

VIU ELS VENTS

**XARXA DE CENTRES CÍVICS
I DE CASALS MUNICIPALS DE REUS**
PROGRAMACIÓ TARDOR/HIVERN
2025-2026 





Punt de trobada

Sempre oberts per a tu
Quedem?



SANDRA GUAITA ESTERUELAS
ALCALDESSA DE REUS

Uns espais per a tothom

El mes de setembre és temps de retrobaments, d'inicis i de noves oportunitats. Ens anima a reprendre rutines, a provar activitats noves i a reconnectar amb la vida comunitària després de l'estiu. I és precisament en aquest moment de transició quan la Xarxa de Centres Cívics enceta el nou curs amb les portes obertes a tothom. Ho fa amb una programació àmplia, diversa i renovada; amb la voluntat d'enfortir els vincles amb les entitats, construir comunitat i posar més serveis i espais al servei de tothom.

Aquest curs, a més, celebrem l'ampliació de la xarxa amb la incorporació del Centre Cívic Gregal a la programació estable, després d'uns primers mesos de funcionament amb una oferta especial pensada per donar-lo a conèixer. Una nova fita que ens permet continuar avançant en el repte d'acostar aquestes instal·lacions de proximitat a tots els barris de la ciutat.

Us convido a descobrir una oferta que s'actualitza constantment, però que manté l'essència d'allò que més agrada: cursos i tallers de tota mena —arts plàstiques, cuina, activitats físiques i de benestar—, així com xerrades i tallers organitzats en col·laboració amb serveis i entitats de la ciutat.

Seguim apostant, també, per les activitats en família, per obrir els equipaments a les persones grans amb la programació +60, que promou un envelliment actiu i saludable, i per donar visibilitat als artistes del territori als espais expositius.

Tot plegat, una programació que és possible gràcies a l'esforç conjunt de totes les persones que hi participen i que referma, un any més, la vocació dels centres cívics de ser espais de trobada, d'aprenentatge, de convivència i de proximitat, oberts a tothom i per a tothom.



MARIA DEL MAR ESCODA SERRES
REGIDORA DE RELACIONS CIUTADANES

Nova programació i nous reptes

La Regidoria de Relacions Ciutadanes us presenta la nova programació per aquesta tardor i hivern als centres cívics de la nostra ciutat.

A cadascun dels centres cívics trobareu, ben segur, tot allò que busqueu. Un total de 139 cursos i tallers dins dels àmbits de l'expressió, la cura, la comunicació i la cuina i un ventall de 71 activitats puntuals i gratuïtes per moure'ns, conèixer, parlar, en família i a la cuina a més d'un total de 80 activitats per al col·lectiu +60 de la nostra ciutat.

Obrim el nou curs de manera provisional amb el Centre Cívic Ponent tancat del qual, però, ben aviat podreu gaudir-ne amb un aspecte molt més modern i renovat. Totes les activitats que s'hi feien es troben descentralitzades als altres centres i s'aniran incorporant de nou al Ponent quan les obres finalitzin.

Per primera vegada s'introdueixen a les activitats de cuina cursos i monogràfics sense gluten per poder incloure un segment de població cada vegada més nombrosa i que fins ara no tenia accés a aquestes activitats.

Més enllà d'aquesta extensa programació de cursos i tallers hi destaca la importància que té tot el teixit associatiu i la resta de serveis municipals en la vida d'aquests equipaments de proximitat.

Comptem amb més de 110 entitats vinculades als diferents centres cívics i més de 25 serveis municipals descentralitzats que s'apropen al territori, com poden ser primera acollida, infància i família, acció comunitària inclusiva, habitatge, voluntariat, inserció laboral, espai jove, espai menuts, Servei d'Orientació i Atenció al Benestar Emocional i Mental (SOA-BEM), el Servei d'Atenció a les Sexualitats per a Joves 'Nexes', el Pla Educatiu d'Entorn... Tota aquesta integració de serveis és la que dona raó de ser a aquests equipaments.

Us encoratgem a gaudir dels centres cívics de la ciutat i a què formin part de la vostra vida com a espais de trobada, de cultura, de formació i de socialització.

ENTITATS

I TERRITORI

CENTRE CÍVIC DEL CARME

Al-anon

Associació Catalana per a la Prevenció del Suïcidi

Associació Comissió Catalana d'Acció pel Refugi

Associació Consum Usuaris en Acció- FACUA

Associació de Pacients i Familiars d'Afectats de Fibromiàlgia i Síndromes de Sensibilitat Central

Associació de Veïns l'Harmonia del Carme

Associació Montepio Conductors Reus

Associació Puntaires de Reus

Associació Reus Refugi

Associació Salut Mental Dr. Tosquelles

Associació Supera't de Persones amb TEA

Associació Guo

Colla de la Víbria de Reus

Cor Ciutat de Reus

FRAC Fed Reusenca d'Associacions de Carnaval

Fundació Amics de la Gent Gran

Fundació Espigoladors

Grup de Costura

Grup de Trastorn Bipolar de les Comarques de Tarragona

Grup Som de Reus

Lliga Contra el Càncer Comarques de Tarragona

Reus Rugby Club

CENTRE CÍVIC LLEVANT

Associació de Veïns Horts de Miró

Associació de Veïns Mas Magrané de Reus

Associació de Dones del Camí de Valls

Associació Asperger-TEA del Camp de Tarragona

Associació Juvenil Irasshai

Agrupació d'Associacions de Setmana Santa de Reus

Associació Cultural Dolors Vives i Rodon

Associació Cultural Poncella Rosa de Reus

Associació Unesco per al Diàleg Interreligiós

Associació pel Dret a Morir Dignament

Associació One Shoot

Som Heura

Taller Baix Camp

Coral IPM

El Club de la Costura

CENTRE CÍVIC MAS ABELLÓ

AFFAC Associació Federada de Famílies d'Alumnes de Catalunya

Associació Diversitat en Acció

Associació APYDA

Associació Radioaficionats de Reus

Associació Salut Mental Dr. Tosquelles

Associació de Veïns Mas Abelló

Associació de Veïns Primer de Maig

Casal Municipal de la Gent Gran

Fundació Intermèdia

Fundació Resilis

Fundació Tutelar + tu

Fundació Surt



Grup d'Havaneres Balandra
Icaria – Comunalitat Reus Sud

CENTRE CÍVIC MESTRAL

Associació Amics Barri Gaudí
Associació de Dones Blanca Almendro
Associació de Puntaires de Reus
Associació de Veïns Barri Gaudí
Associació Pre-jubilats i Jubilats de Telefònica
Club Esportiu Costa Daurada
Dol d'Estels
Fundació Privada ECOM
Hammada
Associació Lliga Reumatològica de Catalunya
Ara Associació Musical la Veu entre Cultures
Associació Club de Dòmino Amics d'en Manolo

