

Cursos primavera 2018

Centre Cívic Banyoles

INFORMÀTICA

Iniciació a les tauletes i mòbils + 55

Coneix com treure el màxim rendiment als teus dispositius: correu electrònic, imatges, vídeos, missatges, descarregar i eliminar aplicacions, Wi-Fi, compartir, Bluetooth, navegadors... Tot un món.

Expert: **Martirià Pagès**

Núm. de places: 12

Horari: dimecres, de 3 a 4 de la tarda

Període: de l'11 d'abril al 13 de juny (10 sessions)

Preu: **50€** tot el curs

Codi: 2018/39

Cada usuàri/a ha de portar el seu telèfon mòbil o tauleta.

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Programa Gent Gran Activa.

Crea el teu Logo

Crea el teu propi logo i aplica'l a diferents formats: web, xarxes socials, fulletons, anuncis, targetes.... Et pot ser útil a nivell personal, per a la teva empresa o botiga, per a associacions....

Expert: **Martirià Pagès**

Núm. de places: 12

Horari: dilluns, de 3 a 4 de la tarda

Període: del 16 d'abril al 18 de juny (10 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/40

Cada usuàri/a ha de portar el seu ordinador portàtil

Edició de fotografia i revelat Raw

Revelat que ens permet obtenir resultats més satisfactoris i fotografies digitals de més qualitat. Aprendre les claus per treballar el negatiu digital i poder-lo retocar i ajustar de manera més òptima, alhora que en podem fer una bona edició.

Expert: **Pere Aurich**

Núm. de places: 12

Horari: dimarts, de 2/4 de 8 a 9 del vespre

Període: del 17 d'abril al 12 de juny (8 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/41

Cada usuària/a ha de portar el seu ordinador portàtil

CUINA

Cuinem el que volem

Elaborarem els nostres propis menús amb aquells plats que més en agradin. En valorarem l'equilibri nutricional, que siguin atractius, saludables... Després, entre tots els cuinarem i ens els menjarem.

Experts: **Judit Torres i Ass. Junts i Endavant**

Núm. de places: 12

Horari: dimarts, de 7 a 2/4 de 9 del vespre

Període: del 8 al 22 de maig (3 sessions)

Preu: **30€** tot el curs

Codi: 2018/42

Això va de pa: pans diferents

Avui en dia entrar en una fleca és un festival per als nostres sentits. Hi trobem pans de tot tipus de farines (blat, espelta, xeixa, kamut, arròs....) i no tan sols això, es poden combinar i acompanyar amb multitud d'ingredients diferents: llavors, fruits secs, olives, formatges, fruita.... Vine a la fleca, l'elaborarem i te'n descobrirem tots els secrets.

Expert: **Joan Pujol**. Flequer de Can Japet.
Núm. de places: 12
Horari: dimarts, de 7 a 9 del vespre
Període: 8 i 15 de maig (2 sessions)
Preu: **30€** tot el curs
Codi: 2018/43

El curs es realitzarà a la Fleca Can Japet. Plaça de la Font 5

A Banyoles cuinem flors

Cuinar amb flors ens pot semblar estrany i inusual, però no és cap de les dues coses. A l'edat mitjana ja es feia, i en concret, ja es feia al Pla de l'Estany. Coincidint amb l'exposició de flors de Banyoles us proposem un curs de cuina on les flors hi tindran un paper destacat.

Expert: **Jordi Brugués**. Cuiner
Núm. de places: 12
Horari: dimarts i dijous, de 10 del matí a 2/4 de 12 del migdia
Període: del 29 de maig al 7 de juny (4 sessions)
Preu: **50€** tot el curs
Codi: 2018/44

IDIOMES

Català Bàsic 1

El Servei Comarcal de Català organitza cursos de nivell B1 adreçats a persones nouvingudes que no entenen el català i volen adquirir les habilitats de comprensió i de producció oral de frases simples que els permetin actuar mínimament en situacions quotidianes.

