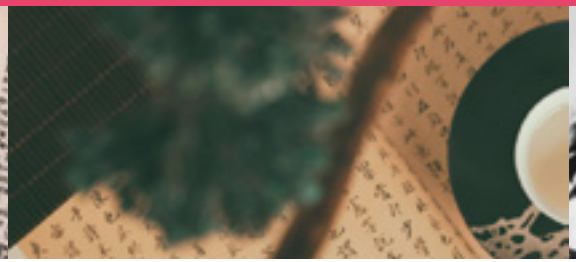
GENER —— MARÇ 2024

INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 13 DE DESEMBRE A LES 10 H

AJUNTAMENT DE SantCugat | Cultura

CURSOS I TALLERS

CASA DE CULTURA



CONEIXEMENT

Conversa en alemany. Iniciació
Professor: Enric Còdol
Del 15 de gener al 18 de març
CON01 · Dilluns, de 17 a 18.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Conversa en francès (nivell mitjà-alt)**
Professora: Catherine Gascó
Del 9 de gener al 12 de març
CON02 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 20 h
CON03 · Grup B
Dimarts, de 20 a 21.30 h
Preu: 70 € · 10 sessions

*Conversations in english**
Professora: Linda Charlesworth
De l'11 de gener al 14 de març
CON04 · Elementary
Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions

CON05 · Intermediate
Dijous, de 18 a 19.30 h
CON06 · Advanced
Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Astrologia per a la vida. Continuació*
Professor: Xavi López
Del 8 de gener a l'11 de març
CON07 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 100 € · 10 sessions

Filosofia per a la serenitat
Professor: Xavi López
Del 9 de gener al 13 de febrer
CON08 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 60 € · 6 sessions

*Teatre per gestionar les teves emocions**
Professora: Maria Vancells
Del 9 de gener al 12 de març
CON09 · Dimarts, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Escriptura creativa**
Professor: Josep Amorós
De l'11 de gener al 8 de febrer
CON10 · Dijous, de 10.30 a 12 h
Preu: 34 € · 5 sessions

Introducció a la llengua i cultura xinesa
Professora: Dan Dan Zhuo
Del 13 de gener al 16 de març
CON11 · Dissabte, de 10.30 a 12 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Vine a jugar en família: teatre inclusiu per a famílies de persones amb discapacitat intel·lectual
Professora: Maria Vancells
Del 15 de gener al 18 de març
CON12 · Dilluns, de 17.30 a 19 h
Preu: 105 € (per família) · 10 sessions

Com es crea l'audiovisual: des del cine al TikTok
Professor: Emiliano Lucas Iglesia
Del 16 de gener al 13 de febrer
CON13 · Dimarts, de 17 a 19 h
Preu: 65 € · 5 sessions

Història de la Segona Guerra Mundial
Professor: Daniel Roig Sanz
Del 5 de febrer al 4 de març
CON14 · Dilluns, de 19 a 20.30 h
Preu: 49 € · 5 sessions

Israel: mite i història
Professora: Mònica Vila
Del 14 de febrer al 6 de març
CON15 · Dimecres, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 26 € · 4 sessions

Entendre la política
Professor: Adrián Caballero
Del 20 de febrer al 19 de març
CON16 · Dimarts, de 19 a 20.30 h
Preu: 49 € · 5 sessions

Els meus estalvis. Les dues cares de la moneda
Professor: Carles Lázaro
Del 29 de febrer al 14 de març
CON17 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 20 € · 3 sessions

EXPRESSIÓ

*Fotografia digital. Nivell 2: sortides fotogràfiques**
Professor: Artur Ribera
Del 15 de gener al 4 de març
EXP01 · Dilluns, de 17 a 19 h
Preu: 81 € · 8 sessions + 1 sortida

Fotografia digital. Iniciació
Professor: Artur Ribera
Del 17 de gener al 6 de març
EXP02 · Dimecres, de 19 a 21 h
Preu: 81 € · 8 sessions + 1 sortida

*Solo Jazz. Nivell 2**
Professora: Andrea Fernández-Vegal
Del 10 de gener al 13 de març
EXP03 · Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 65 € · 10 sessions

*Lindy Hop. Intermedi 3**
Professors: Andrea Fernández-Vegal i Xavi Sanz
Del 10 de gener al 13 de març
EXP04 · Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

RECURSOS

Ganxet
Professora: Elisenda Sitjà
De l'11 de gener al 8 de febrer
REC01 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 60 € · 5 sessions

Mitja
Professora: Elisenda Sitjà
Del 15 de febrer al 14 de març
REC02 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 60 € · 5 sessions

Art floral: composició cor floral
Professora: Ariadna Peral **@madefloryou**
REC03 · Dijous 18 de gener, de 18 a 20 h
Preu: 17 € + 15 € material

Art floral: composició floral. Centre de taula
Professora: Ariadna Peral **@madefloryou**
REC04 · Dijous 22 de febrer, de 18 a 20 h
Preu: 17 € + 15 € material

Art floral: composició floral. Ram de mà de primavera
Professora: Ariadna Peral **@madefloryou**
REC05 · Dijous 7 de març, de 18 a 20 h
Preu: 17 € + 15 € material

INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

*Informàtica. Continuació**
Professora: Marisol Rovira
Del 15 de gener al 18 de març
INF01 · Dilluns, de 9.30 a 11.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Dissenyem amb Canva
Professora: Marisol Rovira
Del 8 de gener al 5 de febrer
INF02 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 1
Professora: Marisol Rovira
Del 10 de gener al 7 de febrer
INF03 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 2
Professora: Marisol Rovira
Del 14 de febrer al 13 de març
INF04 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 3
Professora: Marisol Rovira
Del 12 de febrer a l'11 de març
INF05 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Aprèn a gestionar el teu Instagram
Professora: Maria Vancells
De l'11 de gener al 14 de març
INF06 · Dijous, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASA DE CULTURA

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Programació neurolingüística (PNL)
Professora: Liliana Patricia Aguayo
Del 8 de gener a l'11 de març
CRE01 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 100 € · 10 sessions

*Eneagrama. Nivell 2**
Professora: Liliana Patricia Aguayo
Del 10 de gener al 13 de març
CRE02 · Dimecres, de 10.30 a 12.30 h
Preu: 100 € · 10 sessions

*Pilates**
Professora: Itziar Fenollar
Del 8 de gener al 18 de març
CRE03 · Grup A
Dilluns, de 9.15 a 10.15 h

Del 9 de gener al 19 de març
CRE04 · Grup B
Dimarts, de 9 a 10 h

Del 10 de gener al 20 de març
CRE05 · Grup C
Dimecres, de 9.15 a 10.15 h

De l'11 de gener al 21 de març
CRE06 · Grup D
Dijous, de 9 a 10 h

Del 9 de gener al 19 de març
CRE07 · Grup E
Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
CRE08 · Grup F
Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Del 10 de gener al 20 de març
CRE09 · Grup G
Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
CRE10 · Grup H
Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

De l'11 de gener al 21 de març
CRE11 · Grup I
Dijous, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 72 € · 11 sessions

*Feldenkrais**
Professora: Itziar Fenollar
Del 8 de gener al 18 de març
CRE12 · Grup A
Dilluns, de 18 a 19 h
CRE13 · Grup B
Dilluns, de 19 a 20 h

Del 9 de gener al 19 de març
CRE14 · Grup C
Dimarts, de 10 a 11 h

De l'11 de gener al 21 de març
CRE15 · Grup D
Dijous, de 10 a 11 h
CRE16 · Grup E
Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 80 € · 11 sessions

Taller de Feldenkrais
Professora: Itziar Fenollar

Una esquena saludable
CRE17 · Dissabte 20 de gener, de 10 a 12.30 h

El secret sempre és a la pelvis
CRE18 · Dissabte 17 de febrer, de 10 a 12.30 h

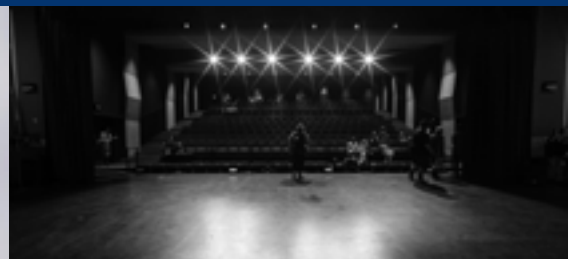
La vista millorada
CRE19 · Dissabte 16 de març, de 10 a 12.30 h

Preu: 18 €/sessió

Inscripcions ONLINE Casa de Cultura AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*

XALET NEGRE



CONEIXEMENT

*Conversations in english**
Professora: Linda Charlesworth
Del 8 de gener a l'11 de març
CON01 · Advanced
Dilluns, de 18 a 19.30 h
CON02 · Intermediate
Dilluns, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Conversations in english ONLINE**
Del 9 de gener al 12 de març
CON03 · Advanced
Dimarts, de 19.30 a 21 h
Preu: 77 € · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Mindfulness i gestió emocional. Grup matí*
Professora: Anna Coderch
Del 15 de gener al 18 de març
CRE01 · Dilluns, de 9.30 a 11 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Mindfulness i gestió emocional. Grup tarda
Professora: Anna Coderch
Del 16 de gener al 19 de març
CRE02 · Dimarts, de 18.30 a 20 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Tai Txi**
Professora: Marta Fernández
Del 8 de gener al 18 de març
CRE03 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 72 € · 11 sessions

*L'art de meditar**
Professora: Núria Rodriguez
Del 10 de gener al 13 de març
CRE04 · Dimecres, de 19.45 a 20.45 h
Preu: 50 € · 10 sessions

*Ioga**
Professora: Núria Rodriguez
Del 10 de gener al 13 de març
CRE05 · Dimecres, de 20.45 a 22 h
Preu: 63 € · 10 sessions