CENTRE CÍVIC MIGIORN

Ajuda'ns a Ajudar
Associació Cornetes i Tambors la Rosa de Reus
Banda de Cornetes i Tambors Verge de Misericòrdia
Associació de Veïns "la Unión" del Barri Juroca
Associació Amics del Barri Fortuny
Associació de Veïns Barri Fortuny
Associació de Veïns Barri Montserrat
Associació de Veïns Mas Iglesias
Associació de Veïns El Roserar
Associació de Veïns Parcelles Casas
Associació de Veïns "Zona V"
Associació Quinchos Universitaris de Nicaragua (AQUN)
Associació Reusenca d'Artistes
Associació Senegalesos de Reus
ATF Associació Tàrraco Fotografia
La Bella Dansa
Club Serinus Ciutat de Reus

Colla gegantera «Els Fènix» de Reus
Cor Acords de Reus
Associació Down Tarragona
Reus Refugi
Reusamba
Fundació Intermedia. Centre de Noves Oportunitats
Fundació Atenció Social. Crae Codina
Creu Roja. Reforç Escolar
Parròquia Sant Bernat Calvó

CENTRE CÍVIC PONENT

Amics del Cavall
Associació de Veïns Barri Immaculada
Associació Manga Anime i Cultura Nipona-Amakuni
Associació de Veïns Mare Molas
Associació de Veïns el Santuari
Associació de Veïns Cultura de la Pau
Associació Reus Gats
Casal Municipal de la Gent Gran
Coral Veus de la Terra
Coro Rociero Mezcla de Raíces
Escuderia Baix Camp
Federació d'Associacions de Veïns de Reus
Grup de Cata de Vins El Tap
Grup Local de Muntanya Somereta
Grup Puntaries AV Joan Prim
Gospel Hoppers
Motoautomòbil Club Reus
Swing Tarragona

CENTRE CÍVIC GREGAL

Amnistia Internacional
Associació de Veïns Reus Nord
Associació Palestina Àrab Unida



SERVEIS

QUE POTS TROBAR ALS CENTRES CÍVICS



RELACIONS CIUTADANES

- PUNT D'INFORMACIÓ MUNICIPAL
- SUPORT A LES ENTITATS I ASSOCIACIONS
- CURSOS I TALLERS
- WIFI GRATUÏT

ÀREA DE SERVEIS A LES PERSONES I DRETS SOCIALS

PRIMERA ACOLLIDA

LLEVANT / PONENT / MIGJORN

INFÀNCIA I FAMÍLIA

DEL CARME / LLEVANT / PONENT

ACCIÓ COMUNITÀRIA INCLUSIVA

LLEVANT / MIGJORN / PONENT / GREGAL

MAS ABELLÓ / MESTRAL

FORMACIÓ PER A NOUINGUTS

PONENT / LLEVANT / GREGAL

PUNT D'ASSESSORAMENT ENERGÈTIC

LLEVANT / DEL CARME

SERVEI D'INTERVENCIÓ SOCIOEDUCATIU

DEL CARME / LLEVANT / MESTRAL / MIGJORN / PONENT

GENT GRAN I DEPENDÈNCIA

DEL CARME / LLEVANT / PONENT / MIGJORN / GREGAL

MAS ABELLÓ / MESTRAL

HABITATGE

MIGJORN

ESPAI D'ATENCIÓ SERVEI DE PRIMERA

ACOLLIDA DE CATALUNYA

MESTRAL

CASALS DE LA GENT GRAN

MIGJORN / PONENT / MESTRAL / MAS ABELLÓ

IMFE

DISPOSITIU D'INSERCIÓ LABORAL

DEL CARME / MIGJORN / MAS ABELLÓ

MESTRAL / LLEVANT

CASA D'OFICIS

DEL CARME

COMISSARIA EXTERNA DE PROXIMITAT

LLEVANT / MESTRAL / MAS ABELLÓ / MIGJORN

PONENT / GREGAL

AGÈNCIA DE L'HABITATGE DE LA GENERALITAT

MAS ABELLÓ

PUNT DE VOLUNTARIAT REUS

DEL CARME



TEMPS X CURES

ESPAI DE JOC INFANTIL

PONENT

MINUTS MENUTS

DEL CARME

ESPAI JOVE

MIGJORN / LLEVANT

SERVEI PUNTUAL DE SUPORT, ACOMPANYAMENT I CURA EN L'ÀMBIT FAMILIAR

PONENT

SALUT

SOABEM

GREGAL

NEXES

GREGAL

EDUCACIÓ

PLA EDUCATIU D'ENTORN

MIGJORN / GREGAL / LLEVANT / MESTRAL / DEL CARME



centrescivics.reus.cat

PER EXPRESSAR

A totes i a tots ens agrada treure
la nostra part més creativa...
Alimentem l'esperit!



HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Dilluns

De 9.15 a 11.15 h	RECUPERA PETITS OBJECTES DECORATIUS	Migjorn	Del 13 d'octubre al 24 de novembre	40,60 €	
De 9.15 a 11.15 h	TRANSFORMEM OBJECTES DE FUSTA	Migjorn	De l'1 de desembre al 9 de febrer	40,60 €	
De 16.30 a 18.30 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	96,00 €	
De 17.00 a 19.00 h	CERÀMICA	Mas Abelló	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	87,00 €	
De 17.15 a 19.15 h	AQUAREL·LA. PERFECCIONAMENT	Llevant	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	87,00 €	
De 17.30 a 19.00 h	GUIITARRA INICIACIÓ	Mas Abelló	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	96,75 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	
De 19.00 a 20.30 h	GUIARRA	Mas Abelló	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	DIBUIX. INTERMEDI	Llevant	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	65,25 €	