Expert: **Consorti per a la Normalització Lingüística**
Núm. de places: 20
Horari: dimarts i dijous, de 2/4 de 10 del matí a 2/4 de 12 del migdia
Període: del 10 d'abril al 21 de juny
Preu: **Bonificat. Sols s'abona la matrícula**
Codi: 2018/45

El curs es realitzarà a l'espai socioeducatiu del barri de Canaleta. Carrer Mas Usall 1, baixos 2a.

Inscripcions i prova de nivell: 3 d'abril de 4 de la tarda a 7 del vespre i 5 d'abril de 5 de la tarda a 7 del vespre al Centre Cívic Banyoles. Necessari saber llegir i escriure.

Català Bàsic 2

El Servei Comarcal de Català ofereix un curs B2 per a aquelles persones que ja han cursat el B1 i volen continuar aprenent i perfeccionant el català.

Expert: **Consorti per a la Normalització Lingüística**

Núm. de places: 20

Horari: dimarts i dijous, de 3 a 5 de la tarda.

Període: del 10 d'abril al 21 de juny

Preu: **Bonificat. Sols s'abona la matrícula**

Codi: 2018/46

El curs es realitzarà a Centre Cívic Banyoles. Carrer Barcelona 52, baixos.

Inscripcions i prova de nivell: 3 d'abril de 4 de la tarda a 7 del vespre i 5 d'abril de 5 de la tarda a 7 del vespre al Centre Cívic Banyoles. Necessari saber llegir i escriure.

Anglès II

Curs on es compagina la conversa i la gramàtica amb la finalitat d'agafar domini de la llengua anglesa.

Experta: **Ivet Ramió**

Núm. de places: 15

Horari: dimarts, de 6 de la tarda a 2/4 de 8 del vespre

Període: del 10 d'abril al 19 de juny (10 sessions)

Preu: **70€** tot el curs

Codi: 2018/47

Anglès I

Adreçat a aquelles persones que en saben una mica i volen aprofundir més en l'idioma.

Experta: **Ivet Ramió**

Núm. de places: 15

Horari: dimarts, de 2/4 de 8 a 9 del vespre

Període: del 10 d'abril al 19 de juny (10 sessions)

Preu: **70€** tot el curs

Codi: 2018/48

Espai multilingüístic

Us oferim un espai per a totes aquelles persones que volgueu practicar una o diverses llengües. Pot ser l'idioma que vosaltres trieu, una única llengua, fer intercanvi... Vosaltres us ho dissenyeu a la vostra mida. Sols heu de venir en parella o petit grup i posar fil a l'agulla.

Experts: **els propis integrants del grup**

Núm. de places: 15

Horari: dimarts, de 7 a 8 de la tarda

Període: del 10 d'abril al 19 de juny

Preu: **gratuït**

Codi: 2018/49

Italià

Curs on es prioritzarà la conversa i s'aprofundirà en l'ortografia i la gramàtica. també es realitzaran algunes activitats específiques en italià. Per a aquelles persones que ja coneixen l'idioma.

Experta: **Anna Bahí**

Núm. de places: 15

Horari: dijous, de 7 de la tarda a 2/4 de 9 del vespre

Període: del 12 d'abril al 21 de juny (11 sessions)

Preu: **80€** tot el curs

Codi: 2018/50

Iniciació a la llengua àrab per a adults.

Curs d'iniciació a la llengua àrab. Es treballarà principalment l'alfabet i la seva grafia, així com frases d'ús quotidià. Es combinarà gramàtica i conversa.

Expert: **Karim Akdi. Associació Al Houda**

Núm. de places: 10

Horari: dimarts, de 10 del matí a 2/4 de 12 del migdia

Període: del 17 d'abril al 12 de juny (8 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/51

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

CREIXEMENT PERSONAL

Ioga per a adults

El Ioga ens aporta molts beneficis: millora la flexibilitat, la salut en general, reeduca posturalment, millora l'estat d'ànim, el pensament positiu ... Ens dona eines per desenvolupar el nostre màxim potencial a tots nivells. Sense forçar, ampliant els propis límits amb comoditat, valorant més com hi arribem que a on arribem, desenvoluparem així unes actituds i patrons mentals positius que ens ajudaran a estar millor en el nostre dia a dia.