*Respira la vida**
Professora: Núria Rodriguez
De l'11 de gener al 14 de març
CRE06 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Oda al Descans, ioga Nidra
Professora: Núria Rodriguez
De l'11 de gener al 14 de març
CRE07 · Dijous, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Iniciació
Professora: Maialen Nabarro
Del 15 de gener al 18 de març
CRE08 · Dilluns, de 16.30 a 17.15 h
Preu: 45 € · 10 sessions

*Gimnàstica abdominal hipopressiva. Manteniment**
Professora: Maialen Nabarro
Del 9 de gener al 12 de març
CRE09 · Dimarts, de 17 a 17.45 h
Preu: 45 € · 10 sessions

*Fit Pilates**
Professora: Maialen Nabarro
Del 8 de gener al 18 de març
CRE10 · Grup A
Dilluns, de 15 a 16 h

Del 9 de gener al 19 de març
CRE11 · Grup B
Dimarts, de 18 a 19 h

De l'11 de gener al 21 de març
CRE12 · Grup C
Dijous, de 19.15 a 20.15 h

De l'11 de gener al 21 de març
CRE13 · Grup D
Dijous, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 66 € · 11 sessions

*Cuidem l'esquena**
Professora: Maialen Nabarro
Del 9 de gener al 12 de març
CRE14 · Grup A
Dimarts, de 12.15 a 13.15 h

De l'11 de gener al 14 de març
CRE15 · Grup B
Dijous, de 12.15 a 13.15 h

Preu: 50 € · 10 sessions

EXPRESSIÓ

Lindy Hop. Iniciació grup A
Professors: Andrea Roqué i Oriol Parareda
Del 8 de gener a l'11 de març
EXP01 · Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Lindy Hop. Iniciació grup B
Professors: Andrea Roqué i Oriol Parareda
Del 8 de gener a l'11 de març
EXP02 · Dilluns, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Teatre! Sortim de la zona de confort
Professor: Francesc Abril
Del 15 de gener al 18 de març
EXP03 · Dilluns, de 20.15 a 21.45 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Salsa cubana**
Professors: Silvio Leroy Pérez Azcuy i Galia Perdomo
Del 10 de gener al 13 de març
EXP04 · Iniciació
Dimecres, de 18.15 a 19.15 h
EXP05 · Intermedi
Dimecres, de 19.15 a 20.15 h
EXP06 · Avançat
Dimecres, de 20.15 a 21.15 h

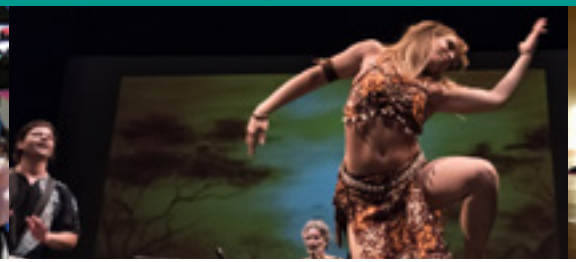
Preu: 65 € · 10 sessions

Inscripcions ONLINE Casa de Cultura AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASAL TORREBLANCA



EXPRESSIÓ

*Lindy Hop (ball swing)**

Professors: Roser Ros i Martí Gasol
Del 8 de gener a l'11 de març
EXP01 · Intermedi 4 grup A
Dilluns, de 18 a 19 h
EXP02 · Intermedi avançat
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP03 · Nivell 2 grup A
Dilluns, de 20 a 21 h
EXP04 · Avançat
Dilluns, de 21 a 22 h

Professors: Estefanía Velázquez i David Diaz
Del 8 de gener a l'11 de març
EXP05 · Intermedi 4 grup B
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP06 · Intermedi 1 grup A
Dilluns, de 20 a 21 h
EXP07 · Nivell 2 grup B (grup bi-rol)
Dilluns, de 21 a 22 h

Del 9 de gener al 12 de març
EXP08 · Iniciació
Dimarts, de 19 a 20 h

Professors: Anna Serra i Melvin Silvero
Del 12 de gener al 15 de març
EXP09 · Nivell 5
Divendres, de 18 a 19 h
EXP10 · Intermedi 1 grup B
Divendres, de 19 a 20 h
EXP11 · Nivell 3
Divendres, de 20 a 21 h
EXP12 · Nivell 2 grup C
Divendres, de 21 a 22 h

Preu: 68 € per persona · 10 sessions

*Balboa**

Professors: Laura Zorrilla i Marc Andreu
Del 9 de gener al 12 de març
EXP13 · Multinivell
Dimarts, de 20 a 21 h
EXP14 · Iniciació
Dimarts, de 21 a 22 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

*Blues**

Professors: Sandra Fuentes i Marc Heymann
Del 10 de gener al 13 de març
EXP15 · Nivell 2
Dimecres, de 20 a 21 h
EXP16 · Iniciació
Dimecres, de 21 a 22 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Solo Jazz. Iniciació

Professora: Estefanía Velázquez
Del 9 de gener al 12 de març
EXP17 · Dimarts, de 21.15 a 22.15 h
Preu: 65 € · 10 sessions

Big apple 1a part

Professora: Roser Ros
EXP18 · Dissabte 3 de febrer, de 16.30 a 19.30 h
Preu: 23 €

Millora el teu Swing Out

Professores: Andrea Fernández-Vegal i Estefanía Velázquez
EXP19 · Dissabte 9 de març, de 10.30 a 12 h
Preu: 12 € per persona

Musicalitat, intenció i contrast

Professores: Andrea Fernández-Vegal i Estefanía Velázquez
EXP20 · Dissabte 9 de març, de 12.15 a 13.45 h
Preu: 12 € per persona

Variacions rítmiques en el teu Lindy Hop

Professores: Andrea Fernández-Vegal i Estefanía Velázquez
EXP21 · Dissabte 9 de març, de 16.30 a 18 h
Preu: 12 € per persona

Variacions de Sugar Push

Professores: Andrea Fernández-Vegal i Estefanía Velázquez
EXP22 · Dissabte 9 de març, de 18.15 a 19.45 h
Preu: 12 € per persona

*Dansa Africana**

Professora: Sandra Valent
De l'11 de gener al 14 de març
EXP23 · Dijous, de 20 a 21.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

*Dansa contemporània**

Professora: a concretar
Del 10 de gener al 13 de març
EXP24 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Zumba**

Professora: Carla Bustamante
De l'11 de gener al 14 de març
EXP25 · Grup A
Dijous, de 20 a 21 h
EXP26 · Grup B
Dijous, de 21 a 22 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Country. Nivell 0

Professora: Àngels Lalinde
Del 9 de gener al 12 de març
EXP27 · Dimarts, de 19 a 20 h
Preu: 55 € · 10 sessions

Country. Iniciació 1

Professora: Àngels Lalinde
Del 9 de gener al 12 de març
EXP28 · Dimarts, de 20 a 21 h
Preu: 55 € · 10 sessions

Country. Nivell mig

Professora: Àngels Lalinde
De l'11 de gener al 14 de març
EXP29 · Dijous, de 19 a 20 h
Preu: 55 € · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

*Meditació**

Professora: Anna Coderch
Del 12 de gener al 15 de març
CRE01 · Divendres, de 9.30 a 10.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

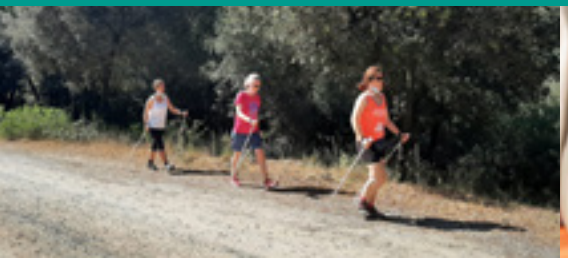
*Kundalini Ioga**

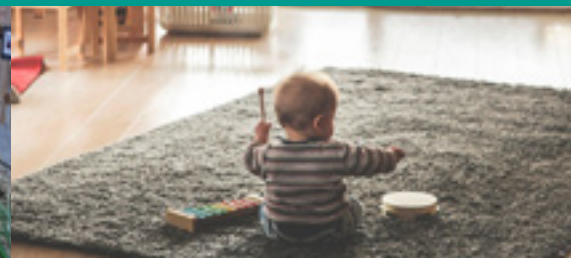
Professora: Rachel Belaustegi
Del 10 de gener al 13 de març
CRE02 · Dimecres, de 20.30 a 22 h
Preu: 68 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASAL TORREBLANCA





*Hatha loga**

Professores: Iona Conesa (grups A, C i E) i Rachel Belaustegi (grups B i D)
Del 9 de gener al 12 de març
CRE03 · Grup A
Dimarts, de 9.30 a 10.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions
CRE04 · Grup B
Dimarts, de 17.30 a 18.45 h
Preu: 63 € · 10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
CRE05 · Grup C
Dijous, de 9.30 a 10.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions
CRE06 · Grup D
Dijous, de 17 a 18.15 h
Preu: 63 € · 10 sessions

Del 12 de gener al 15 de març
CRE07 · Grup E
Divendres, de 14.30 a 15.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

*Hipopressius + Pilates. Grup A**

Professora: Maialen Nabarro
Del 10 de gener al 13 de març
CRE08 · Dimecres, de 15 a 16 h
Preu: 60 € · 10 sessions

*Hipopressius + Pilates. Grup B**

Professora: Maialen Nabarro
Del 10 de gener al 13 de març
CRE09 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 60 € · 10 sessions

*Hipopressius + Pilates. Grup C**

Professora: Maialen Nabarro
Del 10 de gener al 13 de març
CRE10 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons. Grup A

Professora: Maialen Nabarro
Del 15 de gener al 12 de febrer
CRE11 · Dilluns, d'11 a 12 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons. Grup B

Professora: Maialen Nabarro
De l'11 de gener al 8 de febrer
CRE12 · Dijous, de 10.45 a 11.45 h
Preu: 35 € · 5 sessions

*Activitat física suau**

Professora: Berta Gómez
Del 9 de gener al 12 de març
CRE13 · Grup A
Dimarts, de 10.45 a 11.45 h

De l'11 de gener al 14 de març
CRE14 · Grup B
Dijous, de 10.45 a 11.45 h

Preu: 45 € · 10 sessions

*Marxa Nòrdica**

Professor: Sergi Solivella
Del 15 de gener al 18 de març
CRE15 · Dilluns, de 18.45 a 20.45 h
Preu: 110 € · 10 sessions

HORT A CASA

Vine a l'hort amb la família

Professora: Anna Valderrama
HORT01 · Grup A
Dissabte 20 de gener, de 10 a 12 h
HORT02 · Grup B
Dissabte 17 de febrer, de 10 a 12 h
HORT03 · Grup C
Dissabte 9 de març, de 10 a 12 h
Preu: 10 € (preu per família)

Prepara el planter pel teu hort!