Dimarts

De 9.00 a 11.00 h	LLAPIS I PINZELL	Llevant	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	87,00 €	
De 9.30 a 11.00 h	GUIARRA	Mas Abelló	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	
De 10.00 a 12.00 h	PATCHWORK	Carme	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	87,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	L'ART DE TEIXIR. CROCHET I PUNT DE MITJA	Migjorn	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	87,00 €	
De 18.00 a 20.00 h	L'ART DE TEIXIR. CROCHET I PUNT DE MITJA	Migjorn	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	87,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	TALLER DE RELATS	Migjorn	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	65,25 €	
De 19.00 a 20.30 h	DIBUIX MANGA I IL·LUSTRACIÓ INFANTIL	Migjorn	Del 14 d'octubre al 25 de novembre	30,45 €	
De 19.00 a 20.30 h	GUIARRA	Mas Abelló	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	COSTURA CREATIVA	Llevant	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	65,25 €	
De 19.00 a 21.00 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	BIJUTERIA TÈXIL	Gregal	Del 21 d'octubre a l'11 de novembre	32,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	BRODAT SASHIKO	Gregal	Del 18 de novembre al 9 de desembre	32,00 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Dimecres

De 9.30 a 11.30 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	PATCHWORK	Migjorn	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	87,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,00 €	
De 17.30 a 19.00 h	DIBUIX EN TINTA XINESA	Llevant	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	65,25 €	
De 18.00 a 20.00 h	COSTURA CREATIVA I PATCHWORK	Migjorn	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	87,00 €	
De 18.00 a 20.00 h	L'ART DE TEIXIR. CROCHET I PUNT DE MITJA	Migjorn	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	87,00 €	
De 18.30 a 20.00 h	GUIARRA	Mas Abelló	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,75 €	
De 18.30 a 20.30 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,00 €	

Dijous

De 9.30 a 11.30 h	DIBUIX RÀPID AL NATURAL	Gregal	Del 15 al 22 de gener	24,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	COSTURA CREATIVA	Ponent	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	87,00 €	
De 16.00 a 18.00 h	RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS	Mestral	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,00 €	
De 17.00 a 19.00 h	CERÀMICA	Mas Abelló	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	87,00 €	
De 17.45 a 18.45 h	UKELELE	Mas Abelló	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	64,50 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
De 18.00 a 20.00 h	COSTURA CREATIVA I PATCHWORK	Migjorn	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	87,00 €	
De 18.00 a 20.00 h	BULLET JOURNAL: FES-TE LA TEVA AGENDA	Carme	Del 16 al 23 d'octubre	13,20 €	
De 18.00 a 20.00 h	LETTERING, ART PER RELAXAR-TE	Carme	Del 30 d'octubre al 6 de novembre	13,20 €	
De 18.45 a 20.15 h	GUIITARRA	Mas Abelló	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 21.00 h	TEATRE PER A ADULTS	Migjorn	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,00 €	
De 19.15 a 20.45 h	APRENENTS DE COSTURA	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	65,25 €	

Divendres

De 16.30 a 18.00 h	APRENENTS DE COSTURA	Llevant	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	65,25 €	
De 18.00 a 20.00 h	FIL, AGULLA I MÀQUINA DE COSIR	Llevant	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	87,00 €	
De 18.30 a 20.00 h	AQUAREL·LA	Mestral	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	65,25 €	



PER COMUNICAR

En un món relacional, aprenem
eines i coneixements que ens
ajuden a comunicar-nos



HORARI	ACTIVATAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Dilluns

De 10.30 a 12.00 h	ANGLÈS INICIACIÓ 2	Carme	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	96,75 €	
De 17.30 a 19.00 h	INFORMÀTICA PER A PRINCIPIANTS	Gregal	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	RETOC FOTOGRÀFIC I FOTOGRAFIA EN EXTERIORS	Migjorn	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	76,50 €	

Dimarts

De 9.30 a 11.00 h	PRIMERS PASSOS EN INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL	Mestral	Del 14 d'octubre al 4 de novembre	32,00 €	
De 9.30 a 11.00 h	ANGLÈS PER SOBREVUIRE	Mestral	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
De 10.30 a 12.00 h	ANGLÈS INICIACIÓ	Carme	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	
De 18.00 a 19.30 h	IA. INTRODUCCIÓ	Mestral	Del 21 d'octubre a l'11 de novembre	32,00 €	
De 18.00 a 19.30 h	IA. BÀSIC	Mestral	Del 18 de novembre al 9 de desembre	32,00 €	
De 18.00 a 19.30 h	ANGLÈS PER CONVERSAR INTERMEDI	Llevant	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	MUSIC & LYRICS	Mas Abelló	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	CONVERSES EN FRANCÈS	Llevant	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	96,75 €	

Dimecres

De 18.00 a 19.30 h	FOTOGRAFIA PER A XARXES SOCIALS	Gregal	Del 5 al 12 de novembre	15,90 €	
De 19.00 a 20.30 h	CREACIÓ D'UN PÒDCAST	Migjorn	Del 15 d'octubre al 12 de novembre	37,50 €	
De 19.00 a 20.30 h	ANGLÈS PER VIATJAR PRINCIPIANTS	Carme	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	CÀMERA REFLEX DIGITAL INICIACIÓ	Carme	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	EINES BÀSIQUES DE GOOGLE	Mas Abelló	Del 5 al 19 de novembre	23,85 €	
De 19.00 a 20.30 h	CREACIÓ D'UN PÒDCAST	Mas Abelló	Del 14 de gener a l'11 de febrer	37,50 €	
De 19.15 a 20.45 h	FOTOGRAFIA DIGITAL I TRACTAMENT D'IMATGES	Llevant	Del 5 al 26 de novembre	31,80 €	
De 19.15 a 20.45 h	RETRAT FOTOGRÀFIC	Llevant	14 i 21 de gener	15,00 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	
--------	-----------	--------------	---------	------	--

Dijous

De 9.15 a 10.45 h	ANGLÈS INICIACIÓ	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 17.00 a 18.30 h	UTILITZA EL CHATGPT EN ENTORNS LABORALS	Gregal	22 de gener	7,95 €	
De 18.00 a 19.30 h	ANGLÈS PER CONVERSAR AVANÇAT	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 18.30 a 20.00 h	JAPONÈS INICIACIÓ	Mestral	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 18.30 a 20.30 h	ITALIÀ INICIACIÓ	Gregal	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 19.00 a 20.30 h	VEURE, SENTIR, PENSAR: UNA INTRODUCCIÓ AL CINEMA	Gregal	Del 23 d'octubre al 13 de novembre	30,00 €	
De 19.30 a 21.00 h	ALEMANY INICIACIÓ	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	96,75 €	
De 19.30 a 21.00 h	CÀMERA REFLEX DIGITAL I FOTOGRAFIA EN EXTERIORS. INICIACIÓ	Migjorn	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	76,50 €	

Divendres

De 9.30 a 11.00 h	ANGLÈS BÀSIC 2	Carme	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	96,75 €	
----------------------	----------------	-------	-------------------------------------	---------	--





WIFI

Connecta't!
a la xarxa gratuïta
dels Centres Cívics!

