

### Taller de manteniment de la memòria

Programa lúdic/preventiu dissenyat per conèixer el funcionament de la memòria tot exercitant-la.

Professora: M<sup>a</sup> del Mar Lavado

Lloc: Menjador de l'Escola CEIP El Rajaret

Dies/Horari: Dimecres de 18 a 19 hores.

Quota: 20 €/Bloc

## ALTRES ACTIVITATS I SORTIDES

### Taller de Graffitis: Pintem la Caseta!!

Aprentatge de les tècniques del graffiti i posada en pràctica al pati de la Caseta de La Tallada d'Empordà.

Dies/Horari: A concretar.

### Jornada de percussió amb Bloc Kilombo

El grup de percussió Bloc Kilombo aterra aquest hivern a Bellcaire per endinsar-nos en el món de la samba, la batucada, etc. sense deixar les arrels més tradicionals d'una manera dinàmica i participativa.

### Sortida a Port Aventura

Dissabte 7 de novembre visita al Parc Temàtic més espectacular de Catalunya.

### Esquiada popular a Albons

El proper mes de gener Albons surt a esquiar... t'hi apuntes?

### Cinefòrums temàtics

Cinema i reflexions en bon ambient als locals de joves d'Albons, Bellcaire d'Empordà i La Tallada d'Empordà.

+ Info i propostes al facebook dels joves del teu municipi.

### Servei d'assessorament per a joves

Estàs cercant feina? Vols aprendre a fer un bon currículum? Tens dubtes o t'agradaria obtenir més informació sobre centres de salut, cursos, etc? Pots posar-te en contacte amb la Tècnica de Joventut al 609 027 708 o per correu electrònic a: [mlucero@baixemporda.cat](mailto:mlucero@baixemporda.cat)

## INSCRIPCIONS

**Inscripcions del 15 al 28 de setembre de 2009 al vostre Ajuntament, en horari d'atenció al públic.**

L'organització es reserva el dret de modificar o alterar qualsevol activitat programada.

Les quotes s'han de fer en efectiu la primera setmana de cada mes.

Si els cursos no arriben a un mínim d'alumnes es suspendran.

Les despeses de material fungible (taller de pintura nens i adults) aniran a càrrec dels alumnes.

Els cursos que no indiquen la data d'inici comencen el mes d'octubre (a partir del dia 5) i finalitzen el mes de juny.

Els dies festius seran segons el calendari escolar.

### ORGANITZA



Ajuntament  
d'Albons



Ajuntament  
de Bellcaire  
d'Empordà



Ajuntament  
de La Tallada  
d'Empordà

### COL-LABORA



Ajuntament d'Albons: 972 788 005

Ajuntament de Bellcaire d'Empordà: 972 788 105

Ajuntament de La Tallada d'Empordà: 972 780 095

Tècnica de Joventut: 609 027 708

**Albons, Bellcaire  
d'Empordà i La  
Tallada d'Empordà**

# ACTIVITATS D'HIVERN



**Vine a gaudir-ne!!**

## TALLERS I CURSOS—INFANTS I JOVES

### Curs de natació fins a 12 anys

Curs d'aprenentatge i perfeccionament de natació mitjançant jocs i exercicis més dirigits.

Lloc: Piscina Municipal de Palafrugell.

Més informació properament a l'Ajuntament.

### Curs intensiu de tennis per a infants i joves

Lloc: Pista de tennis l'Empordanet (La Tallada d'Empordà)

Dies/Horari: A concretar (durant vacances de Nadal)

### Curs de dibuix i pintura (a partir de 6 anys)

Taller obert on s'ofereixen mètodes, tècniques i eines adequades per exterioritzar tot el potencial creatiu.

Lloc: Local Social de Bellcaire. Professora: Lina Gil

Dies/Horari: Dilluns, de 17 a 18 h. Quota: 25 €/mes

### Casal de Nadal

Torna el casal de Nadal d'Albons, Bellcaire d'Empordà i La Tallada d'Empordà els dies 23, 24, 28, 29, 30 i 31 de desembre. Més informació al vostre Ajuntament.

### Curs de cuina de Nadal per a nens i nenes

Dates: 22 i 23 de desembre

Professors: Mercè Ribot i Fèlix Barba.

Lloc: Cuina del local social de Bellcaire. Preu: 25 €/curs

## TALLERS I CURSOS—TOTES LES EDATS

### Curs d'anglès (diferents nivells)

Lloc: La Caseta de La Tallada. Quota: 25 €/mes

Dies/Horari: Dimarts i Dijous, 19:45-20:45 h (nivell bàsic) i de 20:45-21:45 h (nivell més avançat). Quota: 25 €/mes

Dimecres, 20 a 21:30 h (nivell zero). Quota: 19 €/mes

### Curs de català per a nouvinguts/des

Classes gratuïtes de català per a persones no catalano-parlants.