Classes aptes per a tothom (no cal tenir cap nivell ni ser més o menys flexible)

Expert: **Raul Carracelas**

Núm. de places: 15

Horari: dimecres, de 8 a 2/4 de 10 del vespre

Període: de l'11 d'abril al 20 de juny (10 sessions)

Preu: **80€** tot el curs

Codi: 2018/52

Cal portar roba còmoda, una manta o una tovallola, una màrrega i uns mitjons.

L'activitat és dura a terme a La Cúpula. Àrea de Benestar Social del Consell Comarcal del Pla de l'Estany. Carrer Pere Alsius 10.

Taller de Resiliència

La resiliència és la capacitat que tenim els humans per adaptar-nos de manera positiva a situacions adverses. En aquest taller es donaran eines per enfortir i empoderar-nos de les nostres habilitats personals. Una oportunitat per adquirir estratègies assertives, recursos per enfrontar-nos a la vida des de diferents àmbits: l'alimentació, el cos i la ment, el sentit de l'humor, les relacions i el poder de la paraula.

Experta: **Fina Trullàs**

Núm. de places: 12

Horari: divendres de 10 del matí a 2/4 de 12 del migdia

Període: del 13 d'abril a l'1 de juny (8 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/53

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Massatge infantil.

Amb el massatge infantil es pretén establir i fomentar, mitjançant el tacte, un vincle sa, entre pares, mares i/o cuidadors, i els nadons. La finalitat és que el nen/a es senti estimat, valorat i respectat, establint així, una bona base per al seu futur.

Expertes: **Nuri i Anna**. Estudiants de massatge infantil en pràctiques. AEMI
Núm. de places: 6 famílies amb nadons entre 0 i 11 mesos.
Horari: dilluns, de 2/4 de 10 a 11 del matí
Període: del 16 d'abril al 14 de maig (5 sessions)
Preu: **activitat gratuïta, cal inscripció prèvia. Cal aportar 5€ en concepte de material.**
Codi: 2018/54

Cal portar roba còmoda, una màrfega, un coixí (adults) i una manta i una tovallola pel nadó.

El curs es realitzarà al socioeducatiu Tangram, ubicat al Casal de Barri de Sant Pere. Carrer Maria Montessori s/n.

Qui és qui? Curs d'Eneagrama.

Segurament l'Eneagrama és el sistema més simple, ampli i profund per conèixer-se a sí i als altres. Vine a conèixer els 9 tipus bàsics de personalitat, els seus punts forts i els seus punts febles, així com les seves direccions de creixement. Descobriràs un nou llenguatge per captar-te a tu i a la gent que t'envolta.

Expert: **Francesc Mora**
Núm. de places: 12
Horari: dilluns, de 10 del matí a 2/4 de 12 del migdia
Període: del 16 d'abril a l'11 de juny (8 sessions, el 23 d'abril no hi ha classe)
Preu: **55 €** tot el curs
Codi: 2018/55

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Canvia de xip! Eines de PNL.

La PNL (Programació Neuro Lingüística) és una caixa d'eines per detectar i renovar aquelles maneres de pensar, sentir o actuar que ja no ens funcionen.

La PNL no creu en la idea de què els canvis hagin de ser llargs, difícils i/o dolorosos. Creu que tots tenim infinitat de capacitats potencials i proposa exercicis senzills i adaptats a cadascú per tal de portar-les a terme i així millorar les habilitats socials i les relacions humanes.

Vine a aprendre d'una manera lúdica i pràctica una de les disciplines més potents que existeixen actualment pel canvi personal.

Expert: **Francesc Mora**

Núm. de places: 12

Horari: dijous, de 10 a 2/4 de 12 del matí

Període: del 19 d'abril al 14 de juny (10 sessions)

Preu: **60** € tot el curs

Codi: 2018/56

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Resolució de conflictes en la vida quotidiana.

El curs pretén, des d'una visió molt pràctica apropar-nos als conflictes de la vida quotidiana, quins són, com els vivim, com es perceben, com ens comuniquem, com afecten a la nostra salut emocional, al temps que afavorim eines per a la gestió positiva i millora de la convivència.