PER CUIDAR-ME

Pensades per a la cura
del cos i la ment



HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Dilluns

De 15.30 a 16.30 h	IOGALATES	Carme	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	84,00 €	
De 16.00 a 17.00 h	TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ	Carme	20 i 27 d'octubre	18,00 €	
De 17.30 a 18.30 h	PILATES	Gregal	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	SEVILLANES AVANÇAT	Migjorn	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	75,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	RITMES DEL MÓN	Mestral	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	75,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	HIPOPRESSIUS+ESQUENA	Carme	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	84,00 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
De 18.30 a 20.00 h	INTRODUCCIÓ A LES CONSTEL·LACIONS FAMILIARS	Carme	Del 12 de gener al 9 de febrer	45,00 €	
De 18.45 a 20.15 h	IOGA	Llevant	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	92,93 €	
De 19.00 a 20.30 h	TALLER DE REFLEXOLOGIA PODAL	Migjorn	Del 13 d'octubre a l'1 de desembre	49,56 €	
De 19.30 a 20.30 h	SEVILLANES PER A PRINCIPIANTS	Migjorn	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	75,00 €	
De 19.30 a 21.00 h	IOGA	Carme	Del 13 d'octubre al 16 de febrer	92,93 €	

Dimarts

De 9.15 a 10.45 h	IOGA	Llevant	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	92,93 €	
D'11.00 a 12.30 h	ESTIRAMENTS I RELAXACIÓ	Mas Abelló	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	92,93 €	
De 16.00 a 17.00 h	SOFROLOGIA	Mas Abelló	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	84,00 €	
De 16.30 a 17.30 h	IOGALATES	Ponent	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	84,00 €	
De 17.30 a 19.00 h	TAITXÍ	Carme	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	92,93 €	
De 17.45 a 19.15 h	IOGA	Ponent	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	92,93 €	
De 19.00 a 20.00 h	BALL SALSA, BACHATA I MERENGUE SENSE PARELLA	Carme	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	75,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	RISOTERÀPIA	Mas Abelló	Del 4 al 25 de novembre	36,00 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	
--------	-----------	--------------	---------	------	--

Dimecres

De 9.00 a 10.30 h	IOGA	Migjorn	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	92,93 €	
De 15.15 a 16.15 h	IOGALATES	Llevant	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 16.45 a 17.45 h	PILATES	Llevant	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 17.00 a 18.00 h	PILATES	Carme	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 18.00 a 19.00 h	GIMNÀSTICA DE L'ESQUENA	Mas Abelló	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	PILATES	Ponent	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	ZUMBA	Carme	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	84,00 €	
De 18.30 a 19.30 h	RITMES DEL MÓN: SAMBA, AFROBEAT I BACHATA	Llevant	Del 21 de gener a l'11 de febrer	20,00 €	
De 20.00 a 21.00 h	BALL SALSA, BACHATA I MERENGUE SENSE PARELLA	Migjorn	Del 15 d'octubre a l'11 de febrer	75,00 €	

Dijous

De 9.00 a 10.00 h	PILATES	Mas Abelló	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	84,00 €	
De 10.00 a 11.30 h	ESTIRAMENTS I EXERCICIS DE RELAXACIÓ	Carme	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	92,93 €	
De 13.00 a 14.00 h	IOGALATES	Gregal	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	84,00 €	
De 16.00 a 17.00 h	MEDITACIÓ GUIADA	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	84,00 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
De 16.30 a 18.00 h	IOGA	Ponent	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	92,93 €	
De 18.30 a 19.30 h	ZUMBA	Ponent	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	84,00 €	
De 18.30 a 20.00 h	INICIACIÓ AL TAROT	Carme	Del 16 d'octubre al 13 de novembre	45,00 €	
De 19.00 a 20.30 h	AUTOMAQUILLATGE TENDÈNCIES TARDOR-HIVERN	Migjorn	Del 4 al 18 de desembre	27,00 €	
De 19.15 a 20.45 h	IOGALATES	Llevant	Del 16 d'octubre al 5 de febrer	92,93 €	

Divendres

De 9.30 a 11.00 h	CUIDEM LA COLUMNA	Llevant	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	92,93 €	
D'11.30 a 12.30 h	IOGA A LA CADIRA	Carme	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	84,00 €	
De 17.30 a 18.30 h	BALLS LLATINS SENSE PARELLA	Gregal	Del 17 d'octubre al 13 de febrer	75,00 €	
De 18.00 a 19.30 h	AROMATERÀPIA NATURAL PER AL BENESTAR DEL TEU GAT	Mas Abelló	Del 16 de gener al 13 de febrer	45,00 €	



PER CUINAR



Cuinar, tastar, combinar aliments...
La cultura de la cuina

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Dilluns

De 18.00 a 20.00 h	TRUITA DE PATATES DE DIFERENTS SABORS	Gregal	Del 20 al 27 d'octubre	29,60 €	
De 18.00 a 19.30 h	CUINA DE REAPROFITAMENT	Gregal	Del 12 al 26 de gener	33,30 €	
De 18.30 a 20.30 h	BATCHCOOKING FÀCIL	Carme	20 i 27 d'octubre	29,60 €	
De 18.30 a 20.30 h	TALLER DE PROBIÒTICS: FERMENTATS, IOGURT, KÈFIR, CHUKRUT-KIMCHI	Carme	10 de novembre	14,80 €	
De 18.30 a 20.30 h	BOMBONS DE XOCOLATA	Carme	24 de novembre	14,80 €	
De 18.30 a 20.30 h	APERITIUS FÀCILS PER A FESTES	Carme	15 de desembre	14,80 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
De 18.30 a 20.30 h	MAKI ROLLS – URAMAKIS -NIGIRIS	Carme	19 de gener	14,80 €	
De 18.30 a 20.30 h	TAPES, MONTADITOS I PINXOS	Carme	2 i 9 de febrer	29,60 €	

Dimarts

De 10.00 a 11.30 h	LA CARXOFA I A GAUDIR	Llevant	20 de gener	11,10 €	
De 17.30 a 19.00 h	PETITS CUINERS. INFANTIL	Migjorn	Del 14 d'octubre al 10 de febrer	81,00 €	
De 19.30 a 21.00 h	CUINA PER SOLTERS	Migjorn	Del 14 d'octubre al 25 de novembre	55,65 €	
De 19.30 a 21.00 h	CUINA PER SOLTERS	Migjorn	Del 2 de desembre al 3 de febrer	55,65 €	



HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	
--------	-----------	--------------	---------	------	--

Dimecres

De 10.00 a 12.00 h	TAPES CREATIVES PER NADAL	Gregal	10 de desembre	14,80 €	
De 18.00 a 20.00 h	FOCACCIA'S DE PRODUCTES DE TEMPORADA	Gregal	19 de novembre	14,80 €	
De 19.00 a 21.00 h	CUINA JAPONESA	Migjorn	22 i 29 d'octubre	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	CUINA DE CARMANYOLA	Migjorn	5 i 12 de novembre	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	CUINA MEXICANA	Migjorn	19 i 26 de novembre	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	TAPES CREATIVES PER NADAL	Migjorn	3 i 10 de desembre	29,60 €	
De 19.00 a 21.00 h	TRASH- COOKING . CUINA D'APROFITAMENT	Migjorn	14 i 21 de gener	29,60 €	

Dijous

De 19.00 a 20.30 h	TAPES JAPONESES	Mestral	16 i 23 d'octubre	22,20 €	
De 19.00 a 20.30 h	RAMEN I GYOZAS	Mestral	30 d'octubre i 6 de novembre	22,20 €	
De 19.00 a 20.30 h	ENS DIVERTIM FENT ENTREPANS	Mas Abelló	27 de novembre i 4 de desembre	22,20 €	
De 19.00 a 20.30 h	RECEPTES NADALENQUES D'ARREU DEL MÓN	Mestral	4 i 11 de desembre	22,20 €	
De 19.00 a 20.30 h	EL MÓN DELS ARROSSOS	Mestral	22 i 29 de gener	22,20 €	

HORARI	ACTIVITAT	CENTRE CÍVIC	PERÍODE	PREU	♥
--------	-----------	--------------	---------	------	---

Divendres

De 18.00 a 19.30 h	CUINA DE TARDOR: CARBASSES, BOLETS I CASTANYES	Llevant	24 d'octubre i 7 de novembre	22,20 €	
De 18.00 a 19.30 h	TAST DE CAVES	Llevant	28 de novembre	11,10 €	
De 18.00 a 20.00 h	MENÚS DE FESTA SALUDABLES	Llevant	21 de novembre	14,80 €	



ACTIVITATS PUNTUALS

Són activitats gratuïtes
i de curta durada



ENS MOVEM

Ens movem per Reus
per conèixer i comprendre
la ciutat.

PARLEM DE

Hi ha un temps per saber.
Fem una ullada a diversos
temes que ens poden
interessar.

EN FAMÍLIA

Crear, jugar, aprendre
i divertir-nos en companyia
de la família.

ESPAI GASTRO

Amb denominació d'origen
i productes de proximitat.



DATA / HORARI	ENS MOVEM	CENTRE CÍVIC	
Octubre			
10 d'octubre a les 10.00 h	VISITA A L'EXPOSICIÓ FORTUNY: L'OBSERVACIÓ DE LA NATURA, EL PODER DE LA MIRADA	Gregal	
14 d'octubre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Mestral	
21 d'octubre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Gregal	
28 d'octubre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Carme	
Novembre			
4 de novembre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Mas Abelló	
11 de novembre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Migjorn	
18 de novembre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Llevant	
25 de novembre a les 9.00 h	RESPIRA NATURA, CAMINA I TROBA LA CALMA	Ponent	
Desembre			
12 de desembre a les 10.00 h	VISITA AL CIMIR, SALES I RESERVA	Migjorn	
Gener			
28 de gener a les 11.00 h	VISITA AL CAMPANAR DE REUS	Llevant	
Febrer			
6 de febrer a les 10.00 h	VISITA AL TALLER DE RESTAURACIÓ DEL MUSEU SALVADOR VILASECA	Carme	

DATA / HORARI	PARLEM DE	CENTRE CÍVIC	
Octubre			
14 d'octubre a les 10.00 h	LES VACUNES	Migjorn	
15 d'octubre a les 16.00 h	I DESPRÉS DEL SOL, QUÈ? CONSELLS PER CUIDAR LA PELL A LA TARDOR	Mestral	
17 d'octubre a les 12.00 h	TREURE PES AL PES	Migjorn	
23 d'octubre a les 11.00 h	TALLER PER APRENDRE A UTILITZAR L'APP "LA MEVA SALUT"	Gregal	
23 d'octubre a les 18.30 h	TESTAMENTS, HERÈNCIES I LEGÍTIMES, QUÈ CAL TENIR EN COMPTE	Mas Abelló	
24 d'octubre a les 10.00 h	HIGIENE DEL SON	Migjorn	
27 d'octubre a les 9.30 h	UN BALCÓ FLORIT AROMÀTIC I COMESTIBLE	Mas Abelló	
28 d'octubre a les 18.00 h	EL MOVIMENT COM A EINA DE SALUT	Carme	
Novembre			
3 de novembre a les 17.00 h	ALIMENTACIÓ I MENOPAUSA	Gregal	
4 de novembre a les 10.00 h	LA MEVA SALUT: Accés, tràmits i contacte amb l'equip d'atenció primària	Migjorn	
7 de novembre a les 10.00 h	ANSIETAT; QUÈ ÉS? COM LA DETECTEM, QUÈ PODER FER?	Migjorn	
7 de novembre a les 9.30 h	XERRADA COM ABORDEM LA GANA EMOCIONAL	Llevant	
11 de novembre a les 10.00 h	QUAN EL COS NO ESCOLTA. Per què tenim gana si no ens falta energia?	Migjorn	
12 de novembre a les 18.00 h	CONSELLS DE SEGURETAT CIUTADANA A CÀRREC DE LA GUÀRDIA URBANA DE REUS	Gregal	

19 de novembre a les 16.00 h	CONSELLS DE PROTECCIÓ I PRIVACITAT A LES XARXES	Mestral	
19 de novembre a les 18.00 h	TÈCNiques PER MILLORAR LA QUALITAT DE LA SON	Gregal	
20 de novembre a les 17.30 h	UN BALCÓ FLORIT AROMÀTIC I COMESTIBLE	Carme	
20 de novembre a les 18.00 h	LA FELICITAT UNA QÜESTIÓ D'ACTITUD	Carme	
25 de novembre a les 18.00 h	QUÈ LI PASSA AL MEU INTESTÍ QUE TOT SE'M POSA MALAMENT?	Carme	
26 de novembre a les 18.00 h	COM ACTUAR DAVANT D'UN CONFLICTE VEÏNAL O DE COMUNITAT	Gregal	
27 de novembre a les 17.30 h	EL CÒCTEL DE LA FELICITAT	Ponent	
27 de novembre a les 18.00 h	PETJADA DIGITAL: SEGURETAT A INTERNET	Mas Abelló	
28 de novembre a les 11.30 h	DOCUMENT DE VOLUNTATS ANTICIPADES	Migjorn	