Professora: Anna Valderrama
HORT04 · Divendres 23 de febrer, de 17.30 a 19 h
Preu: 6 €

Preparació i plantació de l'hort d'estiu

Professora: Anna Valderrama
HORT05 · Dissabte 16 de març, de 10 a 12 h
Preu: 6 €

RECURSOS

*Patronatge i confecció. Iniciació**

Professor: Ton Golerons
De l'11 de gener al 14 de març
REC01 · Dijous, de 16 a 18 h
Preu: 80 € · 10 sessions

*Patronatge i confecció**

Professor: Ton Golerons
De l'11 de gener al 14 de març
REC02 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 80 € · 10 sessions

*Taller de costura**

Professora: Mireia Sacristán
Del 10 de gener al 13 de març
REC03 · Matí
Dimecres, de 10 a 12 h

Del 9 de gener al 12 de març
REC04 · Tarda
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 90 € · 10 sessions

*Aprenem a cosir a màquina**

Professora: Mireia Sacristán
Del 10 de gener al 13 de març
REC05 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

INFÀNCIA

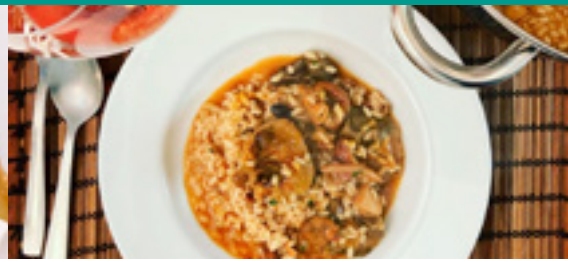
*Música en família**

Professora: Anna Roig Dolz, de Creixendo
Dissabte 13 de gener, 3 de febrer, 2 i 16 de març
INF01 · Mou la música 1 (12 a 23 mesos): de 10 a 11 h
INF02 · Mou la música 2 (24 a 36 mesos): d'11 a 12 h
INF03 · Creix la música (3 a 5 anys): de 12 a 13 h
Preu: 34 € per infant · 4 sessions

Inscripcions ONLINE Casal Torreblanca AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*

** Matrícula preferent antics alumnes*



CUINA CREATIVA

Cuina creativa fàcil
Professor: Josep Vidal @**josepvidalxef**
CUI01 · Divendres 26 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina per a convidats
Professor: Josep Vidal @**josepvidalxef**
CUI02 · Divendres 23 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

CUINA TRADICIONAL I DE MERCAT

*Cuina de mercat (gener)**
Professora: Karin Requena @**rekarin**
Del 9 de gener al 6 de febrer
CUI03 · Dimarts, de 19 a 22 h
Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

La carxofa, del Prat al plat
Professor: Felip Tura @**daddixef**
CUI04 · Dijous 18 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

La cistella eco i de temporada: idees de cuina per el dia a dia
Professora: Francesca dos Santos @**cuinasaludablecesca**
Amb la col·laboració de L'Ortiga
CUI05 · Dilluns 22 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 6 € material (la resta del material serà aportat per L'Ortiga)

*Cuina de mercat (febrer)**
Professor: Esteve Ramírez @**esteveramirez**
Del 13 de febrer al 12 de març
CUI06 · Dimarts, de 19 a 22 h
Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

*Cuina de mercat: edició matí**
Professor: Esteve Ramírez @**esteveramirez**
Del 14 de febrer al 13 de març
CUI07 · Dimecres, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

Vedella Low Cost: plats de primera amb peces de segona
Professor: Felip Tura @**daddixef**
CUI08 · Dijous 15 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Tot sobre el peix: cuina, conservació i tècniques de tall
Professor: Manel Guirado @**manelguirado**
CUI09 · Dimecres 28 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

El bacallà: producte "humil" per a plats de luxe
Professor: Felip Tura @**daddixef**
CUI10 · Dijous 14 de març, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

PASTISSERIA I REBOSTERIA

Iniciació als pans de massa mare i a la decoració de pans
Professor: Carlos Queralt
@**grenyadors.carlosqueralt**
CUI11 · Dissabte 20 de gener, de 10 a 14 h
Preu: 26 € + 15 € material

Elaboració de pans sense gluten
Professor: Carlos Queralt
@**grenyadors.carlosqueralt**
CUI12 · Dissabte 10 de febrer, de 10 a 14 h
Preu: 26 € + 15 € material

Postres sense forn
Professora: Karin Requena @**rekarin**
CUI13 · Divendres 1 de març, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 12 € material

Variacions del tiramisú: 3 receptes inspirades en el clàssic italià
Professora: Alessandra Manetti @**manjaretti**
CUI14 · Dijous 7 de març, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 12 € material

Les múltiples versions de la crema de Sant Josep
Professor: Josep Vidal @**josepvidalxef**
CUI15 · Divendres 15 de març, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

CUINA TEMÀTICA

Baby-led weaning: cuina saludable per a nadons
Professora: Sílvia Vancells @**deliciosamartha**
CUI16 · Dilluns 8 de gener, de 17.30 a 20 h
Preu: 17 € + 8 € material

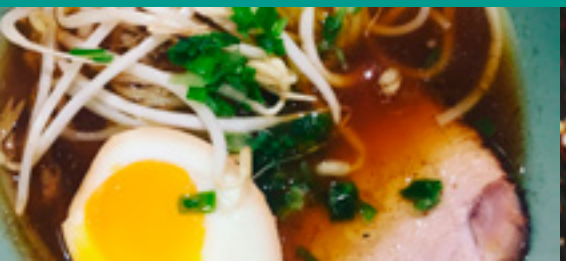
Arrossos d'hivern
Professor: Manel Guirado @**manelguirado**
CUI17 · Dissabte 13 de gener, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 16 € material

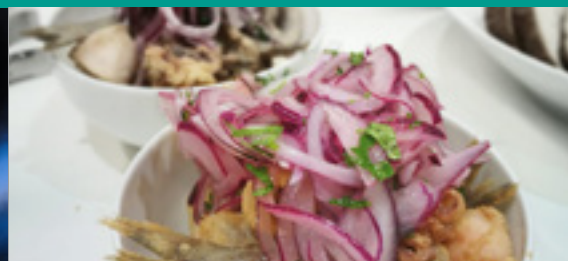
Cuina exprés amb olla ràpida
Professor: Josep Vidal @**josepvidalxef**
CUI18 · Divendres 19 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina vegana gurmet
Professor: Cassio Corsini @**manjaretti**
CUI19 · Dilluns 29 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 13 € material

Kimchis d'hivern
Professor: Àlex Todó @**microorganismesorg**
CUI20 · Dimecres 31 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Cuina d'hivern
Professor: Josep Vidal @**josepvidalxef**
CUI21 · Divendres 2 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material





Cuina per a famílies: idees de menús i textures per als més petits
Professora: Sílvia Vancells **@deliciosamartha**
CUI22 · Dilluns 5 de febrer, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 20 € + 8 € material

Platillos de l'Empordà
Professor: Manel Guirado **@manelguirado**
CUI23 · Dimecres 7 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Cuina per a cheeselovers
Professor: Josep Vidal **@josepvidalxef**
CUI24 · Divendres 16 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Plats de cullera per passar el fred
Professora: Francesca dos Santos **@cuinasaludablecesca**
CUI25 · Dilluns 19 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Proteïnes vegetals: més enllà del tofu i el seitan
Professora: Francesca dos Santos **@cuinasaludablecesca**
CUI26 · Dilluns 4 de març, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Foc, brases i BBQ: especial carns madurades
Professor: Manel Guirado **@manelguirado**
Amb la Col·laboració de The Butcher Society **@The_Butcher_Society**
CUI27 · Dissabte 9 de març, de 10 a 13.30 h
Preu: 23 € + 18 € material

Cols, coliflors, bròquils i bròcolis: una nova mirada a les brassicàcies
Professor: Àlex Todó **@microorganismesorg**
CUI28 · Dimecres 13 de març, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

ENS MENGEM EL MÓN

Cuina brasilera
Professor: Cassio Corsini **@manjaretti**
CUI29 · Divendres 12 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Els secrets del ramen
Professor: Manel Guirado **@manelguirado**
CUI30 · Dimecres 24 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Cuina italiana d'hivern
Professora: Alessandra Manetti **@manjaretti**
CUI31 · Dijous 25 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Presentació de llibre: Sabores e historias de mi cocina india. Rasa
A càrrec d'Anjalina Chugani **@anjalinachugani**
CUI32 · Dijous 8 de febrer, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 29 € material (llibre)

Cuina veneçolana
Professora: Karin Requena **@rekarin**
CUI33 · Divendres 9 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Primi piatti: la pasta a les diferents cuines regionals italianes
Professora: Alessandra Manetti **@manjaretti**
CUI34 · Dijous 29 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina mexicana: especial "tacos"
Professor: Mario Adame **@marioadamexperiencias**
CUI35 · Dissabte 2 de març, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 15 € material

Gyozalovers
Professor: Josep Vidal **@josepvidalxef**
CUI36 · Divendres 8 de març, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

LA CUINA DELS NOSTRES VEÏNS I VEÏNES (cursos Ciutadania)

Perú
Professor: Leticia Lissett Pajares
CUI37 · Dijous 1 de febrer, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 10 € material