- Els conflictes i com ens afecten.
- Joc de percepció. Que dius que veus.
- Com actuem davant el conflicte.
- El cos com a mirall dels nostres conflictes.
- Canviem la percepció, millorem la salut emocional.
- Reconèixer l'altre i presa de decisions.
- Comuniquem-nos en positiu.
- Cohesió social. Conflicte i convivència ciutadana.
- Eines per prevenir i gestionar el conflicte.

Expert: **Ferran Camps**

Núm. de places: 12

Horari: dijous, de 7 de la tarda a 8 del vespre

Període: del 19 d'abril al 14 de juny (9 sessions)

Preu: **45 €** tot el curs

Codi: 2018/57

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Xerrada: Parlem dels nostres somnis.

Els somnis parlen de nosaltres, de qui els somnia. Els somnis ens recorden coses que tenim pendents i que és important resoldre. Els somnis també ens donen solucions als nostres problemes, ens aporten solucions imaginatives que nosaltres no pensaríem. Els somnis ens suggereixen aspectes que tenim descuidats.

Expert: **Josep Maria Cabra Roca. Psicòleg i terapeuta gestàltic, format en psicologia integrativa i treball en somnis.**

Núm. de places: 10

Horari: dimarts a 2/4 de 7 de la tarda.

Període: 8 de maig

Preu: **activitat gratuïta, cal inscripció prèvia**

Codi: 2018/58

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Xerrada: Què en sabem dels protectors solars?

Què és el factor de protecció solar? Fins a quin punt ens protegeix? Quins productes tòxics hem d'evitar en les cremes i llets solars? Quin impacte tenen en el medi ambient? Aquestes i moltes altres qüestions seran la base de la xerrada. Vine i no et quedis amb cap dubte.

Expert: **Col·lectiu Pell Sana**

Núm. de places: 25

Horari: dilluns, a les 7 de la tarda.

Període: 21 de maig

Preu: **activitat gratuïta, cal inscripció prèvia.**

Codi: 2018/59

Ioga per a adults. A l'aire lliure.

És estiu i fa bon temps, us proposem un curs de ioga a l'aire lliure per gaudir de tots els seus beneficis en un entorn natural.

Classes aptes per a tothom (no cal tenir cap nivell ni ser més o menys flexible)

Expert: **Raul Carracelas**

Núm. de places: 15

Horari: dimecres, de 8 a 2/4 de 10 del vespre

Període: del 27 de juny al 25 de juliol (5 sessions)

Preu: **40€** tot el curs nous participants.

30€ tot el curs antics participants (mínim haver realitzat 2 trimestres)

Codi: 2018/60

Cal portar roba còmoda, una manta o una tovallola, una màrrega i uns mitjons.

L'activitat és dura a terme al parc Manel Saderra. En cas de pluja l'activitat es realitzarà al gimnàs de l'escola Pla de l'Ametller.

EL NOSTRE CALAIX DE SASTRE

Iniciació a la decoració d'interiors.

Tens interès pel tema de la decoració? Vols saber sobre nocions bàsiques d'interiorisme? Vine a conèixer i aprendre els fonaments bàsics d'aquesta fascinant disciplina: la llum, el color, els materials, les necessitats i els gustos personals... Tot un ampli ventall per descobrir!

Experta: **Helena Tarrés**

Núm. de places: 12

Horari: dilluns de 7 de la tarda a 2/4 de 9 del vespre

Període: del 16 d'abril a l'11 de juny (8 sessions, el dia 23 d'abril no hi ha classe)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/61

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Posem fil a l'agulla. Costura creativa

Curs de costura on la importància no rau sols en la confecció sinó també en la creativitat: confeccionarem estotjos, coixins diferents, suports per a les portes i un munt de coses boniques!

Experta: **Mercè Olló.**

Núm. de places: 10

Horari: dimecres, de 6 de la tarda a 2/4 de 8 del vespre

Període: del 18 d'abril al 6 de juny (8 sessions)

Preu: **60** tot el curs. Material a càrrec dels alumnes.