Desembre

2 de desembre a les 10.00 h	ELS GREIXOS QUE MENGEM. Els greixos de la nostra alimentació, propietats i com afecten la salut	Migjorn	
9 de desembre a les 10.00 h	GESTIÓ DE LES VISITES DINS DEL CAP MARIÀ FORTUNY	Migjorn	
10 de desembre a les 16.00 h	COL·LAGEN I MAGNESI. Com ens poden ajudar a millorar l'estil de vida	Mestral	



11 de desembre a les 17.30 h	COM PODEM DORMIR MILLOR?	Ponent	
18 de desembre a les 18.00 h	UN BUIT A TAULA	Carme	

Gener

13 de gener a les 10.00 h	BEUS EL QUE CREUS? El sucre amagat en les etiquetes	Migjorn	
13 de gener a les 12.00 h	QUÈ SAPS DEL TEU SÒL PELVIÀ?	Ponent	
20 de gener a les 18.00 h	ENTENDRE'NS PER CUIDAR-NOS	Mestral	
22 de gener a les 17.30 h	TÈCNiques D'AFRONTAMENT DE L'ESTRÈS	Ponent	
28 de gener a les 18.00 h	PETJADA DIGITAL: SEGURETAT A INTERNET	Gregal	
29 de gener a les 12.00 h	QUÈ SAPS DEL TEU SÒL PELVIÀ?	Carme	

Febrer

3 de febrer a les 10.00 h	ELS ANTIINFLAMATORIS NATURALS AL TEU PLAT	Migjorn	
4 de febrer a les 11.00 h	RISC CARDIOVASCULAR: PARLEM DEL COLESTEROL	Gregal	
10 de febrer a les 18.00 h	LA RELACIÓ DE LES EMOCIONS I EL BENESTAR FÍSIC	Mestral	
24 de febrer a les 10.00 h	TOTS SOM INTOLERANTS? O NOMÉS ÉS UNA MODA?	Migjorn	

DATA / HORARI	EN FAMÍLIA	CENTRE CÍVIC	♥
---------------	-------------------	--------------	---

Octubre

23 d'octubre de 18.00 a 19.30 h	RECEPTES TERRORÍFIQUES I DIVERTIDES	Mas Abelló	
------------------------------------	--	------------	--

Novembre

13 de novembre de 17.30 a 19.00 h	COOKING IN ENGLISH DE 6 A 10 ANYS	Mestral	
20 de novembre de 17.30 a 19.00 h	FEM UN CALENDARI D'ADVENT	Mas Abelló	
28 de novembre de 17.00 a 20.00 h	JOCS A TAULA	Carme	

Desembre

11 de desembre de 17.30 a 19.00 h	GUARNIMENTS NADALENCES	Llevant	
--------------------------------------	-------------------------------	---------	--

Gener

27 de gener de 17.30 a 19.00 h	FOTOGRAFIA EN FAMÍLIA DE 8 A 12 ANYS	Mestral	
-----------------------------------	---	---------	--

Febrer

5 de febrer de 18.30 a 19.30 h	ZUMBA EN FAMÍLIA	Mas Abelló	
15 d'octubre a les 17.30 h	VISITEM LA CAPSA GAUDÍ. FEM UNA RAJOLA	Gregal	

Tos els divendres de 17.00 a 19.00 h **ESPAI DE JOCS DE TAULA** al Gregal

DATA / HORARI	ESPAI GASTRO	CENTRE CÍVIC	♥
---------------	---------------------	--------------	---

Octubre

16 d'octubre a les 19.00 h	TAST DE PA	Mas Abelló	
-------------------------------	-------------------	------------	--

Novembre

17 de novembre a les 18.30 h	APERITIUS I TAPETES SENSE GLUTEN	Carme	
27 de novembre a les 19.00 h	DELÍCIES ITALIANES SENSE GLUTEN: PIZZES I FOCACCIES.	Mestral	

Desembre

3 de desembre a les 10.00 h	PA CASOLÀ SENSE GLUTEN: CRUIXENT, SA I DELICIÓS	Gregal	
3 de desembre a les 10.00 h	CLUB DELS CUINETES: CUINA DE REAPROFITAMENT	Llevant	
18 de desembre a les 10.00 h	CAPRICIS NADALENCES	Mestral	
18 de desembre a les 19.00 h	CAPRICIS NADALENCES	Mestral	

Gener

15 de gener a les 19.00 h	BATUTS I BROUS DETOX DESPRÉS DE FESTES	Mestral	
22 de gener a les 19.00 h	TAST DE MELMELADES	Mas Abelló	
29 de gener a les 19.00 h	ESMORZARS SENSE GLUTEN PER A TOTA LA FAMÍLIA	Mas Abelló	

Febrer

3 de febrer a les 10.00 h	PASTISSOS DE FESTA SENSE GLUTEN	Llevant	
5 de febrer a les 19.00 h	ELS SECRETS DELS HUMMUS	Mestral	
10 de febrer a les 19.00 h	TALLARINS, CREMES I AMANIDES SABOROSOS SENSE GLUTEN	Migjorn	





Espai de joc obert

Juga en família en un espai
acollidor i estimulant. Descobreix,
experimenta i diverteix-te a
través del joc i de les joguines.

Aquí hi juguem tots!



