament psicomotriu, recuperació del to muscular... En cas de cesària, s'aconsella a partir de les vuit setmanes.
A càrrec d'Ana Garrido (San RajKaur).

Centre Cívic de Torreforta

Activitat recomanada per a famílies amb infants des de les 6 setmanes fins als 9 mesos
Del 28 de febrer al 15 de maig, cada divendres, de 10 a 11 h
Preu: 52,50 €

MOU LES MANS I MOU EL CUL

Mitjançant diferents cançons descobrirem una nova manera de comunicar-nos amb la llengua de signes catalana.
A càrrec de Cia. Bababoom.

Centre Cívic de Torreforta

Del 29 de febrer al 21 de març, cada dissabte, de 10.30 a 12.30 h
Preu: 35 €

IOGAFAMILY

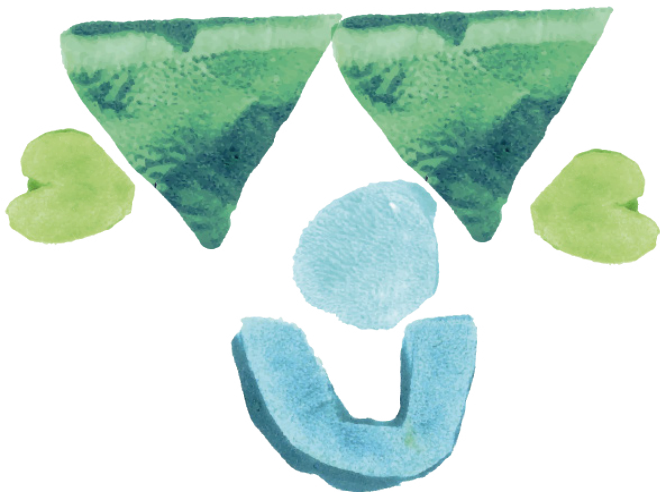
Has pensat mai en la quantitat de beneficis que té el ioga per a la ment i el cos? Vine a comprovar-ho amb els més petits de la casa. A càrrec de M. Àngeles Rodríguez.

Centre Cívic de Sant Salvador

Activitat recomanada per a famílies amb infants de més de 4 anys

29 de febrer, 28 de març, 25 d'abril, 30 de maig i 20 de juny (sortida a la platja), dissabte, en horari de 10.30 a 12 h

Preu: 32,50 €



FOTOGRAFIA DIGITAL

FOTOGRAFIA DIGITAL 1

Aprèn a treure el màxim profit de la teva càmera digital en qualsevol moment del dia, en interiors i exteriors.

Es recomanable portar trípode i un equip fotogràfic que permeti l'opció manual. A càrrec de Jordi Brú.

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 3 al 19 de febrer, cada dilluns i dimecres, de 18.30 a 20.45 h (una de les classes pràctiques es farà el diumenge 16 de febrer al matí)

Preu: 38,50 €

FOTOGRAFIA DIGITAL 2

Aprendrem a anar un pas més enllà en la fotografia per tal de millorar la nostra tècnica i la composició. Cal tenir coneixements previs de fotografia. És recomanable portar trípode i un equip fotogràfic que permeti l'opció manual. A càrrec de Jordi Brú.

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 2 al 18 de març, cada dilluns i dimecres, de 18.30 a 20.45 h (una de les classes pràctiques es farà el dissabte 7 de març al matí)

Preu: 38,50 €

SORTIDA FOTOGRÀFICA DE POSTA DE SOL I NOCTURNA (a les Muntanyes de Prades)

Ens desplaçarem en cotxes particulars a les Muntanyes de Prades per descobrir les seves famoses postes de sol i fer pràctiques de fotografia nocturna. A càrrec de Jordi Brú.

27 de març, divendres, de 18 a 23 h (el punt de trobada es comunicarà a les persones inscrites)

Preu: 17,50 €

MACROFOTOGRAFIA I FOTOGRAFIA D'APROXIMACIÓ (format pràctic)

L'arribada de la primavera ens convida a gaudir de la natura, que ens mostra milers de possibilitats: flors, animals i altres elements que fotografiarem molt de prop.

A càrrec de Jordi Brú.

Centre Cívic de Bonavista

Sessions pràctiques: 6 i 8 de maig, dimecres i divendres, de 18 a 21 h (el punt de trobada es comunicarà a les persones inscrites)

Comentari de les fotos: 11 de maig, dilluns, de 18.30 a 20.45 h

Preu: 38,50 €

EXPRESSIONI 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 de Noé Forès.

Centre Cívic de Torreforta

Del 7 de febrer al 22 de maig, cada divendres, de 19 a 20.30 h

Preu: 53,75 €

GUITARRA FLAMENCA

Acosta't al món de la guitarra flamenca i aprèn ritmes i acords. Cal dur guitarra. A càrrec de Miguel Àngel Moreno de la Horra, de l'Escola Municipal de Música.

 **Escola Municipal de Música**
de Tarragona

Centre Cívic de Torreforta

De l'11 de febrer al 19 de maig, cada dimarts, de 15.30 a 16.30 h

TALLER DE CERÀMICA

T'ensenyarem tècniques ceràmiques i et donarem coneixements i eines per aprendre a treballar la ceràmica d'una manera més profunda. A càrrec de Tastets de Fang.

Centre Cívic de Llevant

Del 12 de febrer a l'1 d'abril, cada dimecres

Grup A: de 10 a 12.30 h

Grup B: de 17 a 19.30 h

Preu: 97,50 € (preu dels materials: 25 €)

INTRODUCCIÓ AL DIBUIX

Aprenderàs mètodes per plasmar allò que vulguis representar al paper o a la tela: plantar, encaixar, donar-li valor. Joga i crea amb la línia. A càrrec de Verónica Bilbao.