Colòmbia
Professor: Tulio César Mendoza
CUI38 · Dimecres 6 de març, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 10 € material

TALLERS ADAPTATS

Esmorzars de forquilla
Professora: Alessandra Manetti **@manjaretti**
CUI39 · Dissabte 27 de gener, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina amb cereals i llegums
Professora: Alessandra Manetti **@manjaretti**
CUI40 · Dissabte 24 de febrer, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 12 € material

Postres de cullera
Professora: Alessandra Manetti **@manjaretti**
CUI41 · Dissabte 16 de març, d'11 a 13 h
Preu: 13 € + 12 € material

TALLERS JOVES

Gastroh! Jove: sushi i gyosa!
Professora: Sílvia Vancells **@deliciosamartha**
CUI42 · Dilluns 15 de gener, de 17.30 a 20 h
Preu: 17 € + 8 € material

Gastroh! Jove: hamburgueses gurmet!
Professora: Sílvia Vancells **@deliciosamartha**
CUI43 · Dilluns 12 de febrer, de 17.30 a 20 h
Preu: 17 € + 8 € material

Gastroh! Jove: cuina mexicana: tacos, burritos i guacamole!
Professora: Sílvia Vancells **@deliciosamartha**
CUI44 · Dilluns 11 de març, de 17.30 a 20 h
Preu: 17 € + 8 € material

Inscripcions ONLINE Casal Torreblanca AQUÍ

VINS, CERVESES I MARIDATGES

Maridatge a 4 mans amb el celler Loxarel

Professors: Manel Guirado @**manelguirado** i Anna Janué @**loxarel_vins**
CUI45 · Dimecres 10 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 23 € + 20 € material

Maridatge a 4 mans: cuina, formatge i birres

A càrrec de Kike Ojanguren @**DotzeGraus** i Bar Bocamoll @**barbocamoll**
CUI46 · Dijous 11 de gener, de 19 a 22 h
Preu: 23 € + 20 € material

Vins del nou món: Nova Zelanda

Professor: Manel Guirado @**manelguirado**
CUI47 · Dimecres 17 de gener, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 20 € material

Un recorregut pels formatges de cabra

Professor: Kike Ojanguren @**DotzeGraus**
CUI48 · Dimecres 14 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Grans vins negres de la DO Empordà

Professor: Manel Guirado @**manelguirado**
CUI49 · Dijous 15 de febrer, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 20 € material

Maridatge a 4 mans amb el celler Herència Altés

Professors: Manel Guirado @**manelguirado** i Joan Torelló @**herencia_altes**
CUI50 · Dimecres 21 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 23 € + 20 € material

Maridatge de formatges amb vins del sud

Professor: Kike Ojanguren @**DotzeGraus**
CUI51 · Dijous 22 de febrer, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

TALLERS FAMILIARS

Berenars saludables

Professora: Clara Alsina @**clericookies**
CUI52 · Dissabte 20 de gener, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 7 € material

Sushi

Professora: Clara Alsina @**clericookies**
CUI53 · Dissabte 17 de febrer, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

Fes la teva mona

Professora: Clara Alsina @**clericookies**
CUI54 · Dissabte 16 de març, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 7 € material

Inscripcions ONLINE Casal Torreblanca AQUÍ

Alguns dels productes utilitzats en els cursos de cuina, seran collits a l'hort gastronòmic del Casal Torreblanca.

PÍNDOLES

Consells i TIPS per a fer un bon CV

A càrrec de l'Assessoria Laboral
OHJ01 · Dimarts 30 de gener, a les 17 h

Quines opcions tinc després de la ESO i el Batxillerat?

A càrrec de l'Assessoria Acadèmica
OHJ02 · Dimarts 20 de febrer, a les 18 h
Adreçada a joves i les seves famílies

TALLERS MONOGRÀFICS

Del selfie a l'autoretrat
Per a joves de 13 a 17 anys

A càrrec d'Erika Arias
OHJ03 · Dissabte 20 de gener

Del selfie a l'autoretrat
Per a joves de 13 a 17 anys

A càrrec d'Erika Arias
OHJ04 · Dissabte 17 de febrer, de 10 a 13 h

Del selfie a l'autoretrat
Per a joves de 13 a 17 anys

A càrrec d'Erika Arias
OHJ05 · Dissabte 9 de març, de 10 a 13 h

PARLEM-NE

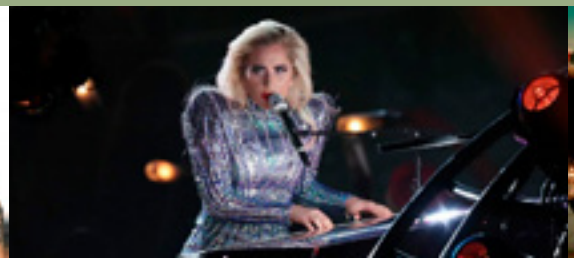
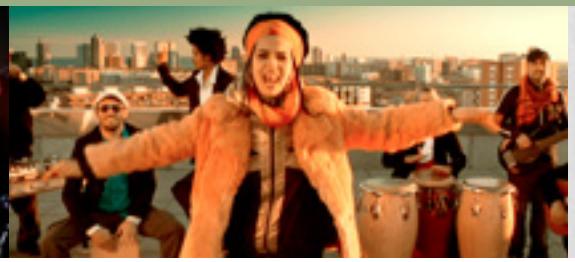
Xerrades adreçades a pares, mares, tutors/es i professionals

Com abordem els conflictes amb els nostres fills i filles?

A càrrec de l'Assessoria per a famílies d'adolescents
OHJ06 · Dimarts 20 de febrer, a les 18 h

Inscripcions ONLINE Casal Torreblanca AQUÍ

Activitats gratuïtes, cal inscripció prèvia a **oficinajove.santcugat.cat**

CURSOS

Tècnica de guitarra aplicada al blues
A càrrec d'Oriol Saltor
Del 15 de gener al 4 de març
PUA01 · Dilluns, de 20.30 a 22 h
Preu: 120 € · 8 sessions

Taller d'improvisació i millora del groove
A càrrec de Joe Scott
PUA02 · Dimecres 21 de febrer, de 19 a 21.30 h
Preu: 20 € · 1 sessió

COMBOS

TriBuc a Lady Gaga
A càrrec de Sergi Caros
PUA03 · Horaris a convenir
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Alanis Morrisette
A càrrec de Sergi Caros
PUA04 · Horaris a convenir
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de Hard Rock - Heavy
A càrrec de Jaume saltor
Del 23 de gener al 12 de març
(+sessió concert)
PUA05 · Dimarts, de 21 a 22.30 h
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del Rock&Roll 2
A càrrec d'Oriol Saltor
Del 17 de gener al 6 de març
(+sessió concert)
PUA06 · Dimecres, de 19.30 a 21 h
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del Rock&Roll
A càrrec de Sergi Caros
Del 18 de gener al 7 de març
(+sessió concert)
PUA07 · Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del blues
A càrrec d'Oriol Saltor
Del 18 de gener al 7 de març
PUA08 · Dijous, de 21 a 22.30 h
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Queen
A càrrec de Pol Barber
PUA09 · Horaris a convenir
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Red Hot Chilli Peppers
A càrrec de Xavi Viader
PUA10 · Horaris a convenir
Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Doctor Prats
A càrrec d'Oriol Cors
PUA11 · Horaris a convenir
Preu: 100 € · 9 sessions

TriBuc a Camarón
A càrrec de Pere Martinez
PUA12 · Horaris a convenir
Preu: 100 € · 9 sessions

TriBuc a Ojos de Brujo
A càrrec de Pere Martinez
PUA13 · Horaris a convenir
Preu: 100 € · 9 sessions

TriBuc per a joves
A càrrec de Sergi Caros
PUA14 · Horaris a convenir
Preu: 110 € · 9 sessions

XERRADES

L'origen de la música pop: el Rock&Roll 1955-1958
A càrrec d'Arnau Vidal
PUA15 · Dimecres 13 de març, de 19 a 21.30 h
Preu: gratuïta

Inscripcions ONLINE LA PUA AQUÍ

ART. CREACIÓ, CONEIXEMENT I APRENENTATGE

*Escultura**

Professor: Pere Borrat
Del 9 de gener al 12 de març
CA01 · Grup A
Dimarts, de 10 a 13 h
Preu: 139 € + 5 € de material**
10 sessions

Del 10 de gener al 13 de març
CA02 · Grup B
Dimecres, de 17 a 20 h
Preu: 139 € + 5 € de material**
10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
CA03 · Grup C
Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 139 € + 5 € de material**
10 sessions

Taller de motlles per ceràmica i projecte final creatiu

Professora: Sofía Romeo
El 8, 9, 22 i 23 de gener
CA04 · Dilluns i dimarts, de 16 a 20 h
Preu: 112 € + 10 € material · 4 sessions

*Iniciació a la ceràmica**

Professora: Iona Palau
Del 8 de gener a l'11 de març
CA05 · Grup A
Dilluns, de 10 a 13 h

Professora: Sandra Rubio
Del 9 de gener al 12 de març
CA06 · Grup B
Dimarts, de 10 a 13 h
CA07 · Grup C
Dimarts, de 18 a 21 h

Preu: 139 € + 25 € de material**
10 sessions

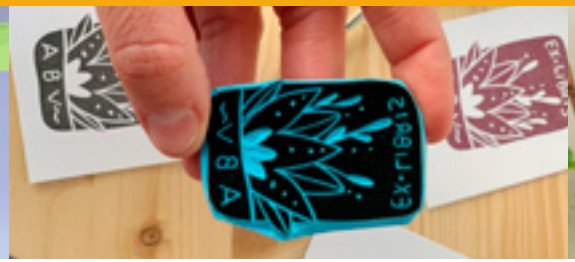
*Ceràmica**

Professora: Iona Palau
Del 8 de gener a l'11 de març
CA08 · Grup A
Dilluns, de 17 a 20 h
Preu: 139 € + 25 € de material **
10 sessions