EXPOSICIONS

Espais expositius on diferents artistes i agents culturals mostren les seves propostes



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
Institut Pere Mata
"Unitat d'aguts i unitat de
Patologia Dual"

NOVEMBRE

Nenè
"Llibres Lliures"

DESEMBRE-GENER

Gràcia de la Hoz
"Cadira Vermella"

FEBRER

"Guardadors de la Tronada"



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
Supera't
"La nostra Cultura"

NOVEMBRE

"I Mes de la Salut Mental"

DESEMBRE-GENER

"Guardadors de la Tronada"

FEBRER

Jaione
"Geometria emocional"



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
Fundació Pere Mata
"Galeria de vida"

NOVEMBRE

"Guardadors de la Tronada"

DESEMBRE-GENER

"Mirades del Món"

FEBRER

"L'Art de Ramon Juncosa"



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
Fundació Villablanca
"Art i Natura"

NOVEMBRE

Àngela Suárez
"Sueños a color"

DESEMBRE-GENER

Jordi Del Campo i Viky Llamas
"Patis i balcons que fan barri"

FEBRER

Cartells d'Amnistia
Internacional
"Art i Drets Humans"



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
Associació Salut Mental
Dr. Tosquellas
"Cistelleria Terapèutica"

NOVEMBRE

Associació Tàrraco Fotografia
"Dansa entre Botes"

DESEMBRE-GENER

Josep M. Guerris
"Recordant el Reus antic"

FEBRER

Jordi Del Campo i Viky Llamas
"Patis i balcons que fan barri"



OCTUBRE

Exposicions salut Mental –
AsperCamp
"Resse_TEJA"

NOVEMBRE

Jordi Del Campo i Viky Llamas
"Patis i balcons que fan barri"

DESEMBRE-GENER

Àngela Suárez
"Sueños a color"

FEBRER

Gràcia de la Hoz
"Cadira Vermella"



CALENDARI

OCTUBRE 2025 - FEBRER 2026

Preinscripcions

A PARTIR DEL 15
DE SETEMBRE

Inici / Final

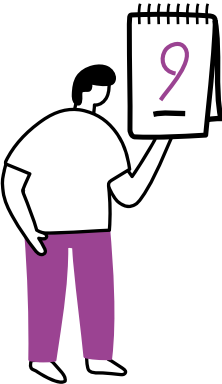
DE LES ACTIVITATS

Festius

NO LECTIUS

Inauguració
del nou curs
a les 18.00 h
Reserva't
el dia

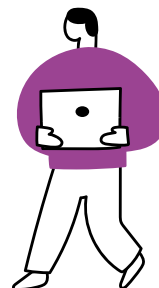
T'hi esperem !



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2	3
	6	7	8	9	10
	13	14	15	16	17
	20	21	22	23	24
	27	28	29	30	31
NOVEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
	10	11	12	13	14
	17	18	19	20	21
	24	25	26	27	28
DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4	5
	8	9	10	11	12
	15	16	17	18	19
	22	23	24	25	26
	29	30	31		
GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1	2
	5	6	7	8	9
	12	13	14	15	16
	19	20	21	22	23
	26	27	28	29	30
FEBRER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
	9	10	11	12	13
	16	17	18	19	20
	23	24	25	26	27

INSCRIPCIONS OBERTES

**TOT EL QUE NECESSITES SABER
PER MATRICULAR-TE!**



NORMES DE MATRICULACIÓ

PROCÉS DE MATRICULACIÓ

Es considera formalitzada la inscripció quan la persona interessada l'hagi realitzat directament a través del sistema www.inscripciones.reus.cat i hagi abonat el total de l'import de l'activitat.

PERÍODE D'INSCRIPCIÓ

A partir del 15 de setembre fins a esgotar les places.

CANALS D'INSCRIPCIÓ

Per internet a <http://inscripciones.reus.cat>
Presencialment a les consergeries dels centres cívics en horari de 9.00 a 13.00 h i de 16.00 a 20.00 h

DURADA DELS CURSOS

La durada dels cursos serà la que consta a la web entre el 13 d'octubre de 2025 i el 16 de febrer de 2026.
Un cop es confirmi als alumnes la seva plaça,

el pagament es farà efectiu mitjançant targeta bancària a través d'internet. No s'acceptaran diners en efectiu.

DEVOLUCIÓ DE QUOTES

L'organització es reserva el dret d'anul·lar i/o canviar l'activitat només si es considera necessari, només en aquest cas es retornarà l'import del curs.

DESCOMPTES DEL 15%

S'aplicaran descomptes a aquelles persones que acreditin:

- Majors de 65 anys.
- Joves fins a 30 anys.
- Titulars del carnet de família nombrosa i monoparental.
- Persones amb discapacitat legalment reconeguda a partir del 33%.
- Persones en situació d'atur laboral.

Per poder gaudir d'aquests descomptes caldrà fer la inscripció de forma presencial als centres cívics.

inscripciones.reus.cat



CENTRES CÍVICS
DE REUS



Uns espais per a tothom!



XARXA CASALS MUNICIPALS

+60



CASAL CENTRE CÍVIC MIGJORN

Dimarts

De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	Ball en línia (iniciació)
D'11.00 a 12.00 h	Ball en línia (avançat)
De 16.00 a 17.00 h	Gimnàstica relaxació

Dimecres

De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica (grup 2)
De 9.00 a 10.00 h	Taller d'informàtica (nivell 1)
De 10.00 a 11.00 h	Taller d'informàtica (nivell 2)
D'11.00 a 12.00 h	Taller d'informàtica (nivell 3)
De 16.00 a 18.00 h	Treballs manuals GRATUÏT

Dijous

De 18.45 a 20.00 h	Ball d'envelat
--------------------	-----------------------

Divendres

De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica (grup 2)
De 10.00 a 11.00 h	Taller de memòria
D'11.00 a 12.00 h	Taller de memòria
De 16.00 a 18.00 h	Treballs manuals GRATUÏT

CASAL CENTRE CÍVIC MAS ABELLÓ

Dilluns

De 15.45 a 16.45 h	Ball country
De 17.00 a 20.00 h	Jocs de taula GRATUÏT

Dimarts

De 10.00 a 11.00 h	Taller de memòria
De 17.00 a 18.00 h	Gimnàstica

Dimecres	
De 17.00 a 20.00 h	Jocs de taula GRATUÏT
Dijous	
De 17.00 a 18.00 h	Gimnàstica
Divendres	
De 17.00 a 20.00 h	Jocs de taula GRATUÏT

CASAL CENTRE CÍVIC MESTRAL

Dilluns	
De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
D´11.00 a 12.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 18.00 a 19.00 h	Taller de crochet GRATUÏT
De 19.00 a 21.00 h	Jocs de taula GRATUÏT

Dimarts	
De 9.00 a 10.30 h	Taller de mandales GRATUÏT
De 10.30 a 11.30 h	Gimnàstica (grup 1)
De 17.45 a 18.45 h	Gimnàstica Sol i vista (Polilleuger Cèlia Artiga)

Dimecres	
De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
D´11.00 a 12.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)

De 17.00 a 18.00 h	Taller de pintura acrílica GRATUÏT
De 18.00 a 19.00 h	Treballs manuals GRATUÏT
Dijous	
De 9.00 a 10.30 h	Taller de mandales GRATUÏT
De 10.30 a 11.30 h	Gimnàstica (grup 1)
De 17.45 a 18.45 h	Gimnàstica Sol i vista (Polilleuger Cèlia Artiga)
De 19.00 a 20.00 h	Ball en línia