GRUP INICIACIÓ:

Entén els principis bàsics del dibuix i comença a utilitzar els elements compositius.

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 17 de febrer al 4 de maig, cada dilluns, de 17 a 18.30 h

Preu: 52,50 € (els materials aniran a càrrec de les persones participants i en funció de la peça a treballar)

GRUP CONTINUÏTAT:

Per continuar treballant amb la composició, el color, la perspectiva i la profunditat tonal del dibuix.

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 17 de febrer al 4 de maig, cada dilluns, de 15.15 a 16.45 h

Preu: 52,50 € (els materials aniran a càrrec de les persones participants i en funció de la peça a treballar)

INTRODUCCIÓ A L'AQUAREL·LA

Aprendrem la tècnica de l'aquarel·la per aconseguir un resultat summament transparent, fresc i espontani.

A càrrec de Dolors Barberan.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

Del 17 de febrer al 23 de març, cada dilluns, de 18 a 19.30 h

Preu: 32,50 €

BALLS LLATINS SENSE PARELLA - continuació

Si ja tens alguna noció, gaudeix dels balls llatins més populars: merengue, salsa o bachata. A càrrec d'Iris Pérez.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

Del 17 de febrer al 15 de juny, cada dilluns, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 28,75 €

PINTURA: MOMENTS DE COLORS

Tant si vols iniciar-te en la tècnica pictòrica com si tens interès a millorar-la, en aquest curs t'oferim l'oportunitat de fer-ho de la mà de Verónica Bilbao.

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 18 de febrer al 12 de maig, cada dimarts

Grup A: de 15 a 17 h

Grup B: de 17.15 a 19.15 h

Preu: 55 € (els materials aniran a càrrec de les persones participants i en funció de la peça a treballar)

INICIACIÓ A LA PERCUSSIÓ AFRICANA

Coneixeràs els instruments de l'ètnia majoritària mandinga, amb una introducció a ritmes binaris i ternaris.

A càrrec de Manel Castillejo.

Centre Cívic de Sant Salvador

28 de febrer, divendres, de 18 a 20 h

Preu: 12,50 €

TALLER DE SCRAPBOOKING

Coneix les tècniques que existeixen i posa-les en pràctica en aquest curs. A càrrec de Sònia Martínez, d'AmbArt.

♥ Centre Cívic de Torreforta

De 6 al 27 de març, cada divendres, de 18.15 a 20.15 h

Preu: 22 € (preu dels materials: 10 €)

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

Del 20 d'abril a l'11 de maig, cada dilluns, de 9.30 a 11.30 h

Preu: 22 € (preu dels materials: 10 €)

SKETCHING URBÀ

Plasma al teu quadern allò que t'interessa del teu voltant. Combinaràs dibuix i color, i aprendràs recursos útils per dibuixar a l'exterior. A càrrec de Dolors Barberan.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

Del 30 de març al 25 de maig, cada dilluns, de 18 a 20 h

Preu: 47.50 €

LETTERING

Aprèn tècniques com el brushpen per endinsar-te en el món del lettering i fer les teves pròpies creacions.
A càrrec de Can Hippy Home.

Centre Cívic de Torreforta

18 d'abril, dissabte, de 9.30 a 13.30 h
Preu: 47,50 €

TERRA, AIGUA I FOC (taller de ceràmica)

Introdueix-te en el coneixement del fang treballant-lo tant manualment com amb tècniques mecàniques amb l'ús del torn. Coneixerem el raku, una tècnica de cocció que té els orígens en les civilitzacions japonesa i xinesa.
A càrrec de Tastets de Fang.

Centre Cívic de Llevant

18 i 25 d'abril, dissabte, de 10 a 13 h
Preu: 57,50 €

BULLET JOURNAL **N**

Bullet Journal és més que una agenda! És una forma d'organitzar-se d'una manera creativa. David Fortino ens ensenyarà diferents tècniques perquè la nostra agenda quedi totalment personalitzada.

♥ Centre Cívic de Llevant

Del 24 d'abril al 19 de juny, cada divendres, de 18 a 20 h

Preu: 47,50 € (el material anirà a càrrec dels participants)



SALUT I BENESTAR

TAITXÍ

El taitxí és un art mil·lenari que té l'origen a l'Àsia. Et convidem a incloure'l com a mitjà de relaxació. A càrrec de Joan Prats.

Centre Cívic de Torreforta

Del 4 de febrer al 26 de maig, cada dimarts, de 19.15 a 20.30 h
Preu: 42 €

MEDITACIÓ ACTIVA

Aprenderàs a gestionar les teves emocions i a reduir l'estrès, millorant la comunicació i desenvolupant la sensibilitat, l'alegria, la creativitat i la intel·ligència. A càrrec de Laura Gibert.

Centre Cívic de Torreforta

Del 10 de febrer al 25 de maig, cada dilluns, de 10 a 11.30 h
Preu: 48,50 €

Centre Cívic de Sant Salvador

Del 7 de febrer al 22 de maig, cada divendres, de 12.15 a 13.45 h
Preu: 48,50 €

IOGA

Mitjançant tècniques de respiració senzilles, aprendràs a desbloquejar tensions corporals i a augmentar la salut i la vitalitat, mitjançant la consciència de la unitat entre cos i ment.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador.

