



#### ADREÇA

**Centre Cívic Font de la Guatlla i Associació de Veïns i Veïnes Font de la Guatlla-Magòria**  
Carrer Rabí Rubén, 24-26 – 08004 Barcelona  
Tel 934 248 506 – admin@fontdelaguatlla.org

#### PER A MÉS INFORMACIÓ

http://ajuntament.barcelona.cat/ccivics/fontdelaguatlla  
www.avfontguatlla.cat  
www.facebook.com/associacioguatlla  
www.instagram.com/ccfontdelaguatlla

barcelona.cat/sants-montjuic

**Districte de Sants-Montjuïc**



#### ART I CULTURA

### DESCOBRIM BARCELONA

**Dimecres a les 10.30 h**  
Preu: 34,20 € (3 sess.)  
Preu: 12,34 € (1 sess.)  
**Guia: Maïte Garcia**

Dimecres 9 de gener  
**RUTA 1: CATALUNYA, TERRA COOPERATIVA**

Farem una visita guiada a l'exposició "Catalunya, terra cooperativa" que trobarem al Museu d'Història de Catalunya. L'exposició vol recopilar i fer visible les experiències de la cooperació, unes pràctiques de notable impacte socioeconòmic, territorial i cultural, amb una presència constant i rellevant fins als nostres dies.

*Punt de trobada: Museu d'Història de Catalunya (Pla de Palau).*

Dimecres 6 de febrer  
**RUTA 2: VÍCTIMES DE LA GUERRA CIVIL**

El 2019 commemorem el 80è aniversari del final de la Guerra Civil. Aprofitarem la commemoració per fer una visita a l'exposició "Víctimes de la Guerra Civil" que trobarem al recinte del Memorial Democràtic al barri del Raval. Una oportunitat per recuperar i entendre el conflicte armat més sagnant de la nostra història.

*Punt de trobada: plaça dels Àngels (davant MACBA).*

Dimecres 6 de març  
**RUTA 3: LA BONANOVA**

Visitarem el districte de Sarrà – Sant Gervasi, des de Sarrà fins a la Bonanova. Una passejada històrica per una vila emblemàtica de la ciutat amb restes de modernisme, burgesia i excentricitats vàries.

*Punt de trobada: Centre Cívic Casa Orlandai (sortida FGC Sarrà).*

#### PER A INFANTS I JOVES

### ANGLÈS

De 3 a 12 anys  
**Dimarts**  
De 3 a 5 anys de 17 a 17.45 h  
Preu: 39,93 € (11 sess.)  
De 9 a 12 anys de 18 a 19 h  
Preu: 53,24 € (11 sess.)  
**Professora: Ana Martinez**

### BOLLYWOOD

**Divendres de 17.15 a 18 h**  
**Divendres de 18 a 18.45 h**  
Preu: 39,93 € (11 sess.)  
**Professora: Eva Arias**

### DANSA CLÀSSICA

**Dimarts**  
**Nivell 1 de 17 a 18 h**  
**Nivell 2 de 18 a 19 h**

**Divendres**  
**Nivell 3 de 15.30 a 16.30 h**  
Preu: 53,24 € (11 sess.)  
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

### PUNTES DE BALLET

**Divendres de 16.25 a 17.10 h**  
Preu: 39,93 € (11 sess.)  
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

### MODERN DANCE

**Dijous de 17 a 18 h**  
**Dijous de 18 a 19 h**  
Preu: 53,24 € (11 sess.)  
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

### DIBUIX I PINTURA

De 8 a 12 anys  
**Dimecres de 16.45 a 18.45 h**  
Preu: 74,58 €. Material 3 € (11 sess.)  
**Professor: Plácido Domínguez**

### ESCACS CONTINUÏTAT

**Dijous de 16.45 a 17.45 h**  
Preu: 53,24 € (11 sess.)  
**Professor: Patxi Molinas**

Calen coneixements avançats.

### GUITARRA

De 8 a 12 anys  
**Divendres de 17 a 18 h**  
Preu: 53,24 € (11 sess.)  
**Professor: Jesús Ruiz**

Cal portar guitarra.

#### FAMILIAR

### MAMIFIT POST PART

**Grup matins:**  
**dimecres de 12 a 13 h**  
**Grup tardes:**  
**dilluns de 17 a 18 h**  
Preu: 53,24 (11 sess.)  
**Professora de MAMifit**

Activitat física especialitzada en la recuperació del cos de la dona després del part. Es treballa la readaptació del cos mitjançant exercicis en la zona abdominal juntament amb la tonificació de la musculatura i la resistència cardiopulmonar. Pots venir sempre que vulguis amb el teu fill o filla.



