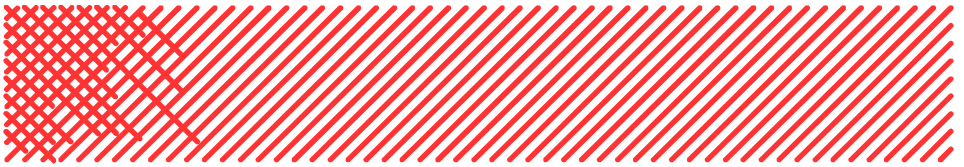




# Casal Cívic

Alcanar



ABRIL /  
JUNY  
2019



Generalitat de Catalunya  
Departament de Treball, Afers Socials  
i Famílies



# Casal Cívic

Alcanar

Pl. Lluís Companys s/n

Alcanar

El Casal Cívic **Alcanar**, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, es va inaugurar l'any 2014.

És un espai públic obert a tothom: joves, grans, infants i entitats, on podeu participar en diferents activitats, com tallers, conferències, exposicions, etc., que us permeten relacionar-vos, fomentar les vostres aficions, ampliar coneixements i formar part d'un projecte col·lectiu.

Ofereix un seguit de recursos per reforçar projectes adreçats a la millora de la comunitat, fomentar el desenvolupament integral de la persona, promoure els valors cívics i donar suport al teixit associatiu en el seu compromís amb la societat.

**Horari:** de dilluns a divendres, de 9 a 13 h i de 15 a 21 h i dissabte, de 10 a 13.30 h i de 16 a 21 h



////////////////////  
**ESPAIS PER A TOTHOM**

**Sala del Casal**

*Per trobar-se, llegir la premsa, revistes, jugar a jocs de taula o xerrar.*

**Tennis de taula i futbolí**

*Consulteu les condicions i els horaris a consergeria.*

**Espai Wi- Fi**

*En horari d'equipament*

**Punt de trobada de parelles lingüístiques**

*Apunta't al Voluntariat per la Llengua. Si ets catalanoparlant, ajudaràs una altra persona a millorar el seu català oral. Si no parles català habitualment, podràs quedar amb un voluntari lingüístic. Inscriu-te a [www.vxl.cat](http://www.vxl.cat) o de manera presencial al Centre de Normalització Lingüística de les Terres de l'Ebre (Plaça dels Dolors 1, 3r, Tortosa) Consorci per a la Normalització Lingüística i Servei Local de Català*

////////////////////  
**ACTIVITATS PER A INFANTS**

**Ball**

*Per a xiquetes/s fins a 12 anys del 24 d'abril al 26 de juny dimecres, de 17.30 a 18.30 h Ajuntament d'Alcanar amb col·laboració amb Club ballet Alcanar gratuït*



////////////////////  
**ACTIVITATS PER A JOVES  
DE 12 A 18 ANYS**

*Programa de dinamització juvenil que té com a objectiu el desenvolupament personal dels joves a partir de treballar valors com la convivència, el civisme, la solidaritat i sobretot el sentiment de pertinença a un grup.*

**Espai jove**

*On podràs trobar-te amb els teus amics, jugar i parlar.*

de dilluns a divendres,

de 17.30 a 19.30 h

Casal

**L'hort del Casal**

*Tomaqueres, espígol, romaní ...*

del 29 d'abril al 25 de juny

dilluns, de 17.30 a 18.30 h

Casal

**Parlem-ne**

*Proposa'ns temes que t'interessen, preocupen, desconeixes i en parlem.*

*Amb el suport de l'educadora del 8 de maig al 19 de juny, dimecres, de 18:30 a 19.30 h  
Casal*

**Cinefòrum**

*Pel·lícules amb contingut per a la reflexió i el diàleg*

del 3 de maig al 28 de juny

divendres, de 17.30 a 19.30 h

Casal

**Suport per fer deures**

*Espai per a l'estudiant*

del 30 d'abril al 27 de juny

dimarts i dijous, de 16.30 a 17.30 h

Casal

**Emocions i autoestima**

*Proposta creativa que et convida a fer un viatge per observar-te i coneixet millor.*

del 30 d'abril al 18 de juny

dimarts de 17.30 a 18.30 h

Casal



## La música és vida!

*Videoclips, festivals de música del món...*

*del 2 de maig al 20 de juny*  
dijous, de 17.30 a 18.30 h  
Casal

## Cuina sa en pocs minuts

*Aprèn a cuinar bo i breu amb un no res!*

*del 8 de maig al 19 de juny*  
dimecres, de 17.30 a 18.30 h  
Casal

## Diades i celebracions

- La nostra revetlla, 21 de juny celebrarem la revetlla de Sant Joan  
divendres, de 17.30 a 19.30 h  
Casal