Professora: Sandra Rubio
Del 10 de gener al 13 de març
CA09 · Grup B
Dimecres, de 17 a 20 h
Preu: 139 € + 25 € de material **
10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
CA10 · Grup C
Dijous, de 10 a 13 h
CA11 · Grup D
Dijous, de 18 a 21 h
Preu: 139 € + 25 € de material **
10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*
***Inclou material fungible i servei de forn*



*Curs de torn**

Professora: Vero Díaz
Del 10 de gener al 13 de març
CA12 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 210 € + 25 € material **· 10 sessions

Monogràfic: del bosc a la llar. gerros escultòrics

Professora: Maria Grego March
Del 8 al 15 de març
CA13 · Divendres, de 17 a 20.30 h
Preu: 52 € + 25 € material · 2 sessions

*Taller de gravat**

Professora: Aina Ache
Del 9 de gener al 12 de març
CA14 · Grup A
Dimarts, de 10.30 a 13 h

De l'11 de gener al 14 de març
CA15 · Grup B
Dijous, d'11 a 13.30 h
Preu: 150 € + 15 € material · 10 sessions

Monogràfic: gravat amb punta seca

Professora: Anna Bustins
CA16 · Dimecres 24 de gener, de 17 a 20 h
Preu: 21 € + 10 € material

Monogràfic: estampació tèxtil amb segells

Professora: Anna Bustins
CA17 · Dimecres 21 de febrer, de 17 a 20 h
Preu: 21 € + 10 € material

Monogràfic: transferència d'imatges

Professora: Anna Bustins
CA18 · Dimecres 13 de març, de 17 a 20 h
Preu: 21 € + 8 € material

*Tapís**

Professora: Luna Muñoz
Del 9 de gener al 12 de març
CA19 · Grup A
Dimarts, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 12 € de material · 10 sessions

Professora: Carla Mañosas
Del 9 de gener al 12 de març
CA20 · Grup B
Dimarts, de 17 a 20 h
Preu: 150 € + 12 € de material · 10 sessions

Iniciació al tapís

Professora: Luna Muñoz
Del 12 de gener al 9 de febrer
CA21 · Grup A
Divendres, de 10 a 13 h

Del 16 de febrer al 15 de març
CA22 · Grup B
Divendres, de 10 a 13 h

Preu: 75 € + 10 € de material · 5 sessions

*Joieria tèxtil. Avançat**

Professora: Chiqui Martín
Del 8 de gener a l'11 de març
CA23 · Dilluns, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 14 € material · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*
***Inclou material fungible i servei de forn*

Joieria tèxtil. Iniciació

Professora: Chiqui Martín
Del 10 de gener al 13 de març
CA24 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 14 € material · 10 sessions

Experimentació tèxtil amb estampats i tints naturals

Professora: Ina Olavarria
Del 8 de gener al 19 de febrer
CA25 · Dilluns, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 20 € material · 7 sessions

ART I PENSAMENT

*Dibuix i color**

Professor: Miquel Angel Benejam
Del 10 de gener al 13 de març
CA26 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Aprèn italià a través de l'art: Linguarte. Nivell 1

Professora: Gisella Tiberio
Del 16 de gener al 19 de març
CA27 · Dimarts, d'11 a 13 h
Preu: 105 € · 10 sessions

*Aprèn italià a través de l'art: Linguarte. Nivell 5**

Professora: Gisella Tiberio
Del 17 de gener al 20 de març
CA28 · Dimecres, de 18 a 20 h
Preu: 105 € · 10 sessions

ACTIVITATS DE LINGUARTE

Sicilia mon amour

Professora: Gisella Tiberio
El 16 de gener i el 6 i 27 de febrer
CA29 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 63 € · 3 sessions

Tutto Caravaggio

Professora: Gisella Tiberio
El 23 de gener, 13 de febrer i 5 de març
CA30 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 63 € · 3 sessions

Cinefórum e Arte. Se non è vero è ben trovato

Professora: Gisella Tiberio
El 30 de gener, 20 de febrer i 12 de març
CA31 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 63 € · 3 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*
***Inclou servei de forn*

CASA AYMAT

MASTERCLASS

Sense cost addicional per als alumnes del Centre d'Art Maristany i Casa Aymat
Preu per a no alumnes: 12€ per masterclass

A Casa Aymat:

Ceràmica: creació d'una tinalla i rec ecològic

A càrrec de Maria Grego
Divendres 2 de febrer, de 10 a 13 h
Divendres 2 de febrer, de 17 a 20 h

Ceràmica: l'argila, el foc i el cos

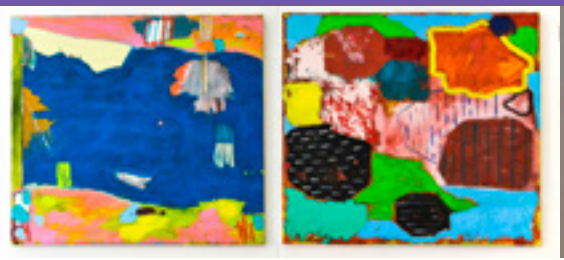
A càrrec de Iona Palau
Divendres 23 de febrer, de 17 a 20 h

Tapís: teixit viu. Teixit de germinats

A càrrec de Carla Mañosas
Dilluns 11 de març, de 17 a 20 h
Dijous 14 de març, de 10 a 13 h

Inscripcions ONLINE Casa Aymat AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*
***Inclou servei de forn*



ART. CREACIÓ, CONEIXEMENT I APRENENTATGE

*Del dibuix a la pintura: idea, mètode i procés**

Professor: Marc Badia
Del 8 de gener a l'11 de març
ART01 · Dilluns, de 10 a 13 h
Preu: 150 € · 10 sessions (inclou sessió a càrrec de Mateu Targa)

*Introducció a l'aquarel.la**

Professores: Monica Kopatschek i Ana López Serrano
Del 8 de gener a l'11 de març
ART02 · Grup A
Dilluns, de 18 a 20 h

Del 9 de gener al 12 de març
ART03 · Grup B
Dimarts, de 18 a 20 h
Preu: 130 € · 10 sessions

*Dibuix, pintura i estampació experimental**

Professora: Martina Manyà
Del 9 de gener al 12 de març
ART04 · Dimarts, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

*Del dibuix a la pintura: idea, mètode i procés**

Professor: Rafel G. Bianchi
Del 10 de gener al 6 de març
ART05 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 125 € · 9 sessions

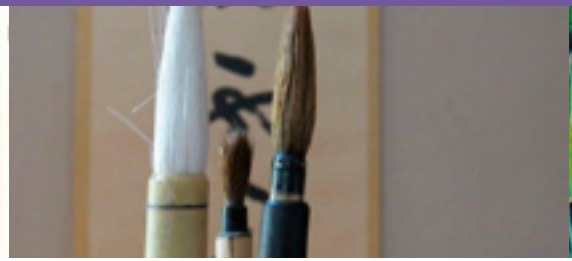
*Llenguatge entre l'aigua i el paper**

Professor: Oscar Sanchís
De l'11 de gener al 14 de març
ART06 · Grup A
Dijous, de 10 a 13 h

Del 12 de gener al 15 de març
ART07 · Grup B
Divendres, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

CENTRE D'ART MARISTANY



ESPAI OBERT DE CREACIÓ

*Espai obert de creació. Windown: Viure l'art amb tots els sentits**

A càrrec de Gusti, Isma i Inge Nouws
Del 12 de gener al 15 de març
ART08 · Divendres, de 18 a 20 h · 10 sessions
Cost per sessió: 3 € de material

MASTERCLASS

Sense cost addicional per als alumnes del Centre d'Art Maristany i Casa Aymat
Preu per a no alumnes: 12€ per masterclass

A Casa Aymat:

Ceràmica: creació d'una tinalla i rec ecològic

A càrrec de Maria Grego
Divendres 2 de febrer, de 10 a 13 h
Divendres 2 de febrer, de 17 a 20 h

Ceràmica: l'argila, el foc i el cos

A càrrec de Iona Palau
Divendres 23 de febrer, de 17 a 20 h

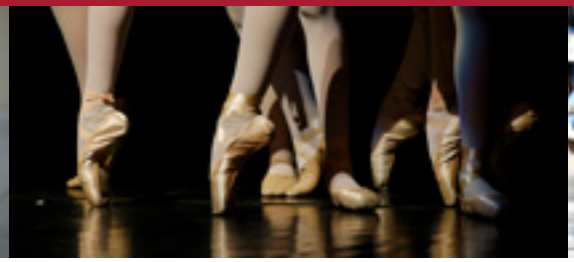
Tapís: teixit viu. Teixit de germinats

A càrrec de Carla Mañosas
Dilluns 11 de març, de 17 a 20 h
Dijous 14 de març, de 10 a 13 h

Inscripcions ONLINE Maristany AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASAL DE MIRA-SOL



CONEIXEMENT

*Conversa en anglès**

Professor: Peter Steinhagen
Del 10 de gener al 13 de març
MC01 · Nivell intermedi
Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
MC02 · Nivell iniciació
Dimecres, de 18.45 a 19.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

EXPRESSIÓ

*Taller de dibuix i pintura**

Professora: Isabel Pons
Del 9 de gener al 12 de març
ME01 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h

Del 10 de gener al 13 de març
ME02 · Grup B
Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 120 € · 10 sessions

Zumba

Professora: Carla Bustamante
Del 8 de gener a l'11 de març
ME03 · Grup A
Dilluns, de 19.15 a 20.15 h
ME04 · Grup B
Dilluns, de 20.15 a 21.15 h

Del 9 de gener al 12 de març
ME05 · Grup C*
Dimarts, de 19.30 a 20.30 h
ME06 · Grup D*
Dimarts, de 20.45 a 21.45 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Ballet per adults

Professora: Montse Pallàs
Del 9 de gener al 12 de març
ME07 · Intermedi A*
Dimarts, de 17.45 a 19.15 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Del 10 de gener al 13 de març
ME08 · Iniciació Nivell 1*
Dimecres, de 19.15 a 20.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
ME09 · Iniciació Nivell 0*
Dijous, de 20.45 a 21.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Del 12 de gener al 15 de març
ME10 · Intermedi B
Divendres, de 18.15 a 19.45 h
Preu: 90 € · 10 sessions