A càrrec de Mònica Burgaleta

De l'11 de febrer al 28 de maig, cada dimarts i dijous, de 9.30 a 10.45 h

Preu: 71,75 €

♥ Centre Cívic de Llevant

Grup A. A càrrec de Mònica Burgaleta: del 10 de febrer al 25 de maig, cada dilluns, de 15.30 a 16.45 h

Preu: 35 €

Grup B. A càrrec de Mònica Burgaleta: del 10 de febrer al 25 de maig, cada dilluns, de 18.30 a 19.45 h

Preu: 35 €

Grup C. A càrrec d'Ana Garrido: del 12 de febrer al 27 de maig, cada dimecres, de 18.30 a 19.45 h

Preu: 32 €

Grup D. A càrrec d'Ana Garrido: de l'11 de febrer al 28 de maig, cada dimarts i dijous, de 9.30 a 10.45 h

Preu: 71,75 €

TXIKUNG (QI GONG)

El txikung treballa amb l'energia vital per millorar la salut i l'harmonia del cos i de la ment, tot sintonitzant el moviment, la respiració i la concentració.

A càrrec d'Enric Gil.

Centre Cívic de Llevant

Del 12 de febrer al 20 de maig, cada dimecres, de 10 a 11.30 h

Preu: 48,50 €

Centre Cívic de Torreforta

Del 13 de febrer al 21 de maig, cada dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 48,50 €

XERRADA: EQUILIBRI ROBAT

Descobreix de manera fàcil i amb l'ajuda d'alguns exercicis i plantes medicinals una nova forma d'entendre el cicle menstrual. A càrrec de Fanny Ulldemolins.

Centre Sociocultural de la Part Alta

12 de febrer, dimecres, de 18 a 19.30 h

TALLER D'EMPODERAMENT

Espai de trobada on, a partir de diferents dinàmiques, aconseguirem eines i vivències per promoure l'empoderament com a persones.

A càrrec de Sandra Calero i Nathalia Sócrate.

Centre Cívic de Torreforta

14 de febrer, divendres, de 9.30 a 12.30 h

Preu: 18,50 €

DANSA DEL VENTRE I BOLLYWOOD - continuació

La dansa del ventre afavoreix l'equilibri psicoemocional i reforça la confiança personal, a més d'ajudar a alliberar tensions. Cal tenir-ne coneixements previs.

A càrrec d'Iris Pérez.

Centre Cívic de Sant Salvador

Del 17 de febrer al 18 de juny, cada dilluns, de 17.30 a 18.30 h,
i cada dijous, de 15.45 a 16.45 h

Preu: 82 €

MINDFULNESS

El mindfulness, o atenció plena, és una habilitat adquirible i millorable que ens permet ser plenament conscients de cada moment i saber què passa dins nostre i al nostre voltant, d'una manera conscient i intencionada.

A càrrec de Gabriela Baldini.

MINDFULNESS I

♥ **Centre Sociocultural de la Part Alta**

Del 18 de febrer al 5 de març, cada dimarts i dijous,
de 10.30 a 12 h

Preu: 52 €

MINDFULNESS II

♥ **Centre Sociocultural de la Part Alta**

Del 17 de març al 2 d'abril, cada dimarts i dijous,
de 10.30 a 12 h

Preu: 52 €



+ QUE ZUMBA

Perquè el ball es pot convertir en una eina inclusiva, farem classes de zumba amb persones amb diversitat funcional. A càrrec d'Aimet Romero.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

Del 20 de febrer al 14 de maig, cada dijous, d'11 a 12 h

Preu: 27,50 €

CERCLE DE DONES

Un cercle de dones és un espai de trobada ancestral, sa i sanador, que ens connecta amb la nostra essència femenina per compartir sense judici, des de l'interior i amb molt d'amor. Ens trobem per connectar-nos amb nosaltres mateixes, amb la lluna i amb l'energia del cercle.

A càrrec de Fanny Ulldemolins.

Centre Cívic de Llevant

10 de març, dimarts, de 18 a 20 h

Centre Cívic de Torreforta

16 d'abril, dijous, de 18 a 20 h

Centre Cívic de Sant Salvador

7 de maig, dijous, de 18 a 20 h

BIODANSA

Treballaràs amb la música, el moviment, les emocions i la vivència, afavorint l'expressió saludable de la persona a nivell corporal, emocional i existencial.

A càrrec de Laura Gibert.

Centre Cívic de Sant Salvador

Del 21 de febrer al 8 de maig, cada divendres, de 10.45 a 12 h

Preu: 26,25 €

DIBUIX DE MANDALES

En aquest taller aprendràs a dibuixar mandales i coneixeràs els beneficis que pot aportar aquesta activitat.

A càrrec de David Fortino.

Centre Cívic de Sant Salvador

Del 21 de febrer al 3 d'abril, cada divendres, de 18 a 20 h

Preu: 42,50 €

IOGA PER A EMBARASSADES

Amb l'ajut de tècniques de respiració senzilles, aprendràs a desbloquejar tensions corporals i a augmentar la salut i la vitalitat, mitjançant la consciència de la unitat entre cos i ment (des del primer trimestre fins al final de l'embaràs, consulta el teu metge). A càrrec d'Ana Garrido.

Centre Cívic de Bonavista

Del 24 de febrer a l'11 de maig, cada dilluns, de 19.30 a 20.45 h
Preu: 57,50 €

DEFENSA PERSONAL

Aprendràs tècniques dissenyades per emprar el mínim esforç físic i aconseguir la màxima eficàcia possible en cas d'haver-te de defensar. A càrrec d'Enric Gil.

Centre Cívic de Llevant

Del 2 al 30 de març, cada dilluns, de 10 a 12 h
Preu: 47,50 €

GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA

La gimnàstica hipopressiva treballa el to natural del múscul abdominal més profund. Contraindicat per a persones amb hipertensió o cardiopaties. A càrrec de Maria Dalmau.