- 28 de juny dia de l'orgull LGTBI. Cinefòrum sobre el tema.  
divendres, de 17.30 a 19.30 h  
Casal



## ACTIVITATS PER A ADULTS A PARTIR DE 18 ANYS

### ACTIVITATS FÍSQUES

#### loga en família

*del 25 d'abril al 20 de juny*  
dijous, de 18 a 19 h  
Associació AMEIBA  
12 euros/mes

#### Relaxació

*Per a persones amb diversitat funcional*  
*del 25 d'abril al 25 de juliol*  
dijous, d'11 a 12.30 h  
Centre Ocupacional Alcanar  
Fundació Mercè Pla  
gratuït



### **Entrenament cardiovascular**

*Fes salut, esport i desconnecta.*

*Recomanat fins als 55 anys.*

del 30 d'abril al 18 de juny

dimarts, de 18 a 19 h

Casal

### **Pilates**

Programa de Gent Gran de

l'Obra Social "La Caixa"

del 29 d'abril al 17 de juny

dilluns, d'11 a 12 h – grup 1

dilluns, de 16.30 a 17.30 h –

grup 2

Casal, amb la col·laboració de la

Fundació Bancària "La Caixa"

### **Gimnàstica**

Programa de Gent Gran de

l'Obra Social "La Caixa"

del 24 d'abril al 19 de juny

dimecres, d'11 a 12 h – grup 1

dimecres, de 16.30 a 17.30 h –

grup 2

Casal, amb la col·laboració de la

Fundació Bancària "La Caixa"

### **Boccia i gimnàstica**

*Per a persones amb diversitat funcional*

del 5 al 26 de juliol

divendres, d'11 a 12.30 h

Centre Ocupacional Alcanar

Fundació Mercè Pla

gratuït

### **Abdominals hipopressius i sòl pelvià**

del 25 d'abril al 20 de juny

dijous, de 19 a 20 h

Associació AMEIBA

12 euros/mes

### **Txikung**

*Treball físic i emocional mitjançant moviments, respiració i concentració*

del 25 d'abril al 20 de juny

dijous, de 16.30 a 17.30 h

Casal



////////////////////  
**ACTIVITATS MANUALS I  
ARTÍSTIQUES**



**Reciclatge artístic**

*Recicla, reutilitza i redueix  
matèria de forma artística i  
creativa*

del 30 d'abril al 4 de juny  
dimarts, de 17.30 a 19.30 h  
Casal

**Boixets**

Programa de Gent Gran de  
l'Obra Social "La Caixa"  
del 30 d'abril a l'11 de juny  
dimarts, de 15.30 a 17.30 h  
Casal, amb la col·laboració de la  
Fundació Bancària "La Caixa"

**Patchwork**

*Crea petits projectes puntada a  
puntada*

del 26 d'abril al 21 de juny  
divendres, de 10 a 12 h  
Casal



**Costura de reciclatge**

*Personalitza la roba amb estil  
propi!!!*

del 29 d'abril al 10 de juny  
dilluns, de 15.15 a 17.15 h  
Casal

////////////////////  
**NOVES TECNOLOGIES**

**Informàtica**

*Per a persones amb diversitat  
funcional*

del 25 d'abril al 25 de juliol  
dijous, d'11 a 12.30 h  
Centre Ocupacional Alcanar  
Fundació Mercè Pla  
gratuït

**Inicia't a la informàtica**

Programa de Gent Gran de  
l'Obra Social "La Caixa"  
dates i horaris per concretar  
Casal, amb la col·laboració de la  
Fundació Bancària "La Caixa"

**Fes tràmits per internet**

Programa de Gent Gran de  
l'Obra Social "La Caixa"  
dates i horaris per concretar  
Casal, amb la col·laboració de la  
Fundació Bancària "La Caixa"