*Country**

Professora: Àngels Lalinde
De l'11 de gener al 14 de març
ME11 · Nivell mig
Dijous, de 17 a 18 h

Del 12 de gener al 15 de març
ME12 · Nivell bàsic I
Divendres, de 17 a 18 h
ME13 · Nivell bàsic II
Divendres, de 18.15 a 19.15 h
ME14 · Nivell bàsic 0
Divendres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 60 € · 10 sessions

*Bollywood**

Professora: Diana Aguirre
Del 10 de gener al 13 de març
ME15 · Dimecres, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

FORMACIÓ MUSICAL

Classes individuals de guitarra (30 minuts)*

Professor: Paco López
Del 8 de gener al 14 de març
MM01 · Horari a convenir

Taller de guitarra (1 hora, 2 alumnes)*

Professor: Paco López
Del 8 de gener al 14 de març
MM02 · Horari a convenir

Classes individuals de piano (30 minuts)*

Professora: Carme Mas
Del 8 de gener al 14 de març
MM03 · Horari a convenir

Classes individuals de tècniques de cant (30 minuts)*

Professora: Elsa Correia
Del 8 de gener al 14 de març
MM04 · Horari a convenir

Preu segons el dia i les sessions:
Dilluns, dimarts, dimecres o dijous
10 sessions: 165 €

RECURSOS

*Tapisseria**

Professora: Alexandra Cremona
Del 8 de gener a l'11 de març
MR01 · Dilluns, de 9 a 12 h
Preu: 150 € + 10 € material · 10 sessions

*Restauració de mobles**

Professora: Alexandra Cremona
Del 8 de gener a l'11 de març
MR02 · Grup A
Dilluns, de 12 a 14 h
MR03 · Grup B
Dilluns, de 16.30 a 18.30 h
MR04 · Grup C
Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 100 € + 10 € material · 10 sessions

Del 9 de gener al 12 de març
MR05 · Grup D
Dimarts, de 9.30 a 11.30 h
MR06 · Grup E
Dimarts, d'11.30 a 13.30 h
Preu: 100 € + 10 € material · 10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
MR07 · Grup F
Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 10 € material · 10 sessions

ONLINE

*Gimnàstica abdominal hipopressiva online**

Professor: Alexandre Gràcia
Del 10 de gener al 13 de març
MO01 · Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

** Matrícula preferent antics alumnes*

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

*Ioga**

Professora: Catherine Rossier
Del 9 de gener al 12 de març
MP01 · Grup A
Dimarts, de 9 a 10.15 h
MP02 · Grup B
Dimarts, de 10.30 a 11.45 h

De l'11 de gener al 14 de març
MP03 · Grup C
Dijous, de 10 a 11.15 h
Preu: 75 € · 10 sessions

*Pilates correcció postural**

Professora: Verònica Llorens
Del 10 de gener al 13 de març
MP04 · Dimecres, de 10 a 11 h
Preu: 65 € · 10 sessions

*Stretching pilates**

Professora: Verònica Llorens
Del 10 de gener al 13 de març
MP05 · Dimecres, d'11 a 12 h
Preu: 65 € · 10 sessions

*Pilates**

Professora: Patricia Bedós
Del 8 de gener a l'11 de març
MP06 · Grup A
Dilluns, de 12.15 a 13.15 h
MP07 · Grup B
Dilluns, de 19 a 20 h
MP08 · Grup C
Dilluns, de 20 a 21 h
Preu: 60 € · 10 sessions

De l'11 de gener al 14 de març
MP09 · Grup D
Dijous, de 18.15 a 19.15 h
MP10 · Grup E
Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 60 € · 10 sessions

*Gimnàstica abdominal hipopressiva**

Professor: Alexandre Gràcia
Del 8 de gener a l'11 de març
MP11 · Grup A
Dilluns, de 16.45 a 17.45 h

Del 9 de gener al 12 de març
MP12 · Grup B
Dimarts, de 12 a 13 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Hatha loga

Professora: Cecilia Méndez
Del 8 de gener a l'11 de març
MP13 · Grup A*
Dilluns, de 17.45 a 18.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Del 10 de gener al 13 de març
MP14 · Grup B
Dimecres, de 16.15 a 17.30 h
MP15 · Grup C*
Dimecres, de 17.45 a 19 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Body mindfulness

Professora: Laura Martínez
Del 10 de gener al 13 de març
MP16 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 60 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

Fit training

Professor: Guillem Palanca
Del 12 de gener al 15 de març
MP17 · Divendres, d'11.45 a 12.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

*Dansa educativa (de 4 a 6 anys)**

Professora: Laura Martínez
Del 10 de gener al 13 de març
MI01 · Dimecres, de 16.45 a 17.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Hip hop

Professora: Maria Costa
Del 8 de gener a l'11 de març
MI02 · Grup de 3 a 5 anys
Dilluns, de 17 a 18 h
MI03 · Grup de 6 a 11 anys*
Dilluns, de 18 a 19 h
Preu: 50 € · 10 sessions

*Llengua russa (de 4 a 6 anys)**

Professora: Julia Portnyagina
Del 12 de gener al 15 de març
MI04 · Divendres, de 17 a 19 h
Preu: 100 € · 10 sessions

Arts plàstiques (a partir de 6 anys)

Professor: Sergi Coch
Del 10 de gener al 13 de març
MI05 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 50 € + 10 € material · 10 sessions

Taller de teatre (de 6 a 12 anys)

Professora: Jana Diego
Del 12 de gener al 15 de març
MI06 · Divendres, de 17 a 18 h
Preu: 60 € · 10 sessions

FAMILIAR

Música en família (de 6 a 24 mesos)

Professora: Mercedes Docampo
Del 8 de gener a l'11 de març
MF01 · Grup A
Dilluns, de 9.45 a 10.45 h
MF02 · Grup B*
Dilluns, d'11 a 12 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Massatge per a nadons (0 a 12 mesos)

Professor: Nadine Kirchhartz
De l'11 de gener al 8 de febrer
MF03 · Dijous, d'11.30 a 13 h
Preu: 70 € · 5 sessions

*Gimnàstica abdominal hipopressiva amb nadons**

Professor: Alexandre Gràcia
Del 12 de gener al 15 de març
MF04 · Divendres, de 10.30 a 11.30 h
Preu: 60 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

ESPAI FAMILIAR

Espai de trobada per a famílies amb infants de 0 a 3 anys

Dimarts, de 15 a 17 h
Divendres, de 10 a 13 h
Dissabte, de 10 a 13 h

Activitat gratuïta
Consulta la normativa a **centresculturals.santcugat.cat** o escrivint a **casalmirasol@santcugat.cat**

MILLOR QUE NOU, REPARAT!

Repara petits electrodomèstics i aparells electrònics, arregla i transforma roba vella o que no utilitzes.

Aparells

Dijous, de 15.30 a 18.30 h
11 i 25 de gener
8 i 22 de febrer
7 de març

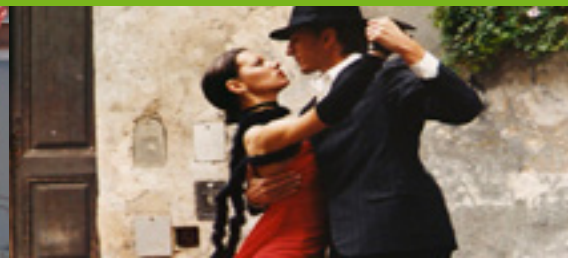
Tèxtil

Dijous, de 15.30 a 18.30 h
18 de gener
1, 15 i 29 de febrer
14 de març

Activitat gratuïta.
Cal inscripció prèvia a **casalmirasol@santcugat.cat**
Més informació a **www.oficinasostenible.santcugat.cat**

Inscripcions ONLINE Casal Mira-sol AQUÍ

** Matrícula preferent antics alumnes*



EXPRESSIÓ

*Dansa africana**

Professora: Núria Muñoz (Associació Karamalà)
Del 17 de gener al 20 de març
LE1 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 105 € amb música en directe
10 sessions

*Dansa afrocaribenya**

Professora: Carolina Garcia
Del 9 de gener al 12 de març
LE2 · Dimarts, de 17.45 a 19.15 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Jazz

Professora: Lali Ribalta
Del 9 de gener al 12 de març
LE3 · Dimarts, de 19.45 a 21.15 h
Preu: 90 € · 10 sessions

*Moviment conscient: ballem la nostra energia**

Professora: Rosa Peña
Del 9 de gener al 12 de març
LE4 · Dimarts, de 19.30 a 21 h
Preu: 90 € · 10 sessions

PreJam

A càrrec de l'associació "El Hilo Rojo "
LE5 · Divendres 12 de gener, de 17.30 a 18.30 h
LE6 · Divendres 2 de febrer, de 17.30 a 18.30 h
LE7 · Divendres 1 de març, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 7 €

*Tango**

Professors: Gisela Navonit i Alejandro González
De l'11 de gener al 14 de març
LE8 · Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 98 € per persona · 10 sessions

FORMACIÓ MUSICAL

*Bateria**

Professor: Joan Carles Mari
Del 8 de gener a l'11 de març
LM1 · Dilluns. Horari a convenir · 10 sessions
Professor: Jordi Marquès
Del 12 de gener al 15 de març
LM2 · Divendres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Guitarra acústica i elèctrica**

Professor: Sergi Coch
Del 10 de gener al 12 de març
LM3 · Dimarts. Horari a convenir · 10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Piano**

Professora: Clàudia Bardagi
Del 9 de gener al 12 de març
LM4 · Dimarts. Horari a convenir · 10 sessions
Professor: Nicolás Ravanal
De l'11 de gener al 14 de març
LM5 · Dijous. Horari a convenir · 10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