#### PROGRAMACIÓ CULTURAL

*Organització: Vocalia de Gent Gran*

#### Xerrades

### ACUPUNTURA COMUNITÀRIA

**Dimarts 22 de gener, a les 18 h**  
*A càrrec de Kevin Albors, del centre de medicina xina Ten Wan.*

#### Excursions

**Dijous 7 de febrer**  
**CALÇOTADA A ALCOVER**

**Dijous 7 de març**  
**ESCARXOFADA A LA GLEVA**

#### Dates especials

### BERENAR DE DIJOUS GRAS

**Dijous 28 de febrer, a les 18 h**  
Rialles, disfresses i bona companyia.

*Organització: Vocalia de Salut*

### QUÈ CAL FER DE LA HIPERCOLESTEROLÈMIA?

**Dimarts 5 de març, a les 18 h**  
Parlarem de com evitar, reduir i quines mesures hem de prendre en cas de tenir el colesterol alt.  
*A càrrec de Conxita Alsina, farmacèutica*

*Organització: Vocalia de Cultura*

#### Dates especials

**Diumenge 27 de gener, a les 12 h**  
**1r CONCERT DE L'ANY**

*Organització: Vocalia de Dones*

### DIA INTERNACIONAL DE LA DONA TREBALLADORA

**Diumenge 10 de març, a les 12 h**  
Amb l'espectacle Esbart Picacrestes.

### PINTEM MANDALES

**Dimarts 8 de gener, a les 18 h**  
**Dimarts 26 de març, a les 18 h**

#### Xerrades

### TNDR (Tècnica Naturista Desbloquejadora Regeneradora)

**Dimarts 15 de gener, a les 18 h**  
*A càrrec de Pilar Garcia, instructora*  
Parlarem del massatge TNDR, tècnica natural que localitza i dissol els bloquejos que impedeixen que el cos es regeneri per si mateix.

### LA DONA A L'ANTIC EGIPTE

**Dimarts 29 de gener, a les 18 h**  
*A càrrec de Jorge Pisa, historiador*

### CREADORES MEXICANES. MÉS ENLLÀ DE FRIDA KAHLO

**Dimarts 12 de febrer, a les 18 h**  
*A càrrec d'Alma Reza, sòcia investigadora d'Emblecat*

### PARLEM DE COSES NOSTRES

**Dimarts 26 de febrer, a les 18 h**  
*A càrrec d'Eulàlia Camps, terapeuta*

### TALLER DE RISOTERÀPIA

**Dimarts 12 de març, a les 18 h**  
*A càrrec d'Àurea Arroyo*

#### Cinefòrum

Projectem i debatem sobre pel·lícules on les protagonistes son les dones.  
**Dimarts 19 de febrer, a les 18 h**  
**Dimarts 19 de març, a les 18 h**

#### Sortides culturals

L'horari i el punt de trobada es concretarà més endavant. Per a més informació consulteu la pàgina web o truqueu al Centre Cívic. Cal ser soci de l'Associació.

### VISITA GUIADA A L'EXPOSICIÓ TOULOUSE-LAUTREC

**Dimarts 8 de gener**

### VISITA GUIADA A LA FÀBRICA DE L'ANÍS DEL MONO

**Diumenge 20 de gener**

### RUTA MODERNISTA SANT JOAN DESPÍ

**Dissabte 26 de gener**

### SORTIDA CALDES DE MONTBUI

**Dissabte 23 de febrer**

### SORTIDA AL MONESTIR DE SANT CUGAT

**Dissabte 23 de març**

### VISITA GUIADA JARDÍ BOTÀNIC "AUSTRÀLIA MEDITERRÀNIA"

**Dimarts 26 de març**

#### EXPOSICIONS

### AROUND THE LIGHT DE JORDI ROMO

**De l'11 al 31 de gener**

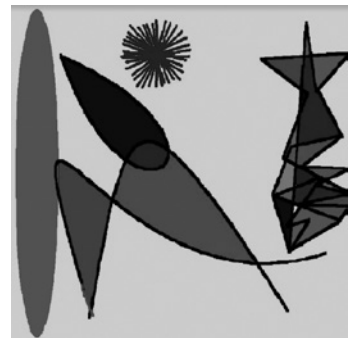
Mostra fotogràfica del viatge al voltant del món amb bicicleta de Jordi Romo. On la percepció de la foscor i de la llum, tan artificial com natural, prenen el protagonisme.