GRUPS INICIACIÓ:

Centre Cívic de Llevant

Del 4 de març al 13 de maig, cada dimecres, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 28,50 €

Centre Cívic de Bonavista

Del 6 de març al 22 de maig, cada divendres, de 12.30 a 13.30 h
Preu: 28,50 €

GRUP CONTINUÏTAT:

Si ja has fet el curs de gimnàstica abdominal hipopressiva i vols avançar, t'oferim aquest segon nivell.
A càrrec de Maria Dalmau.

Centre Cívic de Llevant

Del 4 de març al 13 de maig, cada dimecres, de 15.30 a 16.30 h
Preu: 28,50 €

DONA I NATURA: SENT, VIBRA I CONNECTA **N**

Aprendrem com, de manera natural, podem regular els nostres cicles i posar fre a les menstruacions doloroses i altres afeccions relacionades amb la ginecologia natural. Elaborarem un diagrama lunar i alguns preparats que ens ajudaran. A càrrec de La Silvestrina.

Centre Cívic de Bonavista

6 i 13 de març, divendres, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 28,50 €

TEATRE DE LES OPRIMIDES **N**

Espai de desenvolupament personal on, mitjançant el teatre, compartirem situacions en les quals us hàgiu sentit sense veu i vulgueu recuperar-la.

A càrrec de Sandra Calero i Nathalia Sócrate.

Centre Sociocultural de la Part Alta

27 de març, divendres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 11,75 €

EDUCACIÓ EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA LITERATURA INFANTIL I JUVENIL **N**

Saps quin impacte poden tenir els contes en els infants? Mitjançant activitats i recursos, aprendrem sobre intel·ligència i gestió emocional. A càrrec de Cuentropía.

♥ Centre Cívic de Bonavista

18 i 25 d'abril, 9, 16 i 30 de maig, 13 i 20 de juny, dissabte, de 10 a 13 h

Preu: 48,75 €



ECOLOGIA I SOSTENIBILITAT

VA DE GOSSOS! PROBLEMES DE CONDUCTA: POR I AGRESSIVITAT **N**

Aprendràs tècniques per solucionar els problemes de conducta com són la por i l'agressivitat del teu gos.
A càrrec de Patrícia Gonçalves.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

Sessió teòrica. 21 de febrer, divendres, de 17.30 a 19.30 h
(sense el gos)

Sessió pràctica. 22 de febrer, dissabte, de 10 a 11.30 h
(amb el gos)

Preu: 22.50 €



OLIS ESSENCIALS I HIDROLATS

Els olis essencials ens aporten moltíssims beneficis mitjançant l'aromateràpia o la seva aplicació en olis vegetals. Amb un alambí, la Marta de La Silvestrina farà una demostració de com es fa la seva extracció, destil·larem plantes aromàtiques i veurem de prop com s'obtenen els hidrolats i els olis essencials.

Centre Cívic de Torreforta

4 de març, dimecres, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 18,50 €

COSMÈTICA SENSE RESIDUS

En aquest taller aprendrem a identificar cosmètica natural i conscient, i quins beneficis ens poden aportar els productes naturals propers al nostre organisme i pell, i elaborarem un xampú sòlid, una mantega corporal i una pasta de dents. A càrrec de La Silvestrina.

Centre Cívic de Llevant

23 de març, dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 15 €

BENESTAR I ALIMENTACIÓ DE LA TEVA MASCOTA **N**

Et donarem les pautes i els consells per poder tenir cura del teu animal domèstic, alimentació casolana vs. comercial, vacunacions, transport sense estrès, etc. A càrrec de Patrícia Gonçalves.

Centre Cívic de Sant Salvador

3 d'abril, divendres, de 18 a 20 h

Preu: 8,50 €

ALQUÍMIA DE PRIMAVERA **N**

La primavera és l'estació de les oportunitats, i l'aprofitarem per analitzar els efectes que té aquesta estació en el nostre organisme, explicarem consells per enfortir les nostres defenses i elaborarem diferents preparats per aconseguir-ho. A càrrec de La Silvestrina.

Centre Cívic de Llevant

14 d'abril, dimarts, de 17.30 a 20 h

Preu: 11,75 €

SORTIDA DE RECONeixEMENT DE PLANTES

Passejada de reconeixement de plantes silvestres medicinals i comestibles al nostre entorn. Explicarem tècniques de recollecció, assecatge i conservació. A càrrec de La Silvestrina.

18 d'abril, dissabte, a les 10 h (el punt de trobada es comunicarà a les persones inscrites)

Preu: 15 €

LLAR SALUDABLE

Taller pràctic en el qual donarem alternatives a la neteja de la llar amb una proposta de canvi d'armari de neteja, substituint els productes convencionals per productes naturals. A càrrec de La Silvestrina.

Centre Cívic de Sant Salvador

29 d'abril, dimecres, de 18 a 20 h

Preu: 11,75 €

VA DE GOSSOS! JOCS D'ESTIMULACIÓ MENTAL PER A GOSSOS **N**

Aprendràs i posaràs en pràctica amb el teu gos diferents jocs per estimular-li la ment. El treball cognitiu l'ajudarà a evitar problemes d'estrès. A càrrec de Patrícia Gonçalves.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

23 de maig, dissabte, de 10 a 11.30 h (formació pràctica amb el gos)

Preu: 12,50 €



FES-T'HO TU MATEIX/A

GANXET I PUNT DE MITJA

Amigurumis, bufandes i una infinitat de coses per teixir. Tant si en saps com si no, vine al taller i comparteix idees i tècnica. El material anirà a càrrec dels participants i en funció de la peça a treballar. A càrrec de David Fortino.