Lloc: Local de joves d'Albons.

Dies/Horari: Dimarts i dijous, de 19 a 21 h.

### Curs de cuina a Bellcaire

Aprèn a elaborar un primer plat, un segon i unes postres per finalitzar amb la seva degustació.

Professors: Mercè Ribot i Fèlix Barba.

Lloc: Cuina del Local Social de Bellcaire.

Dies/Horari: Dv., 19:30-21:30 h. Quota: 55 €/curs (4 sessions)

**Cuina de Tardor:** 9, 16, 23 i 30 octubre.

**Cuina de Nadal:** 20, 27 novembre, 11 desembre.

**Cuina d'Hivern:** 5, 13, 19 i 26 febrer.

**Cuina de Primavera:** 19, 26 març, 2, 16 abril.

**Cuina d'Estiu:** 21, 28 maig, 4, 18 juny

### Curs de cuina a La Tallada d'Empordà

Aprèn a cuinar i a degustar els plats que farem entre tots.

Lloc: La Caseta de La Tallada d'Empordà.

Dies/Horari: 3r divendres de cada mes, de 19:30 a 21 h.

### Curs de Directors/es de Lleure

L'Escola Empordà ofereix la possibilitat d'obtenir el títol oficial de director/a de lleure. A partir de 18 anys (consultar requisits).

Lloc: Local de joves d'Albons

Dies: Del 16 d'octubre al 12 de desembre.

Horari: Dv: 17 a 21 h. Ds: 10 a 14 i 16 a 20 h.

Quota: 225 € (general) / 210 € (alumnes empadronats a Albons, Bellcaire d'Empordà i La Tallada d'Empordà).

### Tai txi

Millora la salut amb un programa de moviments suaus, on es treballa l'equilibri, la coordinació, la flexibilitat i la concentració.

Professor: Miquel Callol. Lloc: Local Social de Bellcaire

Dies/Horari: Dilluns, de 15 a 16:30 h. Quota: 30 €/mes.

### Pilates

Mètode d'educació corporal que afavoreix el control, la força i la flexibilitat, respectant les articulacions i l'esquena.

Professora: Sònia Piqué. Lloc: Local Social de Bellcaire

Dies/Horari: Dimarts, 19 a 20:15 h o Dimecres, 15 a 16:30 h.

Quota: 30 €/mes

### Curs d'iniciació a la informàtica

Curs on aprendrem a fer documents, navegar per Internet, gestionar el correu electrònic, etc. Quota: 45 €/ bloc 10 sessions.

Lloc: Local de joves d'Albons. Dies/Horari: Dimecres, 19:30-21h.

### Curs de dansa

Amb la dansa coneixerem les capacitats i funcionament del nostre cos en moviment, posant en pràctica la creativitat.

Professora: Eva Magrané. Lloc: A concretar

Dies/Horari: Divendres de 15:30 a 17 hores.

### Mou-te amb ritme

Aproximació al món del ball a través de diferents estils on es treballa el ritme i l'expressió corporal.

Professora: Elisabeth Riu.

Lloc: Local Social de Bellcaire

Dies/Horari: Dimecres, 20:30 a 22 h. Quota: 35 €/mes.

### Taller d'idees creatives

Aprèn diferents tècniques aplicables a la bijuteria, roba, objectes de decoració, idees originals per embolicar, treballant amb materials diversos.

Professora: Roser Martínez. Lloc: Local Social Bellcaire.

Dies/Horari: Dijous, de 18 a 19:30 h.

Quota: 50 €/mes (material inclòs).

### Curs de dibuix i pintura (adults)

Taller obert on s'ofereixen mètodes, tècniques i eines adequades per exterioritzar tot el potencial creatiu.

Lloc: Local Social de Bellcaire. Professora: Lina Gil.

Dies/Horari: Dilluns, 18:15-20:15 h. Quota: 35 €/mes.

### Taller de centres de Nadal

Lloc: La Caseta de La Tallada d'Empordà

Dies/Horari: Del 27 de novembre al 18 de desembre.

Divendres de 16 a 19 h. Quota: A concretar

## TALLERS I CURSOS—GENT GRAN

### Activitat física per a la gent gran

Millora dels hàbits i qualitat de vida mitjançant gimnàstica i treball postural, jocs i exercicis de relaxació amb material divers. Inici del curs: 7 d'octubre.

Professor: Jordi Deix. Lloc: Local Social de Bellcaire

Dies/Horari: Dimecres i divendres, de 18:30 a 19:30 h.

Quota: 80 €/curs