### CLARA, CONCRETA I CONCISA

**Del 5 al 28 de febrer**

Dibuixos digitals fets amb ordinador de Clara Fernández, persona amb deficiència visual. Presentació de la seva obra el dia de la inauguració, 5 de febrer.



#### GRUPS ESTABLES I SERVEIS PERMANENTS

### GRUPS:

Dins de les activitats que es duen a terme en el Centre Cívic col·laboren diferents grups de voluntaris, en què, si ho vols, pots participar.

**Col·lectiu d'Artistes Font de la Guatlla**

Organització i preparació d'exposicions.

**Grup de Dones de la Guatlla**  
Sortides i activitats culturals, xerrades, cinefòrums i taller d'autoajuda.

**Gent Gran de la Guatlla**  
Excursions i celebracions populars.

**Grup d'Escacs Font de la Guatlla**  
Trobada d'escacs cada dimecres de 10 a 13 h.

**Marea Pensionista Font de la Guatlla**  
Tots els dilluns a partir de les 11 h.

### SERVEIS:

**PUNT DE TROBADA ATENCIÓ AL VEÏNAT BARCELONA WI-FI FONS D'ART DE L'ASSOCIACIÓ CENTRE DE DOCUMENTACIÓ HISTÒRICA CESSIÓ D'ESPAYS**

#### Centre Cívic Font de la Guatlla

# TALLERS PROGRAMACIÓ CULTURAL

Hivern 2019





## TALLERS

## PERÍODE D'INSCRIPCIONS

De **dilluns a divendres de 9 a 13.30 h** i de **16 a 20.30 h**.
**Renovacions:** 10 de desembre.
**Noves inscripcions:** 17 de desembre.

## NORMATIVA D'INSCRIPCIONS

Les inscripcions es faran **de manera presencial** al centre cívic o seguint les instruccions de les **inscripcions no presencials** especificades al web.
**Import trimestral:** el preu inclou totes les sessions.

**Pagament:** es podrà fer al centre mitjançant **targeta, ingrés** o per **transferència bancària**. La inscripció es farà efectiva un cop s'hagi aportat en el centre cívic el rebut de l'entitat bancària amb un termini màxim de 48 h. Només es farà la devolució de l'import del taller en el cas que se suspengui l'activitat. L'import de la inscripció només es retornarà durant un període de 15 dies des de l'inici dels tallers. La Direcció del centre es reserva el dret de suspendre els tallers que no tinguin un nombre mínim de participants i de canviar el professorat en cas que sigui necessari.

Les **persones en situació d'atur** que s'acullin al descompte del 50% per a un taller, han de fer la inscripció presencialment i han de portar el certificat d'empadronament de l'Ajuntament de Barcelona i el certificat de vida laboral amb vigència d'un any en el moment de formalitzar la inscripció. El descompte només és aplicable a un taller per trimestre. En el cas dels tallers gratuïts, a les tres faltes d'assistència no justificades la Direcció del centre podrà expulsar la persona usuària del taller. Els materials fungibles dels tallers que ho necessiten aniran a càrrec de la persona usuària. L'import del material s'abona el primer dia de classe.

## GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA

**Dijous** de 19 a 20 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora de MAMiFit**

Entrenament enfocat a tonificar la faixa abdominal i el sòl pelvià ajuda a prevenir problemes relacionats amb la incontinenàcia urinària, hèrnies, dolors d'esquena i musculars. Obtindràs millores en la postura corporal, la sexualitat, els paràmetres respiratoris i reduiràs al perímetre de la cintura.

## INFORMACIÓ

**Data d'inici:** a partir del 7 de gener.
**Durada:** 11 setmanes, tret que se n'indiqui una altra.

## SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

## BODY SHAPE

**Dilluns i dimecres** de 20 a 20.55 h
Preu: 53,65 € (22 sess.)
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

Dona-li forma al cos fent exercicis aeròbics. Utilitzarem tècniques com el *drumming* i el *hula hoop*.