Centre Cívic de Bonavista

Del 12 de febrer al 25 de març, cada dimecres,
de 9.30 a 11.30 h

Preu: 42,50 €

TALLER DE COSTURA

Tant si et defenses amb el fil i l'agulla com si en vols aprendre des de zero. A càrrec d'Olivia Garzón.

Centre Cívic de Llevant

Grup A: del 13 de febrer al 2 d'abril, cada dijous, de 17 a 20 h
Grup B: del 16 d'abril al 4 de juny, cada dijous, de 17 a 20 h

Preu: 87,50 €

TALLER DE PINTACARES

Aprèn tots els trucs i tècniques pictòriques de l'art del face painting amb les explicacions i la demostració en viu per a infants. A càrrec de Jes Capdevila.

♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

14 de febrer, divendres, de 16 a 20 h

Preu: 18,50 €

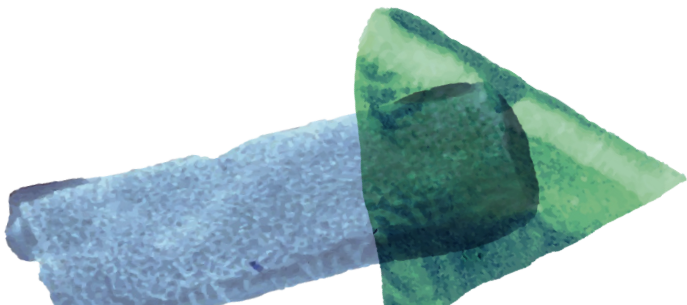
MAQUILLATGE DE CARNAVAL N

Aprèn a adaptar el maquillatge segons la disfressa triada. T'ensenyarem la tècnica pictòrica per fer el maquillatge de la manera més precisa. A càrrec de Jes Capdevila.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

19 de febrer, dimecres, de 16.45 a 20.45 h

Preu: 18.50 €



TALLER DE RESTAURACIÓ DE MOBLES

Fes que els teus petits mobles vells llueixin com nous o fins i tot que tinguin usos renovats. Aprèn tècniques de restauració i decoració de mobles.

A càrrec de Verónica Bilbao.

Centre Cívic de Torreforta

Del 19 de febrer al 13 de maig, cada dimecres, de 9.30 a 11.30 h
Preu: 82,50 € (els materials aniran a càrrec de les persones participants i en funció de la peça a treballar)

CONFECCIÓ D'UNA SAMARRETA

Dissenya, talla i confecciona la teva pròpia samarreta.

Aquest curs està pensat tant per a persones principiants com per a qui ja tingui experiència. A càrrec d'Olivia Garzón.

Centre Cívic de Torreforta

21 i 28 de febrer, divendres, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 32,50 €

PATRONATGE EXPRÉS

Aprèn a treure patrons i muntar-los, per després poder confeccionar una peça de roba. Aquest curs està pensat tant per a persones principiants com per a qui ja tingui experiència. A càrrec d'Olivia Garzón.

♥ Centre Cívic de Torreforta

Del 25 de febrer al 10 de març, cada dimarts,
de 9.30 a 12.30 h

Preu: 37,50 €

FELICITAT AL TEU ARMARI

Tant si casa teua és gran com si és petita, segur que sovint somies a tenir-la ben ordenada. Vine i parlarem de com organitzar el teu armari optimitzant espai i simplificant, aprenent sistemes de plegar roba, etc.

A càrrec de Casa y Orden.

♥ Centre Cívic de Llevant

3 i 10 de març, dimarts, de 17.30 a 20 h

Preu: 32 €

MALEÏDA MÀQUINA! TREU PROFIT DE LA TEVA MÀQUINA DE COSIR

T'ensenyarem de manera molt senzilla com funcionen les màquines de cosir i quines són les seves prestacions.

Si vols, pots portar la teva màquina de casa.

A càrrec d'Olivia Garzón.

Centre Cívic de Bonavista

7 i 14 de febrer, divendres, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 27,50 €

TALLER DE JOIERIA

En aquest taller aprendràs a dissenyar i realitzar una peça única i personalitzada en llautó que t'enduràs cap a casa.

A càrrec de Jesús Martínez San José.

Centre Cívic de Torreforta

14 de març, dissabte, de 9.30 a 13.30 h

Preu: 47,50 €

SABONS ARTESANS

En aquest taller coneixerem la tècnica sabonera de manera teòrica i elaborarem dos tipus de sabons que podrem prendre cap a casa. A càrrec de La Silvestrina.

♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

20 de març, divendres, de 17.30 a 20 h

Preu: 11,75 €

TALLER D'AUTOMAQUILLATGE: MAQUILLATGE DE DIA

Aprenderàs les tècniques de maquillatge més subtils, pràctiques i senzilles per harmonitzar les teves faccions i realçar la teva bellesa, amb un resultat natural.

A càrrec de Jes Capdevila.

♥ Centre Cívic de Bonavista

13 de maig, dimecres, 16.45 a 20.45 h

Preu: 18,50 €

TALLER D'AUTOMAQUILLATGE: MAQUILLATGE DE NIT

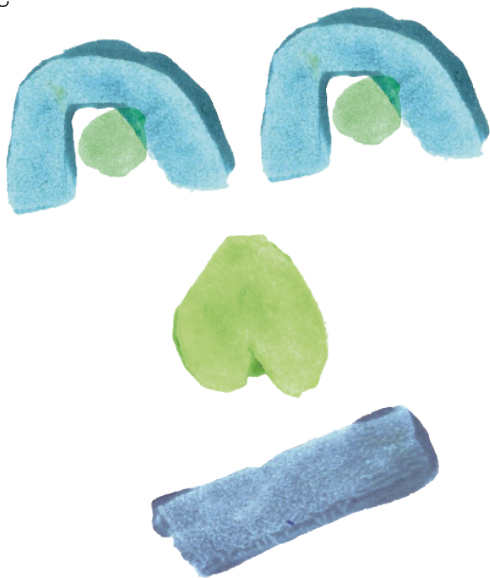
Aprendràs a maquillar-te de manera sofisticada i elegant i podràs tenir un aspecte espectacular de manera ràpida i efectiva segons les teves necessitats.