Codi: 2018/62

El curs es realitzarà al Casal del Barri de Mas Palau. Carrer Doctor Bohigues 19, baixos.

Taller creatiu de moble decorat.

Us proposem que a partir d'un moble qualsevol, sense valor històric, aplicant un procés decoratiu i seguint la creativitat de cadascú, arribar a un resultat de moble personalitzat. La finalitat és obtenir una imatge i acabat de la peça ben diferent a la del punt de partida. El taller està adreçat a qualsevol persona, que vulgui decorar amb pintura, paper, roba... qualsevol tipus de mobles o altres objectes, o que desitgi renovar mobles d'aspecte deteriorat i així integrar-los en un nou ambient. No calen coneixements previs.

Experta: **Mercè Olló.**

Núm. de places: 10

Horari: dimecres, de 8 a 2/4 de 10 del vespre

Període: del 18 d'abril al 6 de juny (8 sessions)

Preu: **60** tot el curs . Material bàsic i específic a càrrec dels alumnes.

Codi: 2018/63

La pràctica es fa sobre les peces aportades pels propis alumnes. Es recomana dur peces no gaire grans: tauletes, cadires, marcs, caixes, petites prestatgeries . Les peces poden ser de fusta o laminat, prèviament pintat o no, (en bon o mal estat els acabats). L'estructura de la peça a decorar ha d'estar en bon estat , ja que aquest curs no inclou fusteria ni restauració. Cada alumne ha de portar les seves eines. El material bàsic serà d'ús comunitari.

BALL I ACTIVITAT FÍSICA

Exercici físic i salut

Una nova proposta per treballar el cos de manera equilibrada. Exercicis d'estiraments basats en el Ioga i el Pilates amb la finalitat d'oferir més recursos en la prevenció i millora de la nostra salut. Per mantenir-nos en plenes facultats i en forma.

Expert: **Consell Esportiu Pla de l'Estany**

Núm. de places: 15

Horari: dijous d'1/4 de 4 a 1/4 de 5 de la tarda

Període: del 5 d'abril al 21 de juny (12 sessions)

Preu: **70€** tot el curs.

Codi: 2018/64

Cal portar roba còmoda, una manta o una tovallola i uns mitjons
El curs es realitzarà al Centre de Tecnificació Esportiva de la Farga.

Sevillanes. Nivell I

Curs on aprendrem a ballar les quatre sevillanes de manera tradicional, respectant les tècniques de braceo, zapateo, etc. Amb una mica d'esforç i constància aviat et podràs lluir en aquest ball!

Experta: **Noemí Osorio**

Núm. de places: 12

Horari: dilluns, de 2/4 de 4 a 2/4 de 5 de la tarda

Període: del 16 d'abril al 18 de juny (10 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/65

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Sevillanes. Nivell II

Curs de nivell més avançat per a persones que ja dominen una mica el ball i les diferents tècniques de les sevillanes

Experta: **Noemí Osorio**

Núm. de places: 12

Horari: dilluns, de 2/4 de 5 a 2/4 de 6 de la tarda

Període: del 16 d'abril al 18 de juny (10 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/66

El curs es realitzarà al Casal Cívic (abans Casal de Gent Gran de Banyoles). Obert a tot el públic.

Flamenc

Classes de flamenc on aprendrem a ballar-lo a través del compàs, diferenciant els diferents pals amb braceos, zapateaos, marcatges i sobretot passant-ho bé.
Nivell mig

Experta: **Noemí Osorio**

Núm. de places: 12

Horari: dimecres, de 7 de la tarda a 8 del vespre

Període: del 18 d'abril al 20 de juny (10 sessions)

Preu: **60€** tot el curs

Codi: 2018/67

Programa Gent Gran Activa

Centre Cívic Banyoles

Gimnàstica de manteniment.

Diferents cursos de gimnàstica de manteniment adreçats a totes aquelles persones de Banyoles majors de 55 anys. Per mantenir-se en forma.