** Matrícula preferent antics alumnes*

*Baix**
Professor: Modest Pelfort
Del 10 de gener al 13 de març
LM6 · Dimecres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Contrabaix**
Professor: Modest Pelfort
Del 10 de gener al 13 de març
LM7 · Dimecres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Guitarra espanyola**
Professor: Modest Pelfort
Del 10 de gener al 13 de març
LM8 · Dimecres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Saxo**
Professor: Modest Pelfort
Del 10 de gener al 13 de març
LM09 · Dimecres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

*Trompeta**
Professor: Modest Pelfort
Del 10 de gener al 13 de març
LM10 · Dimecres. Horari a convenir
10 sessions
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €

RECURSOS

Dibuix
Professor: Sergi Coch
Del 8 de gener a l'11 de març
LR1 · Dilluns, de 18.30 a 20 h
Preu: 90 € · 10 sessions

*Escriptura creativa**
Professora: Agustina Bassani
Del 8 de gener a l'11 de març
LR2 · Dilluns, de 18 a 20 h
Preu: 100 € · 10 sessions

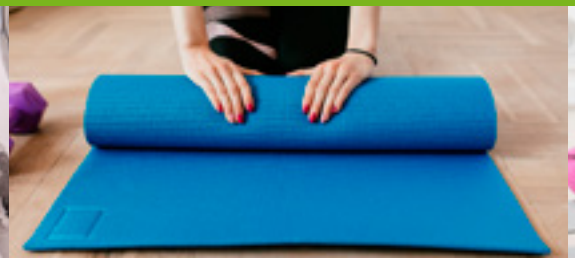
BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Calma
Professora: Nicole van Gastel
Del 9 de gener al 12 de març
LB1 · Dimarts, de 16.45 a 17.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Fit training
Professor: Guillem Palanca
Del 8 de gener a l'11 de març
LB2 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 60 € · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASINO LA FLORESTA



Ioga suau
Professora: Iona Conesa
De l'11 de gener al 14 de març
LB3 · Dijous, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Pilates
Professora: Laura Jardí
Del 10 de gener al 13 de març
LB4 · Grup A*
Dimecres, de 17.45 a 19.15 h

De l'11 de gener al 14 de març
LB5 · Grup B*
Dijous, de 18.45 a 20.15 h

Del 9 de gener al 12 de març
LB6 · Grup C
Dimarts, de 18 a 19.30 h

Preu: 75 € · 10 sessions

Tai chi. Defensa personal
Professor: Eddy Michel Machado
De l'11 de gener al 14 de març
LB7 · Dijous, de 17.30 a 19 h
Preu: 75 € · 10 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

*Combo de rock per a infants**
Professor: Jordi Marquès
Del 12 de gener al 15 de març
LI1 · Divendres, de 17 a 18 h
Preu: 100 € · 10 sessions

*Danses del món**
(a partir de 8 anys)
Professora: Carolina Garcia
De l'11 de gener al 14 de març
LI2 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Iniciació al còmic
(a partir de 10 anys)
Professor: Sergi Coch
Del 8 de gener a l'11 de març
LI3 · Dilluns, de 17.15 a 18.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

Música en família
Professora: Magda Maszek
Del 8 de gener a l'11 de març
LF1 · (per a famílies amb infants d'1 a 2 anys)
Dilluns, de 17 a 17.45 h
LF2 · (per a famílies amb infants de 3 a 5 anys)
Dilluns, de 17.45 a 18.30 h
Preu: 45 € preu 1 adult + 1 infant · 10 sessions

Viatges sonors pels elements: integrant els elements a través del so
(per a famílies amb infants de totes les edats)
Professora: Jenny T Madrigal
Del 17 de gener al 13 de març
LF3 · Dimecres, 17 de gener, 14 de febrer i 13 de març, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 18 € preu 1 adult + 1 infant · 3 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

CASINO LA FLORESTA

ESPAI FAMILIAR

Espai de trobada per a famílies amb infants de 0 a 3 anys

Dilluns, dimecres i divendres, de 16 a 18 h

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia

Més informació a
93.583.81.43
casinolafloresta@santcugat.cat
centresculturals.santcugat.cat

AULES OBERTES

Trobades obertes a tothom

"Milongas" – Trobades de tango

A càrrec de La Ravalera. Tango i moviment
LA1 · Trobada 1
Divendres 26 de gener, de 18 a 21 h
LA2 · Trobada 2
Divendres 16 de febrer, de 18 a 21 h
LA3 · Trobada 3
Divendres 15 de març, de 18 a 21 h
Preu: gratuït · Inscripció obligatòria

Jams contact improvisació

A càrrec de "El Hilo Rojo"
LA4 · Trobada 1
Divendres 12 de gener, de 18.30 a 21.30 h
LA5 · Trobada 2
Divendres 2 de febrer, de 18.30 a 21.30 h
LA6 · Trobada 3
Divendres 1 de març, de 18.30 a 21.30 h
Preu: gratuït · Inscripció obligatòria

ESPAI JOVE LA FLORESTA

681 27 14 95
@espaijoveLF

Centre Sociosanitari de la Floresta.
C. Pearson, 30

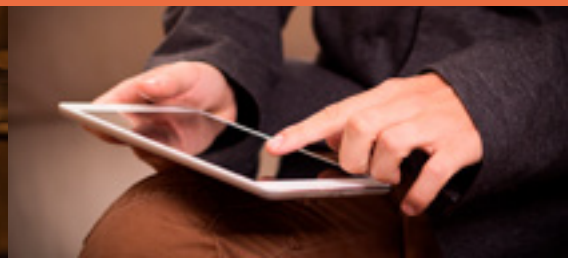
ESPAI PER A JOVES DE 12 A 18 ANYS

Punt de reunió i trobada, de treball i estudi. Podràs trobar-hi tallers de tot tipus segons el trimestre. Apropa't i coneix tota la oferta!

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia
Més informació:
ejovelafloresta@santcugat.cat

CASAL LES PLANES



EXPRESSIÓ

Balls de saló

Professor: Josep Vilaplana
Del 10 de gener al 14 de març
PE1 · Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 30 € · 10 sessions

FORMACIÓ MUSICAL

Classes grupals de guitarra

Professor: Miquel Castanyer
Del 12 de gener al 15 de març
PM1 · Divendres, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions
*Cal que l'alumne porti la seva guitarra

Canto y voz. Consciència, expressió i creativitat

Professor: Sebastian Cabral
Del 12 de gener al 2 de febrer
PM2 · Divendres, de 20 a 21 h
Preu: 12 € · 4 sessions

INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

Acompanyament digital

Professor: Jose Jiménez
Del 8 de gener al 11 de març
Del 12 de gener al 15 de març
PT1 · dilluns i divendres de 17 a 19 h
Preu: gratuït · 20 sessions

Treu-li profit a la teva tablet i mòbil android

Professor: Jose Jiménez
Del 9 de gener al 12 de març
PT2 · Dimarts, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Comencem de zero!

Professor: Jose Jiménez
Del 10 de gener al 13 de març
PT3 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Robòtica

Professor: Jose Jiménez
De l'11 de gener al 14 de març
PT4 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Creació d´un joc educatiu: la gamificació

Professor: Jose Jiménez
Del 9 de febrer al 23 de febrer
PT5 · Divendres, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 3 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

TEA: taller d'estudi assistit

Professora: Júlia Garrell
Del 8 de gener a l'11 de març
PI1 · Per a joves a partir de 12 anys
Dilluns, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

** Matrícula preferent antics alumnes*

Cinefòrum
A càrrec d'Espai Jove
Del 10 de gener al 13 de març
PI2 · Per a joves a partir de 12 anys
Dimecres, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Cuina creativa
A càrrec d'Espai Jove
Del 11 de gener al 14 de març
PI4 · Per a joves a partir de 12 anys
Dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Esport variats / autogestió
A càrrec d'Espai Jove
Del 12 de gener al 15 de març
PI4 · Per a joves a partir de 12 anys
Divendres, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Mindfulness
Professora: Julieta Rozen
Del 8 de gener a l'11 de març
PB1 · Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Ioga Hatha
Professora: Julieta Rozen
Del 8 de gener a l'11 de març
PB2 · Grup A
Dilluns, de 19.45 a 20.45 h

Del 12 de gener al 15 de març
PB3 · Grup B
Divendres, de 16.15 a 17.15 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Iogamas. Ioga dinàmic, consciència corporal i meditació
Professora: Lorena Candia
De l'11 de gener al 14 de març
PB4 · Dijous, de 20 a 21 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Chi kung
Professora: Isidora
Del 9 de gener al 12 de març
PB5 · Dimarts, de 20 a 21 h
Preu: 30 € · 10 sessions

ESPORT A LES PLANES

Gimnàstica per a gent gran
Professor: Guillem Palanca Laparte
Del 9 de gener al 12 de març
PS1 · Grup A
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Del 10 de gener al 13 de març
PS2 · Grup B
Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Open training
Professor: Guillem Palanca Laparte
Del 8 de gener a l'11 de març
PS3 · Grup A
Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
Preu: gratuït · 10 sessions

G.A.C.
Professor: Guillem Palanca Laparte
Del 9 de gener al 12 de març
PS4 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 19 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Del 10 de gener al 13 de març
PS5 · Grup B
Dimecres, de 18.30 a 19 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Fit training
Per a majors de 18 anys
Professor: Guillem Palanca Laparte
Del 9 de gener al 12 de març
PS6 · Grup A
Dimarts, de 19 a 20 h

Del 10 de gener al 13 de març
PS7 · Grup B
Dimecres, de 19 a 20 h

De l'11 de gener al 14 de març
PS8 · Grup C
Dijous, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Abdominals
Professor: Guillem Palanca Laparte
De l'11 de gener al 14 de març
PS9 · Dijous, de 18.30 a 19 h
Preu: gratuït · 10 sessions

ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

Música en família
Professora: Mercedes
Del 12 de gener al 15 de març
PF1 · divendres, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 38 € preu 1 adult + 1 infant
10 sessions
Per a famílies amb infants de 6 a 36 mesos

MONOGRÀFICS

Ciberseguretat
Professor: Jose Jiménez / Punt Tic
PMON1 · Dijous 12 de març, de 18 a 19 h
Preu: gratuït

Inscripcions ONLINE Les Planes AQUÍ

CASAL INFANTIL

ESPAI PER A NENS I NENES DE 6 A 12 ANYS
De dilluns a divendres, de 17 a 19.30 h

Cal inscripció prèvia.