## GIMNÀSTICA DE GENT GRAN

**Grup A: dilluns, dimecres i divendres** de 17.15 a 18 h
**Grup B: dilluns, dimecres i divendres** de 18 a 18.45 h
Preu: 24,75 € (33 sess.)
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

## GIMNÀSTICA MATINAL

**Dilluns i dijous** de 10 a 11.15 h
Preu: 73,15 € (22 sess.)
**Professora: Elsa Tous**

## GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA

**Dijous** de 19 a 20 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora de MAMiFit**

Entrenament enfocat a tonificar la faixa abdominal i el sòl pelvià ajuda a prevenir problemes relacionats amb la incontinenàcia urinària, hèrnies, dolors d'esquena i musculars. Obtindràs millores en la postura corporal, la sexualitat, els paràmetres respiratoris i reduiràs al perímetre de la cintura.

## NOU TALLER

## IOGA

**Dimarts i dijous**
**Grup A:** de 19.05 a 20 h
**Grup B:** de 20.05 a 21 h
Preu: 82,88 € (22 sess.)
**Professora: Carmen Duque**

## IOGA DINÀMIC

**Dijous** de 20.15 a 21.30 h
Preu: 51,38 € (10 sess.)
Classe oberta 10 de gener.

Se centra en la pràctica corporal per arribar a equilibrar cos i ment. Més intens a nivell físic que una pràctica regular de ioga.



## IOGA NIDRA

**Dilluns** d'11.15 a 12.15 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Sat Atma Singh**

## IOGA HATHA

**Divendres** de 10 a 11 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Tony Rueda**

Sèrie d'asanes o postures corporals que aporten fermesa i flexibilitat als músculs.

## IOGUILATES

**Dilluns** de 19.15 a 20.15 h
Preu: 41,10 € (10 sess.
Inici 21 de gener)
**Professora: Lucrecia Guío**

## MARXA NÒRDICA

**Divendres** de 9.45 a 11.15 h
Preu: 43,89 € (11 sess.)
**Professor: Fernando Bartolomé de Nordic Walking Terapèutic (NWT)**

Consisteix a incorporar uns bastons especials a la manera natural de caminar. Aprendràs la tècnica correcta i els seus moviments, per poder obtenir els beneficis que aquesta activitat física té per a la salut.

## MOVIMENT EN DANSA

**Dijous** de 9.30 a 11 h
Preu: 55,94 € (11 sess.)
**Professora: Rosario Ramírez**

Mentre ballem, fem teràpia per assolir un benestar físic, mental i emocional.

## TAITXÍ

**Dimecres i divendres** de 10 a 10.45 h
Preu: 67,82 € (22 sess.)
**Professora: Fernando Jiménez**

## TAITXÍ AMB VENTALL I ESPASA

**Dilluns** d'11.45 a 13 h
Preu: 56,52 € (11 sess.)
**Professora: Fabienne Boyer**

## TXIKUNG

**Dimarts** de 9.45 a 10.50 h
Preu: 48,98 € (11 sess.)
**Professora: Kevin Albors**

Amalgama de tècniques marciais relacionades amb la medicina xinesa.

## PILATES MATT

**Grup A: dilluns i dimecres** de 9 a 9.55 h
Preu: 43,89 € (11 sess.)
**Grup B: dilluns i dimecres** de 20.35 a 21.30 h

**Grup C: dimarts i dijous** de 20.30 a 21.25 h
Preu: 82,88 € (22 sess.)

**Grup D: divendres** d'11.15 a 12.15 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professorat: Tony Rueda, Juan Carlos González i Inés Márquez**

## POSA'T EN FORMA

**Dilluns, dimecres i divendres** de 19 a 19.45 h
Preu: 65,84 € (33 sess.)
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

## EXPRESSIONÍ

## BALLS EN LÍNIA PER A GENT GRAN

**Dijous** d'11.45 a 12.45 h
Preu: 29,26 € (11 sess.)
**Professora: Herminia López**

Balla en línia amb tot tipus d'estils musicals, com ara ritmes llatins, country, swing, pop entre altres.

## BOLLYWOOD

**Divendres** de 19 a 20 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Eva Arias**

## BROADWAY JAZZ

**Divendres** de 20 a 21 h
Peu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Anna Carolina Casasayas**

## COUNTRY INICIAL

**Dimecres** de 20 a 21.15 h
Preu: 36,58 € (11 sess.)
**Professora: Xavier Badiella**

## DANSA ORIENTAL

**Dimecres** de 21 a 22.15 h
Preu: 71,25 € (10 sess.
Inici 16 de gener)
**Professora: Mireia Zantop**

## LINDY HOP-SWING

**Dilluns**
**Grup inicial** de 21 a 22 h
**Grup avançat** de 20 a 21 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professorat: Fermi Naudí i Odina Macias**

Es recomana venir amb parella, però, no és obligatori.