A càrrec de Jes Capdevila.

♥ Centre Cívic de Bonavista

20 de maig, dimecres, de 16.45 a 20.45 h

Preu: 18,50 €



AULES DE DINAMITZACIÓ INFORMÀTICA: CIVICS LAB



TRÀMITS EN LÍNEA

Vine amb el teu certificat electrònic i t'ajudarem a treure'n el màxim profit tot fent els tràmits més habituals.

A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Bonavista

13, 18 i 20 de febrer, dimarts i dijous, de 17.30 a 19.30 h

INTRODUCCIÓ A INTERNET

Aprèn a navegar per Internet, coneix aplicacions bàsiques i tingues el teu PC net i polit. Cal tenir coneixements d'informàtica. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Sant Salvador

17, 19 i 24 de febrer, dilluns i dimecres, de 17.30 a 19.30 h

TREBALLA AL NÚVOL

El núvol ens permet desar, editar i compartir arxius, fotografies i documents. Coneixeràs algunes de les eines existents per tal de saber quina és la que més s'adapta a les teves necessitats. Cal tenir coneixements d'informàtica i internet. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Bonavista

25 de febrer, dimarts, de 17.30 a 20.30 h

Centre Cívic de Sant Salvador

26 de febrer, dimecres, de 17.30 a 20.30 h

MÓN GOOGLE

MÒDUL 1

En aquest mòdul aprendràs a utilitzar diferents eines en línia que ens ofereix Google: Gmail, Calendar, Contactes i Keep. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Sant Salvador

2, 4 i 9 de març, dilluns i dimecres, de 17.30 a 19.30 h

MÒDUL 2

En aquest mòdul aprendràs a utilitzar diferents eines en línia: Drive, Docs, Càlcul, presentacions i Google Forms. Cal haver fet el mòdul 1 o conèixer les aplicacions que s'hi hagin treballat. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

♥ Centre Cívic de Bonavista

16, 21 i 23 d'abril, dimarts i dijous, de 17.30 a 19.30 h

INFORMÀTICA DES DE ZERO

Si la informàtica sempre se t'ha resistit, aquest és el teu curs. Aprendrem coses tan bàsiques com les funcions del ratolí, l'estructura de l'ordinador i moure-t'hi sense por.

A càrrec de Multimèdia Tarragona

♥ Centre Cívic de Bonavista

Del 3 al 24 de març, dimarts i dijous, de 17.30 a 19.30 h

INTRODUCCIÓ A LIBREOFFICE: CALC

Calc és el full de càlcul del paquet LibreOffice (programari lliure). A càrrec de Multimèdia Tarragona.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

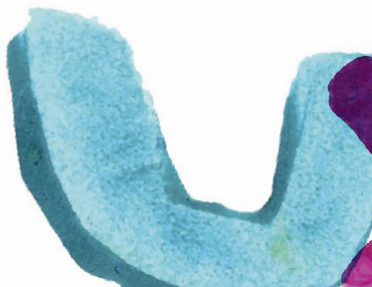
Del 27 d'abril al 13 de maig, cada dilluns i dimecres, de 17.30 a 19.30 h

INTRODUCCIÓ A LIBREOFFICE: WRITER

Writer és el processador de textos del paquet LibreOffice (programari lliure). Programa eficient que conté tots els recursos necessaris per elaborar documents de tota classe, des de l'informe més sofisticat fins a la carta més simple. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

♥ Centre Cívic de Bonavista

Del 28 d'abril al 14 de maig, cada dimarts i dijous, de 17.30 a 19.30 h



ECOSISTEMA INSTAGRAM **N**

Descobrirem com treure profit d'Instagram utilitzant diferents aplicacions d'edició fotogràfica i de stories.

A càrrec d'Albert Anguera, d'@igerscatalonia.

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

5 i 7 de maig, dimarts i dijous de 18 a 20 h i divendres 8 de maig de 17.30 a 20.30 h.

RETOC FOTOGRÀFIC AMB GIMP **N**

Gimp és un programari lliure que permet crear dissenys, tractar imatges digitals i fins i tot treballar amb capes i transparències. Cal tenir coneixements d'informàtica i internet. A càrrec de Multimèdia Tarragona.

♥ Centre Cívic de Sant Salvador

20, 25 i 27 de maig, dilluns i dimecres, de 17.30 a 20.30 h



GESTIÓ DE FOTOGRAFIES AL MÒBIL **N**

T'has afartat del missatge automàtic al teu telèfon de "memòria insuficient"? Saps que hi ha aplicacions en línia que ens ajuden a desar, organitzar i compartir? Vine i te les ensenyarem! Cal portar l'smartphone i una memòria USB amb capacitat per desar fotografies.

A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Bonavista

Del 26 de maig al 9 de juny, els dimarts i dijous, de 17.30 a 19.30 h

EDICIÓ DE VÍDEO AMB EL MÒBIL **N**

Si a tu el que t'agrada és penjar vídeos a les xarxes, en aquest curs t'ensenyarem diferents aplicacions que t'ajudaran a editar, posar filtres i música i tot allò que se't pugui acudir. Cal portar smartphone.