Experts: **Professionals de l'activitat física. Ventall Serveis.**

Núm. de places: 15/20 en funció del lloc de realització.

Gimnàstica:

- Pavelló de la Draga: - Dilluns de 9 a 10 del matí.
Codi: 2018/68
 - Dilluns de 10 a 11 del matí.
Codi: 2018/69
 - Divendres de 9 a 10 del matí.
Codi: 2018/70
 - Divendres de 10 a 11 del matí.
Codi: 2018/71

- Centre Cívic Banyoles: - Dimarts de 9 a 10 del matí.
Codi: 2018/72
 - Dijous de 9 a 10 del matí
Codi: 2018/73

- Casal de Sant Pere: - Dijous de 2/4 de 5 a 2/4 de 6 de la tarda
Codi: 2018/74

Ioga:

- Casal de Mas Palau: Ioga Mobilitat Reduïda
 - Dilluns de 6 a 7 de la tarda
Codi: 2018/75
 - Dimecres de 5 a 6 de la tarda
Codi: 2018/76

- Gimnàs del Pavelló de la Farga: Ioga
 - Divendres de 2/4 de 10 a 2/4 d'11 del matí
Codi: 2018/77

Relaxació:

- Casal Cívic (abans Casal Gent Gran):
 - Dijous de 2/4 de 10 a 2/4 d'11 del matí
Codi: 2018/78

Memòria:

- Casal Cívic (abans Casal Gent Gran):
 - Divendres de 4 a 2/4 de 6 de la tarda
Codi: 2018/79
 - Divendres de 2/4 de 6 de la tarda a 7 del vespre
Codi: 2018/80

Període: Tots els grups començaran la setmana del 2 d'abril de 2018 i finalitzaran la setmana de l'1 de juny de 2018.

Preu trimestral : **15€** per un dia a la setmana i **30€** per dos dies

Inscripcions Gimnàstica de Manteniment: de 4 de la tarda a 7 del vespre al Centre Cívic Banyoles (Carrer Barcelona 54, baixos)

Ja tenim data per a la cloenda!!!!

Animeu-vos a participar de la 6a Trobada Esportiva per a la Gent Gran del Pla de l'Estany. L'acte es durà a terme el dissabte 12 de maig, al llarg del matí, al Pavelló de Camós. Un munt d'activitats per fer i compartir. Cal inscripció prèvia.

No hi falteu, us esperem a tots i a totes.

EXPOSICIONS

No et perdís les exposicions del Centre Cívic. Vine a veure-les i anima't a muntar-ne una .

Exposicions de primavera

ANY FABRA. QUINA PARAULA CATALANA T'AGRADA MÉS?

Del 9 d'abril al 11 de maig

Exposició enmarcada dins els actes de l'Any Fabra. Mostra participativa on tothom podrà triar i exposar la "seva" paraula en català, aquella que més li agradi: pel seu significat, pels records que li provoca, pel seu so...

Organitza: **Consorti per a la Normalització Lingüística**

ELS NENS DE LA FARGA. FOTOGRAFIES D'ESTEVE VILARRÚBIES

De 14 de maig al 29 de juny

Exposició del fotògraf banyolí **Esteve Vilarrúbies**. Guanyador del 1er premi, en la modalitat documental, de la I Biennial de Fotografia Girona 2007, organitzada pel l'INSPAI, Centre de la Imatge de la Diputació de Girona.

Els Nens de la Farga reivindica l'espai públic com a espai de joc per als nens i les nenes. El barri de la Farga de Banyoles és un dels darrers vestigis on es juga lliurement al carrer.

RECULL GRÀFIC: OMPLE'M DE FLORS

Del 2 al 31 de juliol

Recull gràfic que mostra el treball dut a terme pels veïns i veïnes i les associacions del barri de la Farga de Banyoles, en el projecte de l'exposició de flors de la ciutat.

Vine a veure l'expo i anima't a participar al barri!!!!

PLEGATS FEM FARGA.

Una xarxa d'associacions al servei del barri i de la ciutat.