## GUIARRA

**Divendres**
**Grup d'iniciació** de 19.15 a 20.30 h
**Grup de continuïtat** de 18 a 19.15 h
Preu: 66,55 € (11 sess.)
**Professora: Jesús Ruiz**

Cal portar la guitarra.

## ZUMBA

**Dilluns** de 16 a 17 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Zaida Sillah**

## ZUMBA INTENSA

**Divendres** de 20.15 a 21.15 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Ilenia Tresoldi**

## CREATIVITAT

## DIBUIX I PINTURA

**Dimarts** de 10 a 12 h
**Dimecres** de 18 a 20 h
Preu: 74,58 € (11 sess.)
**Professora: Laura Aubert i Plácido Domínguez**

## INICIACIÓ A LA CERÀMICA ARTÍSTICA

**Dimarts** de 17 a 19 h
Preu: 67,80 € (10 sess.
Inici 15 de gener) + suplement material
**Professora: Isabel Pallarés**

Partirem de les tècniques bàsiques de realització d'aquest material per adquirir la destresa necessària per la creació d'objectes decoratius únics.

## PATRONATGE, TALL I CONFECCIÓ

**Dimarts** de 19.15 a 21 h
Preu: 55,83 € (11 sess.)
**Professora: Ester Molina**

Crearem un patró de base d'una jaqueta o brusa i el transformarem en una peça de roba de tendència a través de l'aprenentatge de tècniques de tall i confecció. Cosirem a mà i a màquina.



## PATCHWORK LABOR DE RETALL

**Dilluns** de 10 a 12 h
Preu: 63,80 € (11 sess. )
**Professora: Amàlia Bonet**

## POPETS SOLIDARIS

**Dijous** de 16 a 18 h.
Inici 14 gener (8 sess.)
Preu: 5 € per material de cada popet.
**Voluntaris de l'ONG Noupops**

Teixirem popets de ganxet per repartir-los als nadons prematurs ingressats a les unitats de cures intensives neonatals. La similitud dels tentacles del pop amb el cordó umbilical els ajuda ha estar més relaxats a la incubadora.

## PUNTES DE COIXÍ

**Dijous** de 9.30 a 11.30 h
Preu: 63,80 € (11 sess.)
**Professora: Fina Ramos**

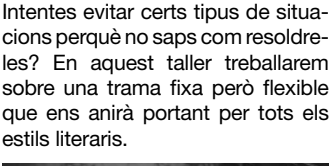
## PUNT DE CREU

**Dilluns** de 10 a 12 h
Gratuït (11 sess.)
**Professora: M. Cinta Beltran**

## ESTILS I TÈCNiques LITERÀRIES

**Dilluns** de 19.30 a 21 h
Preu: 61,65 € (10 sess.
Inici 14 de gener)
**Professora: Anna Marcet**

T'agrada escriure però et quedes encallat en les escenes clau? Et costa canviar d'estil? Intentes evitar certs tipus de situacions perquè no saps com resoldre-les? En aquest taller treballarem sobre una trama fixa però flexible que ens anirà portant per tots els estils literaris.



## RECURSOS

## ACTIVA LA MEMÒRIA

**Dijous** de 17.15 a 18.45 h
**Dijous** de 19 a 20.30 h
Preu: 43,89 € (11 sess.)
**Professora: Mireia Salvador**

Exercicis que ens ajuden a estimular les capacitats cognitives.

## ESTIMULACIÓ COGNITIVA

**Dijous** de 16 a 17.00 h
Preu: 57 € (10 sess.
Inici 17 a de gener)
**Professor: Fernando Aranciva, neuropsicòleg**

Grup reduït destinat a totes les persones amb alguna afectació de tipus neurològic en fase lleu o inicial.

## EPISODIS CLAUS DE LA HISTÒRIA DE CATALUNYA

**Dimarts** de 20 a 21 h
Preu: 12,33 € (3 sess.
Inici 5 de març)
**Professora: Jordi Pisa**

## FES EL TEU ARMARI CÀPSULA

**Dilluns** de 18 a 19.15 h
Preu: 41,10 € (8 sess.
Inici 28 de gener )
Classe oberta 21 de gener.
**Professora: Marta Vilanova**

A través de l'ordre conscient i els consells de l'autora japonesa Marie Kondo aprendrem els trucs per mantenir l'armari ordenat amb les peces ben plegades i saber seleccionar què es el que realment necessitem i ens fa feliços.