A càrrec de Multimèdia Tarragona.

Centre Cívic de Bonavista

De l'11 al 18 de juny, dimarts i dijous, de 17.30 a 20.30 h

IDIOMES I LLENGÜES

Et proposem fer un tastet de l'idioma que et cridi més l'atenció. Podràs aprendre'n vocabulari i gramàtica i practicar-ne la pronunciació en un ambient lúdic i dinàmic.

INTRODUCCIÓ A L'ALEMANY

A càrrec de Núria Andrés

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 13 de febrer al 23 d'abril, cada dijous, de 18.30 a 20 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ A L'ITALIÀ

A càrrec de Gianni Sarno

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 13 de febrer al 23 d'abril, cada dijous, de 19.15 a 20.45 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ A L'ANGLÈS

Centre Cívic de Bonavista

A càrrec de Núria Costa

Del 17 de febrer al 4 de maig, cada dilluns, de 19 a 20.30 h

Preu: 28,50 €

Centre Sociocultural de la Part Alta

A càrrec d'Isabelle Bénédicte Toussaint

Del 17 de febrer al 18 de març, cada dilluns i dimecres, d'11.30 a 13 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ AL FRANCÈS

A càrrec d'Isabelle Bénédicte Toussaint

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 17 de febrer al 18 de març, cada dilluns i dimecres, de 9.30 a 11 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ AL PORTUGUÈS

A càrrec d'Isamara Chiodini

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 17 de febrer al 4 de maig, cada dilluns, de 19 a 20.30 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ AL RUS

A càrrec de Liudmila Bondar

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 18 de febrer al 28 d'abril, cada dimarts, de 18 a 19.30 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ AL XINÈS

A càrrec de Xueling Wang

Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 19 de febrer al 29 d'abril, cada dimecres, de 19.15 a 20.45 h

Preu: 28,50 €

INTRODUCCIÓ A LA LLENGUA DE SIGNES CATALANA (LSC)

Amb aquest taller es pretén proporcionar a l'alumnat uns coneixements generals sobre la sordesa i adquirir un nivell de comprensió i expressió en LSC bàsic que faciliti l'intercanvi comunicatiu amb persones sordes.

A càrrec de FESOCA.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

Del 6 de març al 3 d'abril, cada divendres, de 17 a 20 h

Preu: 62 €

CONVERSA EN ANGLÈS, ALEMANY, FRANCÈS I ITALIÀ

Espai pensat per a aquelles persones que volen practicar la conversa però no tenen la possibilitat de fer-ho o els frenen els dubtes.

ANGLÈS NIVELL INICIAL

Centre Cívic de Bonavista

A càrrec de Núria Costa

Del 19 de febrer al 6 de maig, cada dimecres, de 19 a 20.30 h

Preu: 28,50 €

Centre Sociocultural de la Part Alta

A càrrec d'Isabelle Bénédicte Toussaint

Del 23 de març al 4 de maig, cada dilluns i dimecres,
d'11.30 a 13 h

Preu: 28,50 €

ANGLÈS NIVELL AVANÇAT

A càrrec de Núria Costa

Centre Cívic de Torreforta

Del 18 de febrer al 28 d'abril, cada dimarts, de 19 a 20.30 h

Preu: 28,50 €

FRANCÈS NIVELL INICIAL

A càrrec d'Isabelle Bénédicte Toussaint

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 23 de març al 4 de maig, cada dilluns i dimecres,
de 9.30 a 11 h

Preu: 28,50 €

ALEMANY NIVELL INICIAL

A càrrec de Marina Carpio

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 30 d'abril a l'11 de juny, cada dijous, de 18 a 20 h

Preu: 28,50 €

ITALIÀ

A càrrec de Gianni Sarno

♥ Centre Sociocultural de la Part Alta

Del 30 d'abril al 18 de juny, cada dijous, de 19.15 a 21 h

Preu: 28,50 €

CUINA I GASTRONOMIA

COQUES SALADES

Des de zero! Farem la massa, prepararem diferents farcits i fornejarèm. Combinacions poc vistes, sorprenents i, sobretot, delicioses!
A càrrec d'Alba Molas.

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

10 de febrer, dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 15 €

POSTRES DEL MÓN

Receptes internacionals per donar una volta gastronòmica al món des de casa vostra.
A càrrec de Mònica Roig.

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

13 de febrer, dijous, de 17 a 19.30 h

Preu: 11,75 €

DEL MERCAT A LA CASSOLA **N**

Taller de cuina tradicional on aprendrem a cuinar amb productes de temporada i diferents coccions. A càrrec de Xavier Mestre.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

18 de febrer, dimarts, de 17 a 20 h

Preu: 15 €

TALLER DE CROQUETES

En aquest taller t'ensenyarem els trucs per elaborar una bona massa i diferents farcits. A càrrec de TgnCooking.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

25 de febrer, dimarts, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 15 €

CANELONS DOLÇOS I SALATS **N**

En aquest curs, sortirem de les típiques receptes de canelons tradicionals. A càrrec de Mònica Roig.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

12 de març, dijous, de 17 a 19.30 h

Preu: 11,75 €

SOPARS RÀPIDS

Aprendrem els millors mètodes per fer sopars ràpids, saludables, originals i fàcils de preparar.
A càrrec de Xavier Mestre.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

16 i 17 de març, dilluns i dimarts, de 17 a 20 h

Preu: 28,50 €

TALLER DE SUSHI

Si us apassiona el sushi i no us atreviu a fer el pas de fer-lo vosaltres mateixos, no us podeu perdre aquest taller!
A càrrec de TgnCooking.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

24 de març, dimarts, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 18,50 €

TALLER D'HAMBURGUESES



Taller on elaborareu des del pa fins als millors complements i salses per aconseguir una saborosa hamburguesa. A càrrec de Xavier Mestre.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

1 d'abril, dimecres, de 17 a 20 h

Preu: 15 €

RECEPTES SALUDABLES AMB CEREALS I LLEGUMS

Menjar cereals i llegums no serà mai avorrit si hi posem una mica d'imaginació! Quinoa, fajol, mill, lleties i cigrons cuinats de manera diferent i original. A càrrec de Mònica Roig.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

16 d'abril, dijous, de 17 a 19.30 h

Preu: 15 €

POSTRES EN GOT: VA DE CÍTRICS!