### **Comunica't per la xarxa**

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa" dates i horaris per concretar Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

### **PER LLEPAR-SE ELS DITS**

#### **Cuina d'estiu**

*A l'estiu, amanides divertides, gaspatxos, sopes fredes ...*  
del 20 de maig al 10 de juny  
dilluns, de 17.30 a 19.30 h  
Casal

#### **Cuina**

*Per a persones amb diversitat funcional*  
del 3 al 24 de juliol  
dimecres, d'11 a 12.30 h  
Centre Ocupacional Alcanar  
Fundació Mercè Pla  
gratuït



### **ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS**

#### **Rock i Jive**

*Vine a ballar i a xalar*  
del 26 d'abril al 14 de juny  
divendres, de 19 a 20 h  
Casal

#### **Ball en línia**

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa" del 3 de maig al 14 de juny  
divendres, de 18 a 19 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

#### **Dansa oriental**

del 29 d'abril al 17 de juny  
dilluns, de 18 a 19 h  
Associació AMEIBA  
12 euros/mes





////////////////////  
**FORMACIÓ I CREIXEMENT  
PERSONAL**

**Convivència intercultural**

*Compartim les cultures i costums parlant en català*  
del 24 d'abril al 19 de juny  
dimecres, de 9.30 a 10.30 h  
Casal

**Educar en el asombro**

*Cicle de conferències L'Art d'Educar amb amor i consciència*  
27 d'abril  
dissabte, a les 17.30 h  
a càrrec de Catherine l'Ecuyer  
Ajuntament d'Alcanar, amb la col·laboració de l'Associació AMEIBA  
gratuït

**Anglès**

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"  
del 25 d'abril al 20 de juny  
dijous, de 16 a 17.30 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"

**Posem una mica d'humor a la maternitat**

*Cicle de conferències L'Art d'Educar amb amor i consciència*  
4 de maig  
dissabte, a les 17.30 h  
a càrrec de Sara Palacio  
Ajuntament d'Alcanar, amb la col·laboració de l'Associació AMEIBA  
gratuït

**Musicoteràpia i riureteràpia**

*Per a persones amb diversitat funcional*  
del 24 d'abril al 31 de juliol  
dimecres, d'11 a 12.30 h  
Centre Ocupacional Alcanar  
Fundació Mercè Pla  
gratuït

**Amics lectors**

Programa de Gent Gran de l'Obra Social "La Caixa"  
del 24 d'abril al 19 de juny  
dimecres, de 10 a 11.30 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació Bancària "La Caixa"



**Coneixement de la societat catalana i del seu marc jurídic**

*Adreçada especialment a persones estrangeres immigrades*

del 6 de maig al 10 de juny  
dilluns, de 9.30 a 12 h  
Consell Comarcal del Montsià  
gratuït

**Cinefòrum El Racisme Mata**

*Projecció del documental i posterior col·loqui*

29 d'abril  
dilluns, a les 18 h  
SOS Racisme Catalunya  
gratuït



**ACTIVITATS**

**COMUNITÀRIES**

**XI Mostra Intercultural d'Alcanar**

*Espai gastronòmic, cultural, de les diferents cultures que conviuen al nostre municipi*

30 d'abril  
dimarts, de 19.30 a 22 h  
Ajuntament d'Alcanar, amb col·laboració d'entitats i voluntaris locals



## **INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ**

de l'1 al 5 d'abril , de 9 a 13 h i  
de 15 a 21 h.

Les activitats organitzades pel Casal (Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària) són gratuïtes. **El material necessari va a càrrec de les persones inscrites.** Les places a les activitats són limitades i s'adjudiquen per ordre d'inscripció. La realització d'una activitat està condicionada a la inscripció d'un nombre mínim de persones. Tres faltes d'assistència sense justificació prèvia impliquen la pèrdua de la plaça.

Les activitats organitzades per les entitats són responsabilitat d'aquestes, així com els requisits per accedir-hi.

Tel. 977 594 040

A/e :cc.alcanar.tsf@gencat.cat

Més informació a:

**012**  
**gencat.cat**  
Cost de la trucada: segons operadora.