Divendres	
De 9.00 a 10.30 h	Taller de memòria (grup 1)
De 10.00 a 11.00 h	Taller de memòria (grup 2)
De 12.00 a 13.00 h	Ball country iniciació Ponent (Provisional)
De 19.00 a 21.00 h	Jocs de taula GRATUÏT

CASAL CENTRE CÍVIC DEL CARME

Dilluns	
De 9.00 a 10.00 h	Taller de memòria Ponent (Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Taller de memòria Ponent (Provisional)
D´11.00 a 12.00 h	Taller de memòria Ponent (Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Taller de memòria Ponent (Provisional)
D´11.00 a 12.00 h	Taller de memòria Ponent (2 grup Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Taller de memòria Ponent (2 grup Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Taller de memòria
D´11.00 a 12.00 h	Taller de memòria

D'11.30 a 12.30 h	Gimnàstica
De 18.00 a 19.30 h	Teatre avançat Ponent (Provisional)
De 19.30 a 20.30 h	Teatre iniciació Ponent (Provisional)

Dimarts

De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
D'11.00 a 12.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)

Dimecres

D'11.30 a 12.30 h	Gimnàstica
De 17.00 a 18.00 h	Taller d'informàtica Ponent (nivell 1 provisional)
De 18.00 a 19.00 h	Taller d'informàtica Ponent (nivell 2 provisional)
De 19.00 a 20.00	Taller d'informàtica Ponent (nivell 3 provisional)

Dijous

De 9.00 a 10.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 10.00 a 11.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
D'11.00 a 12.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 12.00 a 13.00 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)

Divendres

De 18.00 a 20.00 h	Ball del Casal Gratuït Ponent (activitat oberta provisional)
--------------------	--

CASAL CENTRE CÍVIC PONENT

Per motius de les obres, les activitats estaran ubicades en els Centres Cívics: Mestral, Del Carme i Gregal.

CASAL CENTRE CÍVIC GREGAL

Dimarts

De 19.30 a 20.30 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
De 20.00 a 21.00 h	Ball en línia iniciació Ponent (Provisional)

Dimecres

De 19.00 a 20.00 h	Ball country iniciació Ponent (Provisional)
De 20 a 21.00 h	Ball en línia avançat Ponent (Provisional)

Dijous

De 19.30 a 20.30 h	Gimnàstica Ponent (Provisional)
--------------------	--



CASAL MUNICIPAL SANT BERNAT CALVÓ

Dimecres

De 17.00 a 18.00 h **Taller de memòria**

Tots els dies de la setmana

De 17.00 a 20.00 h **Casal obert – activitat lliure, jocs de taula **GRATUÏT****

Les activitats de pagament dels Casals Municipals tenen un preu públic assignat d'OCTUBRE A JUNY (preu anual)

1 activitat 27 € / 2 activitats 45 €

**INSCRIPCIONS AL
662 334 323**

ALTRES ACTIVITATS +60

Els dimarts i els dimecres

Dimarts de 9.30 a 11.30 h
Parc del Trenet

Marxa nòrdica

Dimecres de 9.30 a 11.30 h
Pg. de la Boca de la Mina

Segon dimecres del mes

De 17.00 a 19.30 h,
als diferents espais
municipals i centres cívics

Cinefòrum **GRATUÏT**
Espais audiovisuals, per
al diàleg sobre temes que
ens vinculen amb la vida.

Tercer dimarts del mes

De 17.00 a 19.00 h al Casal
del Centre Cívic Mestral

Taller **GRATUÏT**
«Cuina fàcil i saludable»

Una secció al mes en cada un dels Centres Cívics i altres espais

Demaneu informació al
662 334 323

Projecte **GRATUÏT**
«ACTIVA'T» L'edat no
és un límit és un repte.
Gimnàstica terapèutica

Un dijous al mes

Petanca als Horts d'en
Simó (barri Gaudí)

Projecte **GRATUÏT**
intergeneracional
«Tothom a la petanca»
Casal de Joves i Club de
petanca Horts d'en Simó.
(pendent de confirmació)

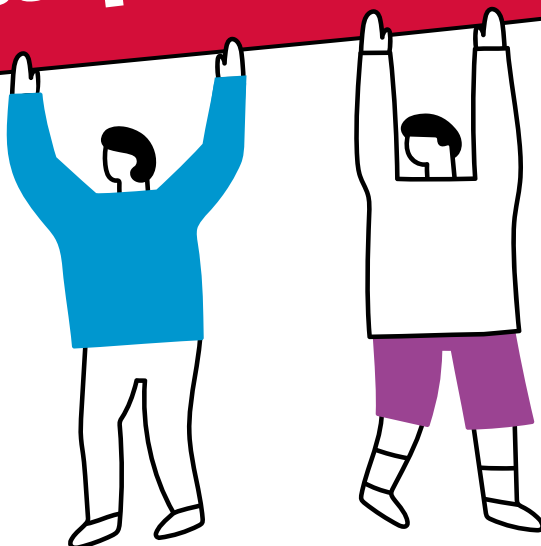
*També estan adreçades al col·lectiu
+60 «les activitats gratuïtes i de
curta durada» (pàgines 24-30).*



MATRICULA'T!

INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 15 DE SETEMBRE

inscripciones.reus.cat



9

d'octubre

**Inauguració
del nou curs
a les 18.00 h**

**Reserva't
el dia**

T'hi esperem !



**CENTRE CÍVIC
del Carme**

977 010 051
cc.delcarme@reus.cat
Pl. de la Patacada. 10



**CENTRE CÍVIC
Llevant**

977 010 026
cc.llevant@reus.cat
Pl. de l'Hort dels Canonges. 1



**CENTRE CÍVIC
Mas Abelló**

977 010 030
cc.masabello@reus.cat
C. del Mas Carpa. 4



**CENTRE CÍVIC
Mestral**

977 010 039
cc.mestral@reus.cat
Av. de Barcelona. 6



**CENTRE CÍVIC
Migjorn**

977 010 032
cc.migjorn@reus.cat
Riera de l'Escorial. 22-24



**CENTRE CÍVIC
Ponent**

977 010 044
cc.ponent@reus.cat
Av. dels Països Catalans. 106



**CENTRE CÍVIC
Gregal**

977 010 027
cc.gregal@reus.cat
C. d'Antoni Gaudí. 18

centrescivics.reus.cat



AJUNTAMENT DE REUS

Relacions Ciutadanes