Les postres individuals cada cop són l'elecció més freqüent entre els restauradors. Una opció pràctica i de fàcil emplatat. A càrrec d'Alba Molas.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

20 d'abril, dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 11,75 €

PATÉS DE PLANTES SILVESTRES

Vols aprendre a fer patés amb plantes silvestres? Vine i aprèn quines plantes són, i com es poden fer! A càrrec de La Silvestrina.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

21 d'abril, dimarts, de 18 a 20 h

Preu: 11,75 €

CUINA TAILANDESA, UTILITZEM ELS CURRIS **N**

Aprendrem a utilitzar els ingredients principals, com els curris, la llet de coco o les salses de peix.

A càrrec de Griselda Fosch i Concepció Bardaji.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

30 d'abril, dijous, de 17 a 19 h

Preu: 25 €

TAPES DE PRIMAVERA

En aquest curs aprendrem a fer tapes amb productes de temporada. A càrrec de TgnCooking.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

5 de maig, dimarts, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 15 €

SEMIFREDS I GLACEJATS **N**

Comença la calor i no tens ganes d'engegar el forn? Els semifreds són la teva solució! A càrrec d'Alba Molas.

Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

11 de maig, dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 18,50 €

POSTRES DE RESTAURANT **N**

Vols sorprendre els teus convidats oferint postres diferents i amb una presentació sorprenent? Aquest és el teu curs! A càrrec de TgnCooking.

♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

19 de maig, dimarts, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 18,50 €

TRAIEM PARTIT DEL PEIX **N**

Un taller on cuinarem amb diferents tipus de peix i receptes actuals i tradicionals.

A càrrec de Concepció Bardají i Griselda Fosch.

♥ Centre Cívic de Sant Pere i Sant Pau

28 de maig, dijous, de 18 a 20 h

Preu: 25 €



INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

INFORMACIÓ I SUPORT A LA INSCRIPCIÓ

Inscripcions a partir del 20 de gener al web

<http://centrescivics.tarragona.cat>.

No s'efectuaran, en cap cas, inscripcions o reserves per telèfon.

Les places són de caràcter nominal. Si no podeu assistir al curs, feu-ho saber a través del correu facilitat i s'assignarà la plaça a la següent persona de la llista d'espera.

La programació de les activitats està adreçada a persones majors de 18 anys, exceptuant-ne les que s'indiquen a la llegenda de la publicació.

50 % de descompte, no acumulable, en totes les activitats organitzades per la Xarxa de Centres Cívics per a:

- Persones aturades o pensionistes.
- Membres de famílies monoparentals o nombroses.
- Persones amb el carnet TarragonaJove o la Targeta Kesse.
- Persones amb el carnet del Club dels Tarraconins.

El preu de les activitats familiars inclou l'assistència d'un adult i un infant.

Durant les festes de Setmana Santa (del 6 al 13 d'abril del 2020) no es farà cap curs monogràfic.

En el cas que els materials vagin a banda, se n'ha d'abonar el cost el dia que comença el taller. En els tallers de pintura, introducció al dibuix, Bullet Journal, restauració de mobles i ganxet i punt de mitja el cost dels materials dependrà de la peça que es treballi.

L'Ajuntament no es fa responsable del material ni dels objectes personals que les persones usuàries dipositin a la sala on es faci el taller.

Trobareu més informació a qualsevol dels centres cívics de la Xarxa.

SUSPENSÍO 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, exclusivament, per raons que li siguin alienes. També es reserva el dret de modificar les condicions dels cursos per raons organitzatives.

DEVOLUCIÓ DE LES MATRÍCULES

Les devolucions s'efectuaran únicament en el cas que l'organització anul·li el taller. Es tramitaran en els dos mesos posteriors a la campanya i s'efectuaran per transferència a compte bancari. Per fer-les efectives serà imprescindible lliurar a l'OMAC una instància general sol·licitant la devolució i adjuntant el resguard d'ingrés de la inscripció, el número de compte i una fotocòpia del DNI.

Un disseny inclusiu, 100% social.

La imatge gràfica d'aquest programa d'activitats hivern-primavera 2020 de la Xarxa de Centres Cívics és el resultat de la creativitat i la passió de les persones que formen part de l'Estudi Creatiu i de Disseny.

L'Estudi és una iniciativa de la Fundació Topromi (de la Fundació Catalunya-La Pedrera) i de la cooperativa El Far que uneix el disseny gràfic amb la transformació social, ja que potencia l'originalitat en el pensament i en l'expressió de les persones amb diversitat funcional.

L'edició d'aquest llibret està feta seguint recomanacions d'accessibilitat i lectura fàcil, la qual cosa garanteix l'accés de totes les persones als textos i en especial a les persones amb dificultats lectores transitòries.



centrescivics.tarragona.cat



www.facebook.com/CentrescivicsTarragona



www.instagram.com/centrescivicstgn
@CentresCivicsTGN

Etiqueta les teves fotos amb: #CentresCivicsTGN #FanXTU