Cada tercer dimecres de mes, a les 7 de la tarda, diferents associacions i veïns a títol individual, de Banyoles i de la Farga, ens trobem al Centre Cívic per tractar qüestions relacionades amb el barri. Entre tots i totes avancem per enfortir el teixit associatiu i aconseguir millores ciutadanes. Obert a tota la ciutadania.

Centre Cívic Banyoles

Serveis:

Assessorament jurídic

Què s'ofereix?

Assessorament jurídic a càrrec d'un advocat professional. El servei és gratuït i obert a tothom de la comarca del Pla de l'Estany.

Què es pot fer?

Consultes sobre temes d'habitatge, estrangeria, laborals, herències, separacions, etc.

Com fer-ho?

Mitjançant cita prèvia, per telèfon o presencialment al Centre Cívic.

El Punt Òmnia. Espai d'accés a les noves tecnologies.

QUÈ ÉS?

El Punt ÒMNIA és un espai d'accés a les noves tecnologies (TIC), gratuït i obert a tota la ciutadania. Compta amb 16 ordinadors (Windows i programari lliure), impressora, escàner, projector, càmera fotogràfica i connexió a Internet.

QUÈ OFEREIX?

A la ciutadania:

- ACTIVITATS FORMATIVES: **Cursos, tallers o càpsules**, que combinen l'aprenentatge de les noves tecnologies amb diferents temàtiques.
- ACTIVITATS D'ACCÉS LLIURE (amb el suport d'una dinamitzadora)
 - **Aules obertes per a infants, joves i persones adultes**
 - **Club feina:**
 - **Tràmits on-line:**

A entitats i serveis:

- ACTIVITATS "EN XARXA": Cursos o tallers dirigits i programats amb la col·laboració d'altres serveis del territori.
- CESSIÓ D'ESPAI: per la realització d'activitats formatives TIC.

A QUI S'ADREÇA

És obert a la participació de qualsevol persona i, de manera específica, als col·lectius que es troben en situació de risc social.

CALENDARI i HORARI

Obert tot l'any excepte agost i festius.

Horari: de dilluns a divendres de 3 de la tarda a 8 del vespre.

* Diferents franges horàries en funció de l'activitat o curs programat.

MÉS INFORMACIÓ

Tel. 972 58 07 41

Blog: <http://blog.xarxa-omnia.org/omniabanyoles/>

Mail: ccbanyoles@xarxa-omnia.org

Els participants als cursos anteriors del Fem Grans Àpats és trobem cada primer divendres de mes de les 10 del matí a les 4 de la tarda al Centre Cívic per cuinar, fer un bon dinar en companyia i fer-la petar. Afegeix-te al grup [Els cuiners de l'Estany](#).

El centre Cívic és un espai obert a propostes actives. Només cal que us hi passeu i en parlem. Us esperem!

***Trobaràs totes les novetats, notícies, cursos i informacions a la web: www.centrecivicbanyoles.net**

Inscripcions

Les inscripcions cal realitzar-les al Centre Cívic Banyoles (carrer Barcelona, 54) fins 10 dies abans d'iniciar-se cada curs. **La inscripció es formalitzarà un cop realitzat el pagament bancari. No es faran reserves de plaça, la prioritat anirà per ordre de pagament. Un cop començat el curs no es retornarà el pagament.**

Es pot realitzar la inscripció a la pàgina web: www.centrecivicbanyoles.net

Totes les persones que presentin el *Carnet municipal de la gent gran +65* tindran un descompte del 25 % en la inscripció als cursos del Centre Cívic. Els cursos del programa Gent Gran Activa no estan inclosos en aquesta promoció (informàtica +55, gimnàstica de manteniment). Tots els cursos estan adreçats a majors de 16 anys, en cas contrari s'especificarà a cada taller.

Per a més informació:

www.centrecivicbanyoles.net

De dilluns a divendres, de 3 de la tarda a 2/4 de 10 del vespre.

Centre Cívic Banyoles

Carrer Barcelona, 54

17820 Banyoles

Tel: 972 58 07 41

Correu electrònic: centrecivic@ajbanyoles.org

Facebook: Centre Cívic Banyoles