**Dijous** de 17.15 a 18.45 h
**Dijous** de 19 a 20.30 h
Preu: 43,89 € (11 sess.)
**Professora: Mireia Salvador**

## CUINA DE L'ÀVIA

**Grup A dimarts** de 10 a 12.00 h
Inici 15 de gener
**Grup B dijous** de 18.30 a 20.30 h
Inici 17 de gener
Preu: 67,80 € (10 sess.)
**Professora: Mireia Salvador**

## BATCHCOOKING O CUINA EN SÈRIE

**Dimecres** de 17.30 h a 19.30 h
**Dieta Mediterrània**
Preu: 45,60 € (4 sess.
Inici 23 de gener)
**Dieta vegetariana**
Preu: 45,60 € (4 sess.
Inici 27 de febrer)

Ets dels que et costa organitzar-te a la hora de preparar els àpats? Creus que podries menjar millor però no saps d'on treure el temps o receptes que es complementin entre elles? Aquesta tècnica és per a tu. Cuina un dia tres hores a la setmana i tindràs el menú llest per a tota la setmana. Es treballaran dues dietes diferents mediterrània i vegetariana.

## MASTERCLASS: POSTRES DE SETMANA SANTA

**Dimecres** 27 de març de 17 a 20 h
Preu: 12,33 € (1 sess.)
**Professora: Anabel González**

Prepararem dues postres típiques de la Setmana Santa: coca de llardons i torrades de Santa Teresa (*torrijas*) al forn.

## FES EL TEU ARBRE GENEALÒGIC

**Dimecres** d'11 a 12 h
Inici 16 de gener
**Dimarts** de 19.30 a 20.30 h
Inici 15 de gener
Gratuït (6 sess.)
**Professora: Joan Maria Vidal**

Aprendrem on buscar les dades necessàries i saber com interpretar-les per poder construir el nostre arbre genealògic.

## GRUP D'AUTOAJUDA

**Dimecres** de 10.15 a 12.15 h
Gratuït (11 sess.)

Trobar moments de companyia amb somriures i música. A partir del 20 de febrer treballarem la dansa i la feminitat.

*Hi col·labora el grup de dones Font de la guatlta i el Punt d'informació i Atenció a les Dones (PIAD).*

## QUIROLOGIA I

**Dimecres** de 16 a 17.30 h
Gratuït (10 sess.)
Inici 16 de gener
**Professora: Jaime Aroca**

Inicia't a la ciència que estudia les línies de les mans.

## REIKI

**Dilluns** de 19.30 a 21 h
Preu: 58,08 € (8 sess.)
Inici 28 de gener
**Professora: Eulàlia Camps**

## INFORMÀTICA I MULTIMÈDIA

## ALFABETITZACIÓ DIGITAL

**Dijous** de 17 a 18 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)

Obtindràs els coneixements bàsics i fonamentals d'informàtica per manejar-te amb soltesa amb l'ordinador i l'internet.

Dirigit a persones que volen iniciar-se a comprendre el català. *Hi col·labora: Coordinadora d'Associacions per la Llengua catalana (CAL).*

## XARXES SOCIALS

**Dijous** de 18.15 a 19.15 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)

Aprèn totes les utilitats i les condicions del Whatsapp, Facebook, Twitter, Instagram, Pinterest, etc.

## IMATGE, VÍDEO I MULTIMÈDIA

**Dijous** de 19.15 a 20.15 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)

## IDIOMES

## ALEMANY

**Dimecres:** dos nivells
**NIVELL A1/1** de 18.15 a 19.30 h
**NIVELL A1/2** de 17 a 18.15 h
Preu: 56,52 € (11 sess.)
**Professora: Stefan Blasel**

## CONVERSA EN ALEMANY

**Dimecres** de 19.45 a 20.45 h
Preu: 45,21 € (11 sess.)
**Professora: Stefan Blasel**

## ANGLÈS

**Dilluns:** tres nivells
**Inicial** de 17.00 a 18.15 h
**Intermediate** de 18.15 a 19.30 h
**Advance** de 19.45 a 21 h
Preu: 56,52 € (11 sess.)
**Professora: Inés Pan**

## CATALÀ

**Dimecres** de 19.30 a 21 h
Gratuït (10 sess.)