Més informació:
623 39 51 09
casallesplanes@santcugat.cat

SERVEI D'ESPORT

ESPAI OBERT DE CONSULTES ESPORTIVES
Dijous, de 16 a 18 h

Cal demanar cita prèvia.

Més informació:
699 50 42 20
casallesplanes@santcugat.cat

PUNT TIC LES PLANES

ACOMPANYAMENT DIGITAL
Tots els dilluns, de 17 a 20 h

ÚS LLIURE I CONSULTES
De dilluns a divendres, de 17 a 20 h
(excepte quan hi ha un curs programat)

Activitats gratuïtes.
Més informació:
699 50 42 20
casallesplanes@santcugat.cat

LES PLANES
ESPAI JOVE

Casal les Planes
Plaça del Coll de la Creu d'en Blau, 7

682 505 750
@espaijovelesplanes

ESPAI PER A JOVES DE 12 A 18 ANYS

Espai de trobada, d'estudi, tallers: cuina, esport, manualitats, cineforum i molt més!
De dilluns a divendres, de 16 a 20 h

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia
Més informació:
espaijovelesplanes@santcugat.cat

MONOGRÀFICS ESPAI ECO

Farmaciola d'hivern. Sortida etnobotànica i elaboració de remeis
A càrrec d'Arrels Voladores
ECO1 · Diumenge 21 de gener, de 10.30 a 12.30 h

Xerrada "L'aire que respirem"
A càrrec de Programa "Compartim un futur" de l'AMB
ECO2 · Dimecres 31 de gener, de 18 a 19 h

Usos medicinals i alimentaris de l'Ortiga
A càrrec de Carol Arroyo
ECO3 · Dijous 8 de febrer, de 18.30 a 19.30 h

Descobrim l'argila, on trobar-la i com treballar-la
A càrrec d'Eva Entropia
ECO4 · Diumenge 18 de febrer, de 10.30 a 13.30 h

Neteja natural
A càrrec del Programa "Millor que nou" de l'AMB
ECO5 · Dimecres 21 de febrer, de 18 a 19.30 h

Xerrada "Usos del bosc: del carbó al quad"
A càrrec de Pere Alzina Bilbeny
ECO6 · Dimecres 6 de març, de 18 a 20 h

Xerrada "Tecnologies i petjada de carboni"
A càrrec de Jose Jiménez del Punt TIC Les Planes
ECO7 · Dimecres 13 de març, de 18.15 a 19.15 h

GRUPS D'AUTOGESTIÓ

Espais dirigits de manera voluntària un o més veïns/es i oberts gratuïtament a tothom del barri qui vulgui formar-ne part. Ficar-se en contacte per a més informació i inscripcions.

Restauració de mobles i creació amb palets reciclats
Dilluns i dimecres, d'11 a 14 h i dissabtes, de 10 a 14 h

Espai de criança
Dilluns i dimecres, de 15 a 18.45 h i dimarts i dijous, de 10 a 14 h

Capoeira
Dilluns, de 19 a 20.30 h

Espai lliure i multidisciplinari d'art i creativitat
Dimarts, d'11 a 13 h

Sevillanes
Dimarts, de 19 a 20.30 h

Grup de Consum. Recollida cistella de fruites i verdures de La Rural de Collserola
Cada dijous, a les 19 h

Batucada
Diumenges, a les 11 h

Tant les aules obertes com els grups d'autogestió són espais dirigits de manera voluntària per un o més veïns/es i oberts gratuïtament a tothom del barri qui vulgui formar-ne part.

Activitats gratuïtes amb places limitades
Més informació: **622 39 57 83 | espaiperegrau@santcugat.cat | www.espaiecosantcugat.cat**
Espai Pere Grau. Camí de Can Flo 19, Les Planes

INSCRIPCIONS ONLINE

FUNCIONAMENT

Per formalitzar la matrícula als cursos dels Centres Culturals, cal que els usuaris i usuàries es registrin al lloc web: **centresculturals.santcugat.cat** mitjançant el seu DNI, un correu electrònic i les dades personals.

NORMATIVA

- Les inscripcions s'han de fer online a la web centresculturals.santcugat.cat. Per resoldre dubtes podeu contactar amb els centres dins el seu horari d'obertura.
- Les admissions als cursos i als tallers seguiran rigorosament l'ordre d'inscripció digital, amb excepció d'aquells cursos prèviament publicats amb mètode de sorteig.
- En cap cas es reservaran places per telèfon o per correu electrònic.
- La inscripció queda resolta quan es realitza el pagament. Mentrestant, es figura com a preinscrit i no s'assegura la plaça.
- Cada curs requereix un mínim d'alumnes per a realitzar-se.
- Cada curs té un màxim d'alumnes previst. La resta d'inscripcions, un cop tancats els grups, passaran a llista d'espera.
- Un cop iniciat el curs, no s'admetran canvis ni es faran devolucions.
- Un cop realitzada la inscripció no es retornarà l'import de la matrícula, excepte si el taller és anul·lat per part de l'organització. En cas de força major derivada de la crisis sanitària actual i/o perquè qualsevol autoritat governamental no permeti el desenvolupament de l'activitat a la qual ha estat inscrit/a de forma presencial (donat que aquesta circumstància pot restringir l'accés a l'equipament), el centre podrà adaptar aquesta activitat en format virtual, i es reserva el dret a canviar el professorat, el calendari de les sessions i l'horari. Aquesta variació no suposarà que el curs es consideri cancel·lat o suspès i no donarà dret a la devolució de l'import de la inscripció proporcional a les sessions realitzades virtualment. Aquests possibles canvis seran informats amb antelació així com el suport o plataforma telemàtica des de la que es continuarà oferint l'activitat. El cursos que no es puguin realitzar online ni modificar dates i horaris quedaran anul·lats amb la corresponent devolució econòmica de la part proporcional no cursada.
- Quan l'oferta va dirigida a persones de més de 18 anys d'edat, només s'acceptaran menors d'edat amb el consentiment del professorat i del pare, la mare o el tutor/a legal.

DESCOMPTES

El descompte s'aplicarà en el preu del curs, en cap cas s'aplicarà en el material (si el curs ho requereix):

- 20 % famílies nombroses
- 20 % famílies monoparentals
- 10 % targeta T-Jove de l'Ajuntament de Sant Cugat

Els descomptes no són acumulables i cal presentar l'acreditació de forma digital per correu electrònic.
Cal que us poseu en contacte amb el referent del Centre un cop formalitzada la inscripció.

Vols regalar un curs o taller de la Xarxa de Centres Culturals?
Aquest Nadal regala cultura!
Instruccions per a poder inscriure online a una altra persona:

- Entrar a centresculturals.santcugat.cat
- Iniciar la sessió amb el DNI i la contrasenya (usuari que fa el regal)
- Clicar la pestanya superior dreta on hi posa el nom d'usuari i desplegar la llista
- Clicar a "Usuaris vinculats" i seguidament "Afegir una altra persona"
- Omplir les dades de la persona que rebrà el regal, clicant "Modificar les dades"
- Buscar el curs que es vol regalar i fer el procés normal d'inscripció marcant la opció d'inscriure a la persona vinculada

VAL REGAL
Com pots regalar el curs? Hem elaborat un val regal per a que el puguis donar a la persona afortunada. Et proposem dues opcions:

- Vols tenir preparat el val regal ensobrat i ben bonic? Truqueu o envieu correu al centre i us el prepararem amb moltes ganes. Només cal que el passeu a recollir!
- O bé, et pots descarregar aquest document a la pàgina web, imprimir-lo i omplir els espais (centre i curs) amb lletra bonica!

BONES FESTES!!!!

CURSOS I TALLERS

GENER —— MARÇ 2024

Et convido a gaudir del...

Curs _____

Centre _____

AJUNTAMENT DE SantCugat

XARXA DE CENTRES CULTURALS

CASA DE CULTURA
C. Castellví, 8
08173 Sant Cugat del Vallès
casadecultura@santcugat.cat
93 589 13 82

XALET NEGRE
Pl. del Coll, 4
08172 Sant Cugat del Vallès
xaletnegre@santcugat.cat
93 603 05 29

CASAL TORREBLANCA
Av. Pla del Vinyet, 81-85
08172 Sant Cugat del Vallès
casaltorreblanca@santcugat.cat
93 544 19 65

CASINO LA FLORESTA
C. Casino, 27
08198 La Floresta
casinolafloresta@santcugat.cat
93 583 81 43

CASAL LES PLANES
Plaça de la Creu d'en Blau
08196 Les Planes
casallesplanes@santcugat.cat
93 675 51 05

CASAL DE MIRA-SOL
C. de Mallorca, 42
08195 Mira-sol
casalmirasol@santcugat.cat
93 589 20 18

CENTRE D'ART MARISTANY
C. d'Àngel Guimerà, 2
08172 Sant Cugat del Vallès
maristany@santcugat.cat
93 165 85 89

CENTRE GRAU-GARRIGA D'ART TÈXTIL CONTEMPORANI
Pl. Can Quitèria, 1
08172 Sant Cugat del Vallès
centregraugarriga@santcugat.cat
677 49 01 64

CASA AYMAT
C. de Villà, 68
08173 Sant Cugat del Vallès
casaaymat@santcugat.cat
93 565 70 82

SALA CLAVÉ – LA UNIÓ
Av. de Josep Anselm Clavé, 13-17
08173 Sant Cugat del Vallès
936 75 20 57

CENTRESCULTURALS.SANTCUGAT.CAT

